

Miquel Izuel, arteterapeuta



Tengo 58 años. Nací en Lleida y vivo en Barcelona. Soy psicólogo, psicoanalista y arteterapeuta. Estoy casado con M.^a Jesús y tenemos dos hijas, Bàrbara (17) y Clara (15, hoy, día mundial del Arte). ¿Política? Contra abusos. Soy espiritual. Todos podemos expresar lo que somos

“La arteterapia te ayuda a crearte de nuevo a ti mismo”



LAURA GUERRERO

“La natura cura...”

Adrian Hill convalecía en un sanatorio para tuberculosos en los años treinta. Observó que pintar le aliviaba, le sanaba: nacía la arteterapia. Miquel Izuel es presidente del Grup de Recerca i Formació en Artteràpia (Grefart) y vicepresidente de la Federación Española de Asociaciones Profesionales de Arteterapia (Feapa), y organiza las VII Jornades d'Artteràpia (8 y 9 mayo en el CCCB: Jornades-Artteràpia.org). No va de adiestrarse en técnicas artísticas, sino de permitirse florecer: “La natura cura, el médico procura”, dice Izuel, que me cita al gran pintor Francis Bacon: “En mi cabeza represento lo que quiero hacer, sé cómo hacerlo... ¡y sale siempre otra cosa!”. ¡Que algo nazca!

Qué es la arteterapia? Una disciplina de trabajo con la persona mediante herramientas artísticas.

“No sé hacer nada”, le dirá más de uno...

“Una cualidad preciosa... y muy rara”, replicó. Y le propongo probar si es el primero que “no sabe hacer nada”.

¿Y qué sucede?

Acaba siendo autor, autor de su propia experiencia. La experiencia de sentirse vivo.

No todos tenemos pericias artísticas...

Al final siempre oigo: “¡He hecho algo que no pensaba que haría!”. Sí: en ¡todos! palpita la capacidad de expresar lo que somos.

¿Y qué somos?

No etiquetas: tú no eres *periodista*...

¿No?

Tú eres *también* *periodista*, como aquel otro es *también* *tetrapléjico*..., pero ¡no es tu esencia! La arteterapia aflora esa esencia.

¿Con qué consecuencias?

¡Paliar sufrimiento! El paciente llega porque sufre. La arteterapia desconecta el córtex del cerebro profundo, emocional... y el paciente siente, y esa experiencia le procura un sentido nuevo. Y eso es sanador.

Lo entenderé mejor con un caso real.

Una madre trajo a su niña de 6 añitos, adoptada. Por una dolencia, padecía incontinencia de esfínteres. Había que cambiar pañales a cada momento. La madre, trastornada, me soltó: “Yo no la compré para eso”...

Buf...

¡La madre sólo veía el síntoma, el problema! No veía a la niña... Me la dejó. La niña cogía plastilina, hacía bolitas y las aplastaba con la palma de la mano contra un papel. A veces se dormía. Y luego seguía...

¿Y eso?

No interpreto. Acojo, facilito. Y la niña empezó a pedir a la madre cambiarse sola... Y un día la niña recorrió con la yema del dedo el perímetro de esta sala y dijo: “Ya está”.

¿Ya está?

Sí. La niña dejó de tener incontinencia. Y... pudo contener a su madre. La niña... creó.

¿Qué creó?

Una experiencia autotélica, por sí misma, en sí misma. La niña se creó a sí misma. Toda experiencia mediada por un material es arteterapia. Experimentar, sentir... ¡eso es!

¿Qué tipo de pacientes le consultan?

Niños con TDAH, chicas con anorexia y trastornos alimentarios, adultos con neuro-

sis obsesivas, con psicosis... Sirve también para presos, ancianos...

¿Y qué hace usted?

¡Tener fe absoluta en la persona y en sus capacidades! Están ahí... y florecen. No trabajo con dificultades, sino con capacidades.

¿Me cuenta otro caso?

Una señora maniaco-depresiva sufría mucho. Oía voces de los otros... Estaba bloqueada. Un día cometí un lapsus: la llamé Alicia. Sorprendida, me dijo: “¡Ah, leí ese libro de niña, lo había olvidado!”. Y los recuerdos se amontonaron y se puso a escribirlos...

¿Escribir es arteterapia?

Escritura, lectura, escultura, música, pintura, títeres, canto, fotografía, video, baile...

¿Qué escribió la mujer?

Cómo se escondía para leer, el olor del melocotón que comía mientras leía, el placer de esconderse en el jardín, en verano, en invierno... ¡Textos bellísimos!

¿Literariamente bueno?

Sí, de hermosa poética: lo sanador es que afloró una emoción, que ella la percibió y que generó una realidad... ¡creó! Se recreó.

¿Con qué resultado terapéutico?

Dejó de ser prisionera de su sufrimiento. Llegó sintiendo que unos hilos internos la aprisionaban, ahora los sentía de colores y poco tirantes... “Cuando me muera... quiero irme con ellos”, me dijo un día...

Se emociona...

¡Su sufrimiento se aflojó! Sí, me emociono...

¿Qué lectura hace?

“¡Es una pena si sólo estás cuerdo!”, dijo Winscott... Que una desorganización interna sirva para reconstruirte a ti mismo.

¿Eso es creatividad?

No se trata de ser creativo, ¡sino de ser creador! De crearte. ¡Y para eso no hay recetas!

¿No?

“Dejad que los sueños ocupen el lugar que merecen”, dijo Fernando Pessoa, y añadió: “Necesito dormir para poder despertar”.

Cíteme otro pensamiento inspirador.

Me gusta mucho el escultor Chillida, que dijo: “Newton desmiente a Galileo y Einstein desmiente a Newton... ¡pero yo no tengo necesidad de desmentir a Velázquez!”

¡Bravo!

Regálate oportunidades. Sal de tu comodidad, crea otra narrativa. Perder lo conocido es ganar lo que puedes llegar a ser. Pregúntate: “¿Tengo algo diferente que decirme?”.

¿Se lo pregunta usted?

Sí, cada vez que me piden un artículo, ja, ja... Y cada noche, antes de dormirme, me pregunto: “Hoy..., ¿me he sentido vivo?”.

¿Y?

¡Muchas veces no! No importa. Todo es tan precioso, tan fugaz... ¡Eso es lo bonito! Una vez creí ver el rayo verde en un crepúsculo... Raro, extraordinario, único... Una pulsación sólo, nada que capturar. ¡Y ya está! La condición de que exista es que desaparezca.

VÍCTOR-M. AMELA

Posa l'humor d'Alfons Arús al 8

Avui 14.00 h
Arucitys
amb Alfons Arús



CUPÓN

47970

