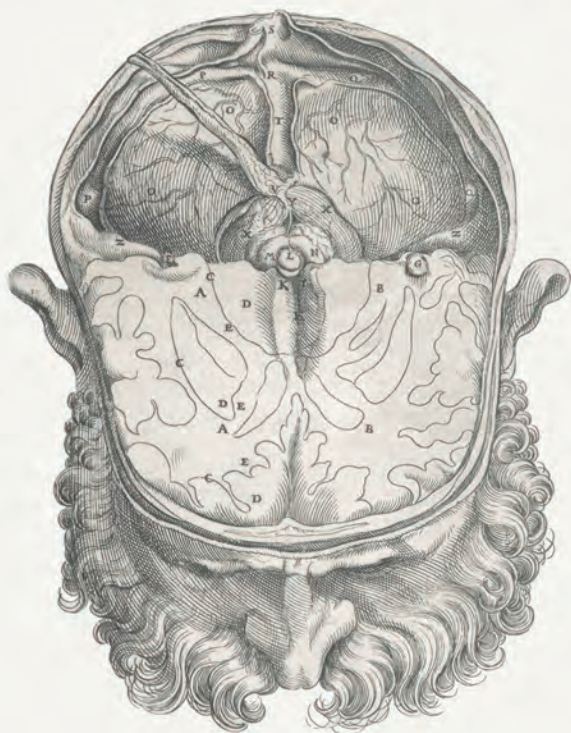


Manuel Hernández Pacheco



Identidad y psicopatología

Origen y tratamiento
de los trastornos de conducta y personalidad
con el modelo Parcuve

Serendipity

DESCLÉE DE BROUWER



parcuve[®]
method



IDENTIDAD Y PSICOPATOLOGÍA

Origen y tratamiento de los trastornos de conducta y
personalidad con el modelo Parcuve

Manuel Hernández Pacheco

IDENTIDAD Y PSICOPATOLOGÍA

Origen y tratamiento de los trastornos de conducta y
personalidad con el modelo Parcuve



Serendipity

Desclée De Brouwer

© Manuel Hernández Pacheco, 2025

© EDITORIAL DESCLÉE DE BROUWER S. A., 2025

Henao, 6 – 48009 Bilbao

www.edesclee.com

info@edesclee.com

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley.

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos –www.cedro.org–), si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

Printed in Spain

ISBN: 978-84-330-3947-7

Depósito Legal: BI-233-2025

Impresión: Grafo S. A. - Basauri

*Dedico este libro a las personas que confiaron
en mí cuando yo no era capaz de hacerlo.*

He dejado escrita en estas páginas mi autobiografía de la única manera que he sabido: entendiéndome y ayudándome yo. Sólo de este modo he sabido entender y ayudar a los demás.

—Manuel Hernández

Quiero contar una historia ¿Sabré algún día escribir algo más que sobre mi propia historia?

—Pierre Drieu La Rochelle

Dice en el primer libro de los Reyes (19,11-12) que cuando Elías se encontraba subiendo al monte Horeb para encontrarse con Dios: "... Y he aquí que Jehová pasaba, y un grande y poderoso viento rompía los montes y quebraba las peñas delante de Jehová, pero Jehová no estaba en el viento. Y tras el viento, un terremoto, pero Jehová no estaba en el terremoto. Y tras el terremoto, un fuego, pero Jehová no estaba en el fuego. Y tras el fuego, una voz apacible y delicada..."

No se puede encontrar a Dios en el ruido. Dios solo se puede revelar en el silencio. Dios no se encuentra en las redes sociales o en las portadas de los periódicos, Dios no está en la televisión. Dios solo está donde no hay irritaciones. Y esto es cierto incluso para los que no creen en Dios, pero piensan que en alguna parte hay una verdad a descubrir o un valor merece crearse. No hay verdad o creatividad en una tormenta sólo en una búsqueda silenciosa.

