

# El poder del discurso materno

BIBLIOTECA

**LAURA GUTMAN**



DEL NUEVO EXTREMO



LAURA GUTMAN

# EL PODER DEL DISCURSO MATERNO

## [Portadilla](#)

## [Algunas explicaciones pertinentes](#)

### [1 Alguien nombra lo que pasa](#)

La conciencia recuerda lo que es nombrado. La constitución del personaje. Ser amado a partir del personaje. A mayor desamparo emocional, mayor refugio en el personaje que da identidad

### [2 El discurso materno](#)

Detectar el discurso materno. ¿Por qué es importante descubrir por boca de quién habla cada individuo? Cómo lograr no imponer un discurso engañado sobre nuestros hijos

### [3 El discurso del “yo engañado”](#)

Cuando nuestro propio discurso se apropia de la voz oficial. Reforzar el personaje que nos ha dado amparo. La fascinación que producen los personajes

### [4 Historias comunes](#)

Defendiendo el discurso materno. Miranda: la invisibilidad como refugio. Ricardo: un pollito mojado y furioso

### [5 Los estragos de la represión sexual](#)

Patriarcado y represión sexual. Daniela: moral, mentiras y sexo

## 6 Fuera del surco

La represión de las pulsiones básicas. Todo lo que pensamos dentro del surco. Amparo: la distancia entre lo correcto y la verdad interior

## 7 El abuso sexual como sistema vincular

Reflexiones generales sobre el abuso sexual. Belén, en busca de su femenino interno

## 8 Las palabras que sanan

Lo que el discurso materno no dice. Las biografías humanas realizadas a través de Internet. Joan y su falta de palabras. La función de las palabras que describen realidades internas. Guadalupe y su hija adolescente

## 9 La búsqueda del sí mismo

Cada biografía humana es un universo en sí mismo. La búsqueda del sí mismo

# **El poder del discurso materno**

Introducción a la metodología  
de construcción de la Biografía  
Humana

**Laura Gutman**

Gutman, Laura

El poder del discurso materno / Laura Gutman ; coordinado por Mónica Piacentini ; dirigido por Tomás Lambré. - 1a ed. - Buenos Aires : Del Nuevo Extremo, 2013.  
E-Book.

**ISBN** 978-987-609-384-2

1. Psicología. 2. Familia. I. Piacentini, Mónica, coord. II. Lambré, Tomás, dir. III. Título

**CDD** 150

© 2011, Laura Gutman

© 2011, de esta edición: Editorial del Nuevo Extremo S.A.

A.J.Carranza 1852 (C1414 **COV**) Buenos Aires Argentina

Tel / Fax: (54 11) 4773-3228

e-mail: [editorial@delnuevoextremo.com](mailto:editorial@delnuevoextremo.com)

[www.delnuevoextremo.com](http://www.delnuevoextremo.com)

ISBN: 978-987-609-384-2

Reservados todos los derechos. Ninguna parte de esta publicación puede ser reproducida, almacenada o transmitida por ningún medio sin permiso del editor.

Hecho el depósito que marca la ley 11.723

*A mis hijos Micaël, Maïara y Gaia*

## Algunas explicaciones pertinentes

Cuando ofrezco conferencias o seminarios, hay personas que están más interesadas en mí que en escuchar lo que tengo para decirles. Quieren recibir de mí una sonrisa, un abrazo, una mirada. De hecho, cuando esas personas se inscriben, pagando a veces una suma de dinero importante, preguntan si van a poder acercarse a hablar conmigo a solas. Aguardan ese momento como un niño espera mirar de cerca a Papá Noel. Es frecuente que las personas proyectemos poderes mágicos sobre otros. Y también es habitual que algunos nos disfracemos de magos, un poco para agradar y otro poco porque terminamos creyendo que somos eso. En verdad, cada uno de nosotros es mago solo con relación a sí mismo. El asunto es que preferimos depositar afuera algo que nos corresponde asumir.

Si yo jugara este juego, quedaría en el tintero todo aquello que sí quiero transmitir, y que intentaré describir en el presente libro. Hasta hoy, no he logrado poner en palabras escritas el minucioso trabajo en relación con **la construcción de la biografía humana**. Sé enseñarla muy bien en forma personal, sé preparar a algunos extraordinarios profesionales que trabajan con una lucidez impecable, apoyando los procesos individuales de cientos y cientos de hombres y mujeres que se acercan a nuestra institución pidiendo asistencia. Pero hasta ahora no he sabido pasarlo al lenguaje escrito, y este es mi propósito.

