

¿En una semana libre de neurosis?

El proceso Hoffman de la Cuadrinidad

Colin Goldner

Psicólogo. Escritor alemán. Director del Forum de Psicología Crítica en Munich.

Traducción y adaptación al español: Henk Meyer y Miguel Perlado.

Original: Goldner, C. (1996). "In einer Woche frei von Neurosen? Der Hoffmann-Quadrinity-Prozeß". Psychologie Heute, 6: 16-17.

La terapia maratoniana "Proceso de la Cuadrinidad", que durante 25 años ha funcionado como una modalidad de "coaching privado", sale actualmente a la luz. Diferentes centros en Düsseldorf, Berlín y Viena ofrecen "cursos crash para la mente" de una duración de 7 días, de los cuales los participantes deberán salir como "seres humanos enteramente nuevos".

A puerta cerrada y en lugares retirados donde se llevan a cabo estos seminarios, el equipo de "terapeutas" conduce a los participantes en grupos de entre 15 y 20 por un proceso. De acuerdo con la teoría que sustenta esta práctica, el término "Cuadrinidad" se refiere a los "cuatro ángulos del ser humano": cuerpo, intelecto, sentimiento y espiritualidad. Por lo general, los sentimientos se oponen a la razón. El campo de batalla es el cuerpo, que se expresa en esta lucha en forma de enfermedades. Asimismo, se supone que el ser espiritual no es percibido. El Proceso Hoffman de la Cuadrinidad promete unir las diferentes partes del ser en una totalidad, la llamada "Cuadrinidad".

En un primer momento, se realiza una demostración de la tesis fundamental de la "Cuadrinidad", esto es, que todas las personas sufren serios trastornos psíquicos. El procedimiento es simple: se explica cada expresión o no-expresión de los participantes individuales en base al modelo de comportamiento neurótico que se supone que ha adoptado de los padres y que encubre la "verdadera esencia del ser".

Tras descubrir una 'biografía negativa', se hace regresar a los participantes a su temprana infancia por medio de ejercicios de visualización para buscar huellas del "rechazo de los padres". Poco tiempo después, los participantes ya rondan por el suelo y lloran a pleno pulmón como recién nacidos. Por la noche, cada participante recibe un animal de peluche para dormir.

El trabajo del segundo día consiste, sobretodo, en escribir. Tienen que apuntar en pequeñas tarjetas los 35 "peores rasgos de la madre". A continuación, hay que dirigirle una "carta de odio" de exactamente 12 folios. En una sesión maratónica de seis horas, cada participante grita las 35 propiedades ("modelos adoptados") más negativas de su madre para "liberarse". En cada punto de denuncia, golpean un almohadón con un bate de béisbol. Al día siguiente se repite el mismo procedimiento, pero con el padre en el banquillo de acusación.

Tras la crítica demoledora al papel de ambos padres, sigue al día siguiente la fase de la "defensa". Mediante un ejercicio de visualización, los participantes entran en trance. Deben encontrar a sus padres cuando todos tenían 12 años. En un diálogo "de niño a niño" se interroga a los padres por sus experiencias de la infancia. El resultado de este "diálogo" se escribe en exactamente 20 páginas para cada uno de los padres. El resultado: también los padres son víctimas de "modelos" que adoptaron de sus padres. Lo que sigue es una defensa de los padres a capa y espada, por cada uno 20 páginas por escrito.

El penúltimo día los participantes son llevados a un estado anímico completamente opuesto; debe ser el "día más hermoso de su vida". Juegos y canciones de niños, un ejercicio de visualización les lleva hasta Jauja y con Papá Noel.

Siempre hay algunos participantes que interrumpen el proceso antes de tiempo. Y es que se presentan demasiados temas al mismo tiempo. En general, no existe seguimiento alguno acabado el proceso ni se dispensan los cuidados necesarios a quienes lo necesiten. Ni tan siquiera está claro si los "terapeutas Hoffmann" se dan cuenta de los riesgos de sus actividades: esta clase de "cursos crash" pueden tener como consecuencia el colapso total de un participante que puede ocurrir hasta meses después. También respecto a la preparación clínica del equipo de "terapeutas" existen serias dudas.

A nivel teórico, no hay un concepto plausible. En vez de presentar pruebas justificadas acerca de la supuesta efectividad, enumeran "historias de casos" imposibles de verificar, en las cuales los participantes logran "grandes cambios existenciales" o superar problemas como "temores, culpa, o drogadicción", así como "enfermedades psicosomáticas como jaqueca, impotencia y muchas alergias desaparecen". Y eso en sólo siete días.

Tras un análisis más detenido, el Proceso de la Cuadrinidad no es más que una copia extremadamente trivializada de la tampoco muy fundamentada "terapia del grito primal" de Arthur Janov. Se supone que experiencias catárticas extremas cambiarán una imagen personal cargada de "negatividad" (lo que Janov llamaba "la pena esencial", que según él se formaba en la infancia). En sí mismo, el proceso de la cuadrinidad no hace más que añadir algo de hipnoterapia y psicodrama a las ideas de Janov.

A propósito: la terapia de 7 días de duración tiene un coste de 4.370 marcos alemanes por persona.