—Umberto Eco

ÍNDICE

Agradecimientos.....	11
Introducción.....	13

Parte I

Análisis teórico de la identidad y la personalidad

1. La identidad y lo simbólico. La justicia como eje de nuestra racionalidad.....	21
2. Neurobiología de la identidad.....	51
3. La memoria y la construcción de la identidad. Apego y mentalización.....	95
4. El trauma y la identidad.....	125
5. Juego, lenguaje e identidad. Como construimos la realidad	151
6. Etapas evolutivas de la identidad	187
7. Identidad y personalidad.....	203
8. Disociación: una fragmentación de la identidad	223
9. Las partes disociadas y su perspectiva de la realidad	255

10. La identidad y el modelo Parcuve.	281
11. ¿Quién soy realmente? Trastornos de conducta y de personalidad	321

Parte II

Aplicaciones prácticas

12. Entender a nuestros pacientes	347
13. ¿Cómo trabajar con las cartas terapéuticas?	365
14. Trabajo con las memorias disociadas. Los 12 pasos del método Parcuve.	387
15. Cómo trabajar los trastornos de conducta	411
16. Cómo trabajar los trastornos de personalidad	451
17. Cómo trabajar los trastornos alostáticos	469
18. Cómo trabajar con los niños	481
Escrito por <i>Shirley Castillo</i>	
Conclusiones	501
Bibliografía	503



AGRADECIMIENTOS

Quiero agradecer a la editorial Desclee que haya confiado en mí de nuevo, especialmente a Joseba, en su nueva etapa de director de ediciones de la editorial. Como siempre, darle las gracias a Olga Castanyer por editarme el libro con tanto interés y paciencia como es habitual en todos mis libros y a Rebeca Torrijos, exalumna del postgrado y ahora amiga, por haber estado tantas horas delante del texto corrigiéndolo y aportando ideas. Elena Castillo también me ayudó con sus comentarios tan acertados en la primera parte del libro. Finalmente, agradecer a Shirley Castillo por confiar en mí de nuevo y haber escrito un capítulo sobre la aplicación del modelo Parcuve a niños.



INTRODUCCIÓN

Cuentan que cuando Abderramán III, el gran califa de Córdoba, estaba en su lecho de muerte, dijo a sus compañeros: *"...He poseído el harén con las mujeres más bellas del mundo... he sido califa de la ciudad más hermosa del mundo... he sido el jefe del mayor ejercito del mundo... Y, sin embargo, sólo consigo recordar dos o tres momentos felices en mi vida..."*. Los seres humanos no estamos condenados a vivir, lo estamos a morir, y conocer que nuestra muerte llegará en un momento u otro nos obliga a construir sueños, ciudades, ejércitos e identidades.

Estamos determinados biológicamente para que en nosotros predomine el miedo, no la felicidad o la calma, y esto hace que muchas personas no encuentren un sentido a sus vidas y no consigan entender por qué es bello vivir, aunque tampoco esto suponga que busquen la muerte. Otros ven a esta como un alivio, un sueño final, en el que por fin podrán descansar. Entender el origen del sufrimiento y cómo aliviarlo ha sido el objetivo, desde el principio de los tiempos, de los chamanes, los teólogos, los filósofos y, en nuestros días, los psicólogos.

Yo creo, y lo he vivido, que este sufrimiento proviene de la lucha entre las diferentes partes o identidades que constituyen quienes somos. Y he aprendido que, cuando hay armonía o paz entre ellas, existe calma y bienestar, pero si luchan hay ansiedad y sufrimiento. Esta sensación de bienestar que tengo desde hace unos años no fue siempre así: hubo



mucha lucha en mí, entre el que yo sentía que quería ser y cómo me percibía y creía que debía ser en función de cómo me percibían los demás. La dialéctica entre lo que soy y lo que debería ser, lo que yo quería para mí y lo que creía que esperaban los demás, el deseo y el rechazo, la sensación de ser diferente y, sin embargo, no poder ser de otra manera, me hacía sufrir mucho. Igual que percibo ese sufrimiento en mis pacientes y en muchos amigos.

A mis 47 años, aproximadamente, escribí mi primer libro *Apego y psicopatología. La ansiedad y su origen* (31) para poder entender el origen de mi sufrimiento y el de los pacientes que por aquel entonces empezaba a atender. Nadie había sabido explicarme por qué, con la depresión que tuve a los 40 años, se apoderó de mí la sensación de “No soy esto en lo que me he convertido”. Fue el colofón a la sensación de que, pese a haber sido un privilegiado, no había podido ser totalmente feliz.