Creo que el gran obstáculo que tenemos en la actualidad la mayoría de los seres humanos –y que es la clave para comprender globalmente la conducta humana– es el sometimiento infantil en el que permanecemos, como consecuencia del **poder del discurso materno**. Palabras dichas, repetidas una y otra vez desde una determinada lente –la de nuestra madre– y que, en nuestro carácter de niños pequeños, hemos adoptado como la única lente posible desde donde vivir la vida. El modo en que luego perpetuamos este “mirar”, cargando una larga herencia de mandatos, prejuicios, miedos, moral, conceptos filosóficos, religiones y secretos, nos deja

devastados. Sin saber quiénes somos. **Preguntando a diestra y siniestra qué está bien y qué está mal.**

El trabajo retrospectivo que cada individuo –alentado a partir de cualquier dificultad vital– tiene la oportunidad de emprender, merece un largo y penoso recorrido. Es tan arduo y tan diferente en cada caso, que yo misma estoy dando vueltas hace años para encontrar una forma ordenada y sencilla para explicarlo. La diversidad de experiencias, procesos personales, aperturas, preguntas y confrontaciones con el propio material sombrío es muchísimo más rica que la linealidad de una teoría que pretenda recoger dichas vivencias. Por eso quizás sea pertinente que explique a mis lectores cómo fui llegando, después de casi treinta años de trabajo, a las reflexiones que ordené en el presente libro, para lo cual quiero compartir algo de mi historia profesional.

Quizás sepan que inicié el trabajo de indagación sobre la conducta humana a partir de las problemáticas actualizadas en un momento tan invisible y poco valorado socialmente, como es el **hecho materno**. Era tal el hándicap de todas las madres jóvenes, y por supuesto, yo tenía tal empatía con todas las madres (la he tenido siempre, incluso antes de ser madre yo misma), que me resultaba natural, totalmente sencillo y espontáneo ayudar, apoyar, contener y traducir todas las sensaciones ambivalentes que inundaban a las madres con bebés o niños pequeños en brazos. Así empezó mi trabajo. Todavía en épocas en que vivía en París, con mis dos primeros hijos ya nacidos, siendo testigo de la distancia emocional que padecían muchísimos franceses (más que nosotros, los latinos), siendo también testigo de los maltratos en los partos, de la dificultosa tarea de amamantar, cuando todavía la lactancia no estaba de moda y pocos pediatras la toleraban. En ese momento – entre mis ideales de juventud, el exilio, el descubrimiento del feminismo, el post Mayo del '68, la macrobiótica y las corrientes orientales progresistas que llegaban como ráfagas de pensamientos libres– me subía a todas las banderas donde hubiera una buena causa para defender. Quién podría estar en contra. Apoyar a las madres a amamantar solo podía ser algo positivo. Eso era lo que pensaba amparada en mi juventud.

Regresé a Buenos Aires y continué con esta labor de “apoyar a las madres”. Claro, apoyar siempre es algo bueno. Y mientras las mujeres atravesábamos con mayor o menor desesperación los períodos puerperales, sintiéndonos raras o locas o desequilibradas, una palabra de apoyo era bienvenida. Fueron pasando los años, y trabajando con las mujeres, luego incluyendo a los varones poco a poco –sintiendo también empatía, compasión, cariño y todas esas cosas que nos acercan a los seres humanos cuando abrimos nuestros corazones– empecé a darme cuenta de que, en verdad, había otros obstáculos mucho más profundos, internos y escondidos, que no tenían mucho que ver con lo difícil que era ser madre en la sociedad actual, sino con la forma en que, hoy, cada uno de nosotros miramos la vida y la vivimos.

Tímidamente, fui organizando un sistema de indagación, basándome al principio en los recuerdos de infancia. Hasta que rápidamente me di cuenta de que los recuerdos no eran tales y que servían poco para llegar a la verdad personal. Los recuerdos estaban casi siempre **teñidos**. Tergiversados. Fui constatando que abordar los recuerdos era una tarea muy difícil, como tratar de limpiar una habitación destartalada y abandonada por cuarenta años, llena de trapos sucios y sin utensilios para iniciar algún orden. Las vidas de las personas se presentaban igual: con urgencia para que con un pase de magia esas habitaciones se convirtieran en un lujo para doncellas, pero sin indicaciones confiables para descartar lo que no servía y dejar a un lado aquello que podría serles útil alguna vez.

Algo también me llamaba la atención: las urgencias. A mayor disponibilidad de mi parte, más urgencias aparecían. Rápidamente aprendí algo que luego fui confirmando: **las urgencias solo pertenecen al ámbito de las guardias de los hospitales y de los bomberos**. Todo lo demás, hemos necesitado treinta o cuarenta o cincuenta años en organizar, por lo tanto necesitaremos otro período similar para desarmarlo. Todo “eso” no podremos resolverlo con urgencia, sino con **tiempo**.

En esa época, también me llamaba la atención que las personas que más urgencia tenían eran las que menos estaban dispuestas a mirar en su interior y las que más reclamaban soluciones mágicas.

Aprendí, poco a poco, que los tiempos eran muy personales, y que las supuestas soluciones, también. Por lo tanto, no valía la pena desesperarse.

Varios años después empecé a publicar libros. El más exitoso fue y sigue siendo *La maternidad y el encuentro con la propia sombra*, porque es un texto con el cual las mujeres nos identificamos. Lo leemos y afirmamos: “Esto me pasa a mí, es tal cual”. Luego, apenas leído y sintiéndonos “comprendidas por alguien”, proyectamos en la autora un supuesto saber, creyendo que contará con una solución exacta para resolver cualquier otro problema que podamos tener. La reflexión más frecuente es la siguiente: “Si alguien siente o piensa como yo, aquellas conclusiones a las que arribe serán perfectas para mí”. Y a pesar de ser un libro que trae alivio a muchas mujeres con niños pequeños, y que muchas lo vivimos como una “salvación” (simplemente porque nombra los estados alterados de conciencia en los que entramos durante el puerperio, cosa que no es poco, ya lo sé), nos tentamos con un mecanismo conocido: queremos sentirnos bien con una opinión ajena. Y si logramos obtenerla, ya no estamos interesados en comprendernos más.

Ahora bien, aunque sea placentero encontrar personas que piensen como nosotros, eso **no sirve para nada**. Simplemente nos sentimos un poco más acompañados, es posible. Pero nada más. A mi criterio, el trabajo profundamente revelador es aquel que apunta a **integrar nuestra sombra**. Todos los mecanismos, sistemas, filosofías, lenguajes o metodologías que acompañen los procesos de encuentro con la propia sombra, son los que luego serán útiles para que comprendamos nuestras elecciones, y la responsabilidad que acompaña a cada decisión, sea consciente o no. Somos nosotros, y solo nosotros, quienes construimos nuestra vida. Nada ajeno a nosotros nos puede suceder. Y si algo que hemos construido luego nos trae sufrimiento, pues nos corresponde comprender cómo lo hemos organizado, si pretendemos desarmar eso que hemos contribuido a hacer funcionar. Espero que quede claro que **no hay consejo que sirva**. Ningún consejo sirve para absolutamente nada.

A pesar de los pedidos permanentes para que yo asuma el rol de mago que trae alivio a las madres, no lo hice, porque descreo rotundamente de tal cosa. Por el contrario, a lo largo de los años fui afinando una metodología para abordar la realidad emocional de nosotros como individuos, despojándonos de todo lo que opinamos sobre nosotros mismos. Tarea muy difícil. Porque todos tenemos opiniones sobre cada cosa, y sobre nosotros mismos, más. Y uno de los obstáculos es dejar bien en claro que el profesional que acompaña estos procesos solo trabaja como un **detective**: ordena la información, la pone sobre la mesa, descarta todo lo que no encaja, descubre las piezas faltantes, las busca, las vuelve a ordenar, mira desde todos los ángulos e incluso la mira con zoom: acerca y aleja, acerca y aleja. Luego, con toda esa información reunida y ordenada, la deberá cotejar con nosotros, porque se trata al fin y al cabo de nuestra vida. En definitiva, somos los únicos que podemos decir “sí” o “no” al mirar el “mapa” de nuestra historia, la constelación, la estructura familiar o como lo queramos llamar.

En este sentido, el profesional no es alguien que necesariamente sabe mucho. Ni es la persona a quien preguntar qué debemos hacer sobre cada cosa que nos acontece. Es apenas alguien entrenado en una cierta **metodología** de trabajo, que nos va a ayudar a ordenar los recuerdos, los sentimientos, lo que fue nombrado durante nuestra infancia, lo que fue acallado o lo que fue silenciado. Es alguien que nos va a acompañar para observar las escenas completas de nuestra vida. Pero será cada uno quien constate si las piezas internamente encajan o no.

Mi intención en el presente libro es explicar cómo estamos realizando el trabajo de la **organización de la biografía humana**, cómo detectamos los personajes para luego jugar las escenas de la vida cotidiana, quién nombra qué cosas, y cómo apoyamos los procesos de indagación personal para comprender más y mejor nuestras elecciones cotidianas. Seguramente dentro de cinco años estaremos trabajando de otra manera, porque este trabajo es dinámico: cambia con cada consultante, cambia con cada profesional que se sumerge en estos descubrimientos, cambia a cada rato. Lo siento mucho, pasa que en estos tiempos de Internet y velocidades siderales, cuando este libro esté publicado, quizás ya

hayamos incluido unas cuantas variantes en nuestra forma de trabajar.

Entonces, no importa qué es correcto o qué es incorrecto. Yo no estoy a favor ni en contra de nada. Lo único que importa es comprendernos más y entender la lógica de nuestras acciones, de nuestros rencores, de nuestro miedo o de nuestra rigidez. Si estamos buscando el equilibrio por fuera de nosotros, no lo encontraremos nunca, a lo sumo hallaremos aliados, pero eso es otra cosa.