Creo que en este libro he podido dar forma a esa lucha entre las identidades y el sufrimiento que las acompaña. Que nadie espere un manual de autoayuda, es una reflexión sobre muchas horas de lectura, conversaciones y observaciones sobre la naturaleza humana. Este libro es lo que me hubiera gustado que me explicaran en mi infancia, en la adolescencia o a mis 40 años, que los seres humanos podemos sufrir en las relaciones con los otros, pero que no debemos sufrir en la relación con nosotros mismos.

Mi sufrimiento provenía en gran parte, o al menos eso creo ahora, de mi infancia, en la que fui un niño no deseado, con peleas constantes de mis padres y mucha violencia física y verbal por parte de mi padre. Esto hizo que aprendiera a no fiarme de las intenciones de los demás, estar en su mente para mí resultaba peligroso, e hizo que me refugiara en la lectura cuando estaba en casa y en la aventura cuando estaba fuera. Mi abuela fue mi figura de apego seguro, con ella podía ser “yo mismo”, sólo los que hayan vivido esto podrán entenderlo, con ella no necesitaba usar la máscara o devaluarme para no sentir que si me exponía sería castigado.

En la adolescencia, mis amigos, que tan importantes fueron en mi infancia y ahora sé que, también, en mi salud mental. Ellos, con el juego constante, crearon los cimientos de mi capacidad de conectar con los



demás. Con la pubertad y la aparición de una identidad más definida, nuestros caminos se bifurcaron. A mí no me interesaban las motos, el fútbol o el sexo como a ellos. Me motivaba la lectura, la belleza o la naturaleza. Aunque nos queríamos, nuestros caminos eran distintos. Recuerdo esta etapa con mucho dolor por sentirme diferente. Ahora sé que es algo que sufren, de un modo u otro, todos los adolescentes.

Creo que en aquella época cristalizó esa sensación de que lo que puedo contar no es interesante o no le va a gustar a nadie. Con la adolescencia surgió una identidad propia y la lucha agotadora entre quien yo era y la necesidad de sentir pertenencia. Necesitaba poder compartir mis angustias, mis descubrimientos y mi necesidad de conocer todo, sobre todos los temas. Nunca podré agradecer lo suficiente a Fali, Montse, Ernesto, Ofelia, Jose o Belinka que fueran mis amigos, que me acompañaran en esa etapa de tanta incertidumbre sobre cómo ser yo y cómo conectar con los otros. Hoy en día creo que si no hubiera sido por ellos habría acabado con adicciones, o trastornos mentales graves. Sobre todo, llevo en mi corazón a José María, que fue el hermano mayor que nunca tuve y me enseñó el amor incondicional que nunca tuve de mi padre. Murió cuando yo tenía 18 años y él 27, cuarenta años después sigo llorando cuando lo recuerdo y me obligo a ser tan buena persona como fue él. No puedo dejar de pensar que si estuviera ahora a mi lado se sentiría orgulloso de mí.

En la universidad, estudiando biología, me acompañaron el fracaso escolar y amigos como Luís, José Luís, Chelo, Maricarmen o María, que me ayudaron a sentir que podía ser un líder, confiaban en mí, aunque en aquel entonces yo no podía entender por qué. Algunos siguen a mi lado y otros no, pero para todos guardo amor y culpa por los errores que pude cometer.

En la edad adulta la lucha disminuyó, de algún modo se redujo la necesidad de ser aceptado por los demás, podía ser yo, aunque me sintiera defectuoso. Raquel, mi novia por aquel entonces, confió en mí como nadie y Ana, la madre de mis hijas, también. En esa etapa, a partir de los 30, dos identidades entraron en lucha de nuevo, la aventurera que quería viajar por el mundo y la de padre que debía labrarse un futuro económico y profesional.



No quiero dar la impresión de que no fuera feliz del todo, sólo que no podía serlo plenamente, sentía que si una parte ganaba la otra perdería y sólo encontraba una felicidad plena en los viajes y la naturaleza. Comenzando mi cuarta década, tuve que elegir entre seguir con mi vida convencional o tomar el camino de divorciarme y sentirme libre. El daño a mis hijas, sabía entonces y sé ahora que fue irreparable. Nunca hubo discusiones en casa, lo que hizo más difícil el divorcio para mis hijas, pero pensé que cuando fueran mayores sería mejor que tuvieran un padre del que sentirse orgullosas que un padre que sólo les transmitiera nostalgia por lo que no había vivido. Otro de mis actos egoístas donde debía elegir entre mi libertad o la seguridad, dos entes que son malos amigos, y en los que siempre tomé partido por el primero.