Incluso explicando esto en cada circunstancia, me encuentro, una y otra vez, con cientos y cientos de personas que luego de escucharme un día entero, o dos días, o tres... en jornadas largas e intensivas, me preguntan: "Dime, Laura, ¿tú qué opinas sobre el co-lecho?". O sobre cualquier otra cosa: me preguntan sobre las vacunas, la alimentación, la economía, el psicoanálisis tradicional, la política... y resulta que yo tengo mis opiniones, como todo el mundo, claro. Solo que no tiene ninguna importancia lo que yo opine, ni importa cómo me gusta a mí vivir mi vida. Es asunto mío, y tiene que ver... ¡con mi sombra!, por supuesto. Pero por eso mismo, posiblemente, no encajen con la luz ni la sombra de los demás. Sin embargo, tenemos la sensación de que si alguien en quien delegamos el supuesto saber nos dice algo que encaja ¡tendremos razón! y nos sentiremos más fuertes para discutir con alguien que piensa lo contrario. Con lo cual, todo esto no sirve para nada. Solo sirve para perpetuar el personaje de alguien que necesita ganar una guerra para sentir que tiene derecho a seguir viviendo. Pero si ese fuera nuestro personaje... nuestra tarea sería desenmascararlo, en lugar de alimentarlo para que siga vivo haciendo estragos por el mundo.

Es verdad que esta metodología que propongo la enseño hace muchos años, y permanentemente surgen nuevos profesionales dispuestos a acompañarme en esta tarea. La enseñanza es cambiante, porque la práctica cotidiana y la experiencia abren nuevos modos de encarar con amor e inteligencia los acompañamientos terapéuticos.

Para calmar las fantasías de los lectores, quisiera también explicar cómo funciona la Escuela de Formación Profesional que dirijo en la

Ciudad de Buenos Aires, a la que todos quieren venir pero, sin embargo, luego pocos toleran atravesar hasta el final. Me siento en la obligación de explicar esto, no para vender un producto, sino porque muchos lectores saben que los profesionales que trabajan a mi lado han sido todos formados en mi escuela, que se basa principalmente en el estudio y la práctica de la metodología de **la construcción de la biografía humana**. Esta metodología no es la única, ni la mejor. Pero es buena y ayuda a mucha gente.

Recibimos cotidianamente pedidos por Internet para “abrir una sucursal” de nuestra escuela en diferentes sitios, en todas partes del mundo. Sin embargo, aprender a acompañar procesos individuales o grupales del material sombrío no se resuelve abriendo una sucursal para apoyar a las madres. Por eso mi propósito es explicar de la manera más explícita posible, de qué se trata.

Respecto a la formación profesional, el primer año es sencillo. Yo hablo durante todas las clases. Pero al mismo tiempo, los alumnos tienen que participar en un grupo donde dos profesionales de mi equipo de trabajo van a ayudarlos a lo largo del año a construir la **propia biografía humana**. Y dentro del grupo, los demás compañeros son testigos de ese proceso. Como la mayoría de los alumnos son profesionales experimentados en otras áreas, este sistema de “someterse” una vez más a revisar la propia historia genera rechazos y cierta pereza. Pero considero que no hay “formación profesional” posible si no pasamos por el tamiz de nuestros propios personajes y nuestras ideas preconcebidas. Llamativamente, pretendemos abordar una teoría solo desde el intelecto. Sin embargo, en cuestiones del alma humana, creo que la forma más auténtica es poner la mente al servicio del razonamiento ordenado y el corazón al servicio de la vibración intuitiva, es decir, ambas herramientas humanas al unísono.

Les decía entonces, que todo el primer año transcurre en el descubrimiento de nuestros personajes y, sobre todo, en el acercamiento a la realidad emocional de nuestra infancia, que casi siempre ha sido más carente, solitaria y maltratada de lo que imaginábamos. ¿Por qué? Porque nadie había nombrado algo así. Este es el primer impacto. Darnos cuenta de que provenimos de una historia emocionalmente bastante más árida de lo que habíamos

registrado, y con heridas abiertas sin siquiera tener conciencia de ellas.

Para muchas personas este tránsito ya es demasiado doloroso, o bien necesitan más tiempo para seguir procesando todo lo que han redescubierto (porque, honestamente, no hay nada totalmente nuevo, solo hay una manera actualizada de observar y nombrar aquello que sabemos de nosotros mismos).

Quienes aún tienen voluntad y entusiasmo, emprenden el segundo año de la escuela. En el transcurso de ese año, ya no vale la pena seguir escondiéndonos. Nos dedicamos a aprender a trazar los “mapas familiares” personales. Es decir, dibujamos las escenas familiares completas, tanto las de la infancia como las de la actualidad, y miramos “desde afuera” todos los movimientos. El grupo entero de alumnos es testigo de cada mapa. Podemos decir que cada alumno “presta” su historia, su organización de luz y sombra, para el estudio. Al finalizar el año, hemos atravesado las dificultades, las cegueras y los prejuicios, que son los obstáculos más frecuentes para el abordaje de cada biografía humana. El mayor susto de cada alumno antes de empezar es la fantasía de “quedar expuesto”. Pero al finalizar el año, nos damos cuenta de que compartimos más o menos los mismos sufrimientos, las mismas corazas, el mismo desamparo y los mismos discursos engañosos. No tenemos por qué tener vergüenza si estamos dispuestos a ver qué es verdad y qué es discurso. Luego de esta experiencia grupal —que suele ser muy reveladora y comprometida—, todos atesoramos una sensación poderosa de hermandad y solidaridad, porque nos comprendemos más. En paralelo, los alumnos continúan además en sus respectivos grupos de indagación personal, dando aún más vueltas en espiral sobre sus propias biografías, y también sobre las dificultades para abordar las problemáticas actualizadas.

Algunas personas logran finalizar estos dos años. Muchas menos de las que empezaron con entusiasmo y ganas de trabajar para ayudar a los demás. Nos damos cuenta de que tenemos mucho para observar en nuestro interior, antes de pretender que los demás cambien. Casi siempre sucede algo que no puedo predecir con anticipación. Muchas de las personas que iniciaron esta formación con el propósito de trabajar con esta nueva metodología, se dan

cuenta de que necesitan o desean seguir trabajando sobre sí mismas. Y allí concentran su interés. Y, paradójicamente, otras personas que emprendieron este viaje por curiosidad personal o para sentirse bien o porque creían que aprenderían a criar mejor a sus hijos, descubren una vocación, una manera de ordenar el pensamiento, un potente deseo de seguir formándose para trabajar con otros individuos.

En ese punto, casi todos han tenido la experiencia personal y grupal de lo **ingrato** y **doloroso** que puede resultar este trabajo. Estamos buscando **sombra**. Si buscamos sombra, en general no nos vamos a encontrar con nada bonito. Las fantasías de ayudar a las madres puérperas con sus bebés sigue siendo válida, pero ya tenemos un acercamiento mayor a realidades emocionales tristes, violentas, hostiles, áridas y casi nunca reconocidas.

En ese momento, luego de dos años de compartir el ejercicio de sacarnos las máscaras, y tratando que ese “mirar desde otro lado trayendo la voz de los demás” se convierta en una manera de vivir, hago una elección subjetiva. Sí. Simplemente elijo entre mis alumnos a aquellos que me parece que podrían estar en condiciones de trabajar en el futuro en mi institución, bajo esta modalidad. Para ello, doy importancia al proceso que han hecho a lo largo de esos dos años. **No me importa la formación profesional anterior** (quiero decir exactamente eso: no me importa si son médicos, psicólogos, psiquiatras, sociólogos, abogados, arquitectos, maestras, profesores de yoga, enfermeras, buscadores sin rumbo, amas de casa, jóvenes o viejos, hombres o mujeres, con hijos o sin hijos, heterosexuales u homosexuales. No me importa. De hecho, no pido ningún requisito para ingresar en mi escuela, salvo la intención de abrir el corazón y comprometerse emocionalmente). De cualquier manera, el proceso personal que cada individuo ha hecho lo valoro desde una apreciación personal y subjetiva, por lo tanto, colmada de inexactitudes y de errores. Y seguramente inundada de mi propia sombra proyectada. Sin embargo, hasta ahora no encontré otra manera de resolverlo, así que me seguiré equivocando.

Pues bien, esas personas elegidas cursan un tercer año de aprendizaje. Se constituyen en “practicantes”. El sistema funciona

así: muchos individuos se comunican con nuestra institución pidiendo asistencia. Algunos no pueden pagar los honorarios. Entonces tenemos un servicio, para quienes lo requieran, de asistencia “con honorarios institucionales”: un eufemismo raro utilizado en la Argentina que significa “barato”. Esas personas que pagan poco serán atendidas por alguno de estos “practicantes”, que son egresados de mi escuela, y a quienes les derivamos “consultantes reales” para empezar a trabajar siempre bajo la metodología aprendida, es decir, la **organización de la biografía humana**. Siempre, siempre, siempre, no importa cuál sea el motivo de consulta aparente del individuo que pide asistencia. Durante este tercer año de aprendizaje, mi supervisión es permanente, caso por caso, entrevista por entrevista. Durante este proceso, mis practicantes se encuentran habitualmente con realidades aún más difíciles y dolorosas: individuos ciegos, resistentes, sufrientes, olvidadizos, confusos, negadores, despreciativos, en fin, usando los mecanismos de salvataje emocional aprendidos durante sus infancias, y que ayudaremos a reconocer como tales.

Durante este año de prácticas aprendemos algo más, que no es menor para el sistema de trabajo que hemos implementado: cada practicante aprende a escribir informes, después de cada encuentro, con un orden y un modo que vamos aceitando a medida que transcurre el año. Por mi parte, también les voy enseñando mi manera de supervisar, de ordenar, de detectar el personaje, el discurso del yo engañado, trazamos los mapas, hacemos un seguimiento muy detallado de cada atención. Es mucho el trabajo y la dedicación.

Este tercer año suele ser muy arduo. Es un brutal encuentro con la realidad. O más específicamente, con el abismal agujero emocional de la mayoría de los consultantes. Mi compromiso sigue siendo muy dedicado y personal. Cada practicante se enfrenta a sus limitaciones, sus miedos, sus dificultades, su propia ingenuidad y su sombra. En definitiva, también cada uno se encuentra con los consultantes que le corresponden.