Con el sufrimiento del divorcio y el dolor de la rabia y la soledad llegó mi travesía del desierto, mi comienzo como psicólogo y mi depresión acompañada de una ansiedad horrible. Sólo era feliz en los viajes, pero ayudar a los demás empezó a ayudarme a mí, pude darle un sentido a mi vida y cumplir el sueño que vivo ahora. En esa etapa me enamoré de Esther y ella de mí, pero no supimos cómo gestionar el amor. Este pasó de ser algo precioso a convertirse en algo viscoso, una vez más ella creyó más en mí mucho más que yo mismo y fue muy importante en el éxito profesional que tuve luego.

Una vez leí que el éxito es hacer lo que uno quiere cuando uno quiere y ahora sé que soy un privilegiado, tengo dos hijas preciosas de las que no puedo estar más orgulloso, pocos, pero muy buenos amigos y amigas y el privilegio de poder compartir mi conocimiento en cursos y libros mientras viajo. Esto, para un niño que sintió que no tenía nada que aportar, es un tesoro.

Ya no hay luchas entre mis partes, mi parte intelectual que tenía tanto miedo en expresarse, y que yo ocultaba, es ahora la más admirada por todos. Los que me decían que estaba loco con mis viajes tan aventureros y peligrosos, ahora me envidian, y hay nuevas personas en mi vida como Mari, Maricarmen, Susan, David o mis compañeros de medio mundo, con los que siento que puedo estar en sus mentes sin peligro, igual que podía estar en la de mi abuela, una sensación reconfortante de plenitud y confianza.



INTRODUCCIÓN

Quiero terminar como empecé, aprendiendo de la historia: Carlos I de España y V de Alemania tuvo una vida muy azarosa, su padre murió cuando era niño, su madre enloqueció y vino a España con 16 años a gobernar un país que no conocía y con una lengua que no hablaba. Viajó y guerreó por toda Europa de una forma incansable y, ya alcanzada cierta edad, cansado y enfermo, decidió retirarse. Se fue a vivir al monasterio de Yuste, un lugar hermoso pero inaccesible, en un paraje montañoso aislado del mundo. Mientras escribo estas líneas, mi alma de viajero me va pidiendo esa paz y reposo que pocas veces me he permitido. Ahora busco la calma que tanto necesito y que, a veces, tanto miedo me da.

No sé cuándo llegará el día de mi muerte, pero sé que ese día podré estar orgulloso de la vida que he vivido y espero que mis hijas puedan estarlo de mí. Hace ya muchos años que mis partes dejaron de luchar entre ellas y creo que he ayudado, un poquito, a dejar un mundo mejor. Es mucho más de lo que jamás pude soñar.

Ciudad de México
1 de junio de 2024



I

ANÁLISIS TEÓRICO DE LA IDENTIDAD Y LA PERSONALIDAD

1

LA IDENTIDAD Y LO SIMBÓLICO. La justicia como eje de nuestra racionalidad

¿Por qué un libro de la identidad?

... Entonces dijo Moisés a Dios: He aquí, si voy a los hijos de Israel, y les digo: «el Dios de vuestros padres me ha enviado a vosotros», tal vez me digan: ¿Cuál es su nombre?, ¿qué les responderé? Y dijo Dios a Moisés: YO SOY EL QUE SOY. Y añadió: Así dirás a los hijos de Israel: «YO SOY me ha enviado a vosotros...