Al terminar el tercer año, me encuentro en una nueva situación de antipática elección. Elijo a las personas que considero que pueden estar en condiciones de trabajar dentro de mi equipo propiamente

dicho. A veces algunas de estas personas solicitan reanudar otro año lectivo dentro del sistema de practicantes, porque reconocen aún su sombra colándose en las historias de los demás, su dificultad para ordenar el pensamiento o la necesidad de seguir entrenándose. Cada año es diferente. Algunas personas siguen su propio camino profesional, y se llevan todo lo aprendido para ejercer en sus diversas profesiones. Otros tienen la ilusión de trabajar dentro del equipo de Crianza.

Supongamos que una persona ingresa, en su cuarto año, dentro del equipo. Va a compartir las coordinaciones de los grupos. Es decir, va a seguir aprendiendo de un colega que tenga más experiencia y más años trabajando dentro del equipo de Crianza. Y de este modo, se van entrelazando en el equipo los más “viejos” con los más “nuevos”, cada año.

Este equipo de profesionales que está en continuo movimiento tiene algo muy particular que lo hace especialmente rico. Todos conocen las biografías humanas de todos, y los procesos que hemos hecho para llegar al lugar donde estamos hoy. Por lo tanto, cuando nos confrontamos con una dificultad cualquiera con relación a un consultante, a una pareja o a un grupo, tenemos la capacidad de trabajar no solo la dificultad del consultante, sino la de nuestro profesional incluido en esa relación. Yo pienso que es algo muy valioso, porque el lugar de la consulta no deja de ser un sitio simbólico, para todos.

Quiero contarles algo más: los profesionales que trabajan en mi equipo no dejan de sorprenderse de **lo ingrato** que puede ser este trabajo. Tiene pocos momentos gratificantes y muchos, muchísimos, donde quedamos sometidos a malos tratos, manipulaciones, faltas de pago, faltas de compromiso, pretensiones desproporcionadas, exigencias de resultados y enojos proyectados. Sabiendo que las personas venimos de las historias de las que venimos, es lógico que así sea. Porque somos una masa de niñitos desamparados queriendo que alguien cubra todas nuestras necesidades. Necesidades infantiles imposibles de satisfacer, hagamos lo que hiciéremos. Por eso, más allá de los ideales de querer un mundo mejor (esos ideales no los abandonaremos, porque nos quedaríamos sin entusiasmo) el trabajo de **búsqueda de la propia**

**sombra es duro.** Tener un bebe en brazos puede ser dulce. Pero enfrentarse a la aridez de la propia infancia es complicado.

También quisiera contarles –desde un punto de vista estrictamente personal, ya que esto parece una larga confesión– que dedico muchos años y muchísimo esfuerzo a formar profesionales. Y que muchos de ellos, a quienes quiero, defiendo, conozco y apoyo, luego de un par de años, deciden dejar la institución. Por hartazgo. Porque les resulta demasiado exigente. Porque es mucho más ingrato en la experiencia real de lo que imaginaron, incluso habiendo escuchado mis advertencias. En el caso de las mujeres, porque quedaron embarazadas. Porque sienten que es demasiado y no pueden responder a la familia por un lado y a las demandas de la institución por el otro. O por motivos que desconozco. La cuestión es que formar profesionales requiere demasiado tiempo y dedicación, y luego no necesariamente ese profesional “se queda a mi lado”. No es un lamento, es simplemente una descripción de la realidad, tal como la vivo desde hace muchos años.

Mientras trabajamos entre las penurias de las historias cotidianas, el ingreso a las realidades emocionales de cientos y cientos de familias y tratando de generar pensamientos nuevos; llegan desde todas partes del mundo los pedidos, las exigencias e incluso hasta ciertas ofensas, porque no organizo una escuela como la que funciona en Buenos Aires, “a distancia”. La idea es que muchas otras personas puedan acceder a este tipo de formación por Internet. Para responder a este caudal de pedidos, me siento en la obligación de explicar por qué no podría abrir sucursales alegremente, como si fueran una franquicia de un producto vendible.

“A distancia” es otro eufemismo que me resulta curioso, y que significa que algún “saber” va a llegar virtualmente por Internet, como nos llega tanta buena información, y se nos va a colar entre los poros por arte de magia. He pensado desde hace años cómo implementarlo. Pero una y otra vez me encuentro con la realidad: formarse como profesional requiere, por sobre todo, atravesar **el proceso personal de la construcción de la biografía humana**, diseñar nuestro mapa, revisar nuestros vínculos, tener claridad sobre nuestros propios personajes, detectar por boca de quién hablamos, revisar nuestras guerras, confrontar con nuestras

miserias, nuestros miedos y todos nuestros mecanismos de supervivencia. Y tomando en cuenta la experiencia después de muchos años de escuela, sé que estos procesos duran años, en un *tête à tête* muy difícil. Y también sé que al enfrentarse con los propios demonios, mucha gente desiste de continuar con esta “formación”. ¿Cómo hacer entonces? ¿Cómo proponer este trabajo “a distancia”? Lamentablemente, no cuento aún con un número de profesionales experimentados, que puedan dedicarse individualmente y “a distancia” a seguir cada proceso en particular. Por lo tanto, no lo he implementado todavía.

Toda esta explicación tiene como finalidad que mis lectores sepan que **este libro no se trata de la crianza de los niños**. Se trata de cada uno de nosotros, de nuestra infancia y, especialmente, de todo aquello que no recordamos respecto a nuestra infancia, pero que mueve los hilos de la totalidad de nuestra vida. Este es un libro para comprendernos más.

Todos nosotros –nacidos en una sociedad patriarcal en la que el cuidado y el amor no tienen realmente cabida–, hemos vivido infancias desprotegidas, sometidos a mandatos represivos estúpidos y dependientes de madres a su vez sometidas a sus propios miedos y rigideces afectivas. Así hemos crecido: muy necesitados de cuidados. Luego, cuando devenimos adultos y tenemos problemas, del orden que sean, pretendemos que alguien nos los resuelva (como esperamos los niños respecto a los adultos). Por eso somos tan adictos a las soluciones mágicas. Incluso esperamos que alguien nos diga exactamente qué es lo que debemos hacer, suponiendo que si hacemos “eso”, solucionaremos el problema. Obviamente, esto es algo tan infantil que no merece mayor explicación. Sin embargo, aún hoy, con varios libros publicados, sigo recibiendo en nuestro sitio web cientos de pedidos de soluciones por día.

De más está decir que personalmente me frustran esos mensajes. Sobre todo cuando comienzan escribiendo: “Querida Laura, soy una fiel admiradora tuya, he leído todos tus libros, por eso sé que solo tú puedes ayudarme”, luego explican el problema, por ejemplo: “Mi esposo no es cariñoso con nuestro hijo” y luego piden una solución,

a saber: “¿No crees tú que mi marido tendría que cambiar su actitud, aunque de niño no recibió amor?”.

Tal como ustedes imaginan, correspondería responder: “¿Cómo puedo saber yo lo que tú necesitas, lo que tu marido necesita o lo que tu hijo necesita? Lo ideal sería que lo averigües”. Sin embargo, tratamos de ser amables, contestando cariñosamente, pero, en definitiva, sin la respuesta que el consultante esperaba.

En todos mis libros he escrito sobre la necesidad de revisar la propia historia, en alguno he desarrollado un poco más la metodología de la construcción de la biografía humana... pero sin embargo, **nuestra sombra es más fuerte**. Nuestra necesidad de ser amados, tenidos en cuenta, acunados, abrazados... es más fuerte. Por eso preferimos, en todos los casos, una palabra de aliento... que va a ser más calentita que **la fría propuesta de revisar el desierto emocional que nos constituye**.

En definitiva, esta es una advertencia. Este libro pretende ser **un acercamiento a nuestra árida realidad emocional. No trae recetas para criar bebés sanos y felices**. Y si a alguno le parece que soy muy dura, solo tengo para decir que dura es la vida de la gente. Dura es la vida de los bebés. Dura es la vida de los niños. Áridas son las realidades emocionales y los vacíos afectivos de la gente. A mí me ha tocado simplemente acercar esas voces.

# 1 Alguien nombra lo que pasa

- La conciencia recuerda lo que es nombrado
- La constitución del personaje
- Ser amado a partir del personaje
- A mayor desamparo emocional, mayor refugio en el personaje que da identidad

## La conciencia recuerda lo que es nombrado

Apenas nacidos –incluso a veces antes–, nuestra madre determina “cómo somos”. Esto es fácil de detectar ya en la escena del parto. Nuestra madre dirá: “Qué tranquila que es Catalina, nada que ver con Tiago que era muy movedizo”. De alguna manera misteriosa, a nosotras nos ha tocado el personaje de “calma y buena”. O viceversa. Pero en todos los casos, ya hay palabras que nombran cómo somos, aunque aún no hayamos tenido tiempo para manifestarnos. Esto sucede porque los seres humanos podemos acceder al entendimiento a través de las comparaciones. Algo es bello porque existe lo feo; algo es grande porque existe lo pequeño; lo masculino es lo que es en relación con lo femenino; luz y sombra; día y noche. Los polos opuestos nos permiten organizar el conocimiento. Del mismo modo, cuando devenimos madres nombramos algo respecto al bebe, en relación con otra cosa

conocida, comparándolo como semejante, parecido o totalmente opuesto. Solo entonces estamos tranquilas, sabiendo que “eso” encajó en su estante correspondiente.