—Éxodo 3:13

Comienzo el libro con esta cita de la Biblia, que representa a Dios ante Moisés en el Sinaí, en la que se muestra como un ser completo, sin partes, sin remordimientos, sin dudas... ¿Puede hacer Dios el mal? ¿O simplemente sus designios están muy por encima de los nuestros? ¿Cómo apareció en nosotros la consciencia? ¿Somos una imagen defectuosa de ese Dios, como creen los cabalistas o los platónicos, o somos fruto de millones de años de evolución? La razón de este libro es una pregunta que me acompaña desde la adolescencia. ¿Por qué existe el mal? ¿Por qué si conocemos el bien hay gente que hace daño? Ningún animal tiene consciencia de lo que es el mal, o de lo que es



malo. Pueden hacer daño pero, hasta donde sabemos, lo hacen movidos por sus instintos. La pregunta se amplía entonces: ¿por qué el hombre actúa de una manera que puede ser contraria a sus instintos de justicia y conexión? ¿Por qué puede hacerse daño a sí mismo o a los demás, incluso disfrutando de ello?

Cuando era adolescente me llamó la atención un libro de Freud que, honestamente, he de confesar que nunca me he leído. Se llamaba *El malestar de la cultura*¹. Este título me hacía pensar qué es lo que podía llevar al ser humano a componer una ópera hermosísima, escribir una novela apasionante o matar en Auschwitz a millones de personas de forma industrializada.

Creo a día de hoy que este es el precio que pagamos por ser humanos y tener la libertad de decidir y de actuar. No somos libres del todo, pero sí tenemos más libertad que cualquier otro ser vivo y este es el precio que pagamos por esa libertad. La aparición de esta capacidad de crear la belleza o el horror, o los dos al mismo tiempo, surgió durante millones de años en un proceso que no sabemos si fue debido al azar o a algo que nos programó y predeterminó para que ocurriera de este modo.

1. A estas alturas creo que nunca lo leeré, no por desmerecer a Freud, sino porque el título me evoca tantas cosas que creo que si lo leyera me decepcionaría. Hay lugares, personas y libros que es mejor que permanezcan idealizados en la imaginación.



Reflexión

Una de las películas más enigmáticas y hermosas que he visto es: “2001, una odisea en el espacio”. Se habla de la inteligencia artificial y de la posibilidad de que los ordenadores tengan emociones, y que haya una inteligencia exterior que nos diera el raciocinio a los humanos.

La sinopsis es: en una zona desértica convive un grupo de primates que lucha por la supervivencia. Son atacados por un felino o por otros primates y no pueden protegerse, al no tener una conciencia de grupo más allá de ser una suma de individuos, no pueden coordinarse en la defensa.

Súbitamente, aparece un monolito negro, que sería una inteligencia extra-terrestre. Este da la inteligencia a uno de los monos, que aprende a usar un hueso como herramienta. Se da cuenta de que con este hueso puede agredir a los demás, ser más fuerte. Cuando el felino les vuelve a atacar, usa el hueso como un arma coordinándose con el grupo y lo matan. Posteriormente, atacan a un grupo rival y lo exterminan ocupando su territorio, disfrutando con la sensación de poder y violencia. Esa inteligencia exterior los ha hecho fuertes y poderosos, la evolución irá haciendo el resto... Al sonido de *Así habló Zaratustra*, de Richard Strauss, el mono se siente invencible usando el hueso como un objeto de poder y agresión y se pasa a la siguiente escena donde hay una nave espacial bailando en el espacio al ritmo del *Danubio azul*. Ese mono ha evolucionado a un hombre que puede viajar al espacio.

La película continúa con una misión a Júpiter, donde el ordenador de la nave, Hal 9000, comienza a asesinar a los astronautas al saber que van a desprogramarlo. ¿Este ordenador adquirió emociones a través de sus programadores como el mono obtuvo el raciocinio del monolito? ¿O surgió de forma espontánea al aumentar su conocimiento sobre sí mismo? Este debate está muy vivo ahora con la aparición de la inteligencia artificial.

¿Fue el azar lo que dio lugar a la inteligencia del ser humano? ¿Fue una inteligencia superior? ¿Fue Dios? Nunca lo sabremos, pero lo que sí sabemos es que nuestro conocimiento crece de forma exponencial, cada vez podemos apoyarnos más en elementos exteriores para que nuestra inteligencia y capacidad de manipulación del entorno sea más y más compleja.

La aparición de nuestra inteligencia queda manifestada de forma magnífica en el fresco de la capilla Sixtina, que pintó Miguel Ángel. El momento en el que Adán es creado por Dios.