El hecho es que desde el inicio, **alguien nombra** cómo somos, qué nos pasa o qué deseamos. Eso que el adulto nombra (generalmente la madre) suele ser una proyección de sí mismo sobre cada hijo. Diremos que es caprichoso o llorón, muy demandante, exigente, silencioso, tímido, cabeza dura, divertido, malhumorado o atrevido. ¿Es verdad? Para la madre, sí, porque todo depende desde qué punto de vista observamos. Desde el punto de vista del niño, él simplemente llora porque reclama compañía, pero los adultos interpretamos que llora más de lo que nuestra paciencia tolera. Entonces decimos: “Es llorón y caprichoso”. Posiblemente el niño necesite desesperadamente ser comprendido y atendido, tomado en brazos y acunado, pero los padres tergiversamos “eso que le pasa” **opinando** que es un niño demasiado insistente o que no se contenta con lo que obtiene. Así es como **al niño le sucede una cosa, pero eso es nombrado desde la interpretación de lo que le sucede a otra persona**. Simplemente porque cuando somos niños **aún no tenemos palabras para nombrar lo que nos pasa**. Así, poco a poco, para cada experiencia personal, escuchamos y asumimos un nombre “prestado”. Por ejemplo: “Soy terrible, y si soy terrible, no entro en razones, soy pasional, no pienso, y me equivoco con frecuencia, todo por no pensar”. ¿Es verdad? En parte quizás sí, es posible que yo sea un niño insistente y tenga tanta vitalidad que nadie pueda dejar de oírme, pero también es probable que sea una reacción desesperada en busca de amor, aunque “eso”, esa impaciente necesidad de ser amado, nadie la haya nombrado.

Es importante saber que desde el inicio de los inicios, cuando parece que aún las cartas no han sido echadas, ya estamos ubicando, a través de las palabras nombradas por los adultos, cómo se organizarán los roles en un determinado esquema familiar. Porque, por un lado, vamos acumulando una cantidad de experiencias vitales agradables, difíciles, complejas, armoniosas, hostiles o confortables. Y por otro carril, van los “titulares”, nombrados por las personas mayores. Es importante tener en

cuenta, que **para la conciencia es más importante lo que se nombra que lo que sucede**. O para decirlo de otra manera: aquello que sucede realmente podemos no recordarlo. Pero más llamativo aún nos resulta que **algo que no sucedió**, pero que sin embargo alguien sí se ocupó de nombrar, la conciencia puede organizarlo en un recuerdo fehaciente. Parece extraño, pero así funcionamos.

De hecho, muchas experiencias reales que nos han acontecido durante nuestra infancia **no han sido nombradas**, por lo tanto, **para la conciencia no existen**. Es más fácil decir que **no las recordamos**. Por ejemplo, supongamos que nos hemos dedicado a cuidar a nuestra madre y a nuestros hermanos menores, porque a su vez nuestra madre le daba prioridad al cuidado de su propia madre enferma. En ese caso, nadie ha nombrado nunca la falta de cuidados y atención hacia nuestro ser niño/a. Hoy en día, podemos recordar con lujo de detalles todos los infortunios de nuestra madre, ya que ella se ocupó de relatarlos a lo largo de los años. Pero curiosamente nuestra madre no sabía nada de nosotros, ni de nuestros secretos sufrimientos acaecidos cuando fuimos niños. En esos casos, nuestra madre nombraba lo buenos y responsables que hemos sido, **pero nadie ha nombrado nuestras carencias o necesidades no satisfechas, ni la sensación de no ser merecedores de cuidados, cosa que luego hemos arrastrado a lo largo de nuestra vida**. En nuestros recuerdos conscientes, éramos niños buenos, educados, brillantes en la escuela, sin conflictos y hacendosos. Es decir, todos nosotros vamos incorporando una **interpretación** sobre nuestras actitudes o acciones concretas, que pueden estar bastante **alejadas de la realidad emocional**. En el caso de este ejemplo, la conciencia no reconoce nada relativo al desamparo ni a las necesidades de un niño. Solo “sistematiza” que éramos buenos y que mamá tenía muchos problemas. Es una interpretación de lo que sucedía, pero **no refleja toda la verdad**. En principio, vamos a continuar pensando, sintiendo e interpretando la vida desde un punto de vista prestado –habitualmente el punto de vista es de un adulto importantísimo, en la mayoría de los casos nos referimos a **mamá**–. Luego seguiremos alineando nuestras ideas y preconceptos en relación directa con el punto de vista de nuestra madre. De “ese”

discurso dependerá si nos consideramos buenos o muy malos, si creemos que somos generosos, inteligentes o tontos, si somos astutos, débiles o perezosos. Es importante notar que estas “definiciones” son similares a lo que han dicho mamá o papá durante nuestra infancia, especialmente con relación a “cómo nos recordamos a nosotros mismos”.

Aquí tenemos un problema importante. Hemos dicho que **la conciencia solo recuerda lo que es nombrado. Esto significa que, si nos acontece algo que nadie nombra, no lo recordaremos.** Por ejemplo, podemos haber padecido abusos sexuales en nuestra infancia. Obviamente nadie dijo nada, en principio porque todos los adultos que había alrededor miraban para otro lado. Nadie nunca dijo: “Están abusando de ti y eso es un horror”. Al contrario, lo que se dijo es: “Mamá tiene muchos problemas y no hay que hacer nada que la preocupe aún más”. O bien: “Esto es un secreto, tienes suerte porque te amo, eres el más dulce de los niños del universo y por eso te he elegido”. Por lo tanto, incluso si nos ha acontecido algo bien concreto, incluso algo doloroso, sufriente, lastimoso o hiriente, **la conciencia no lo recordará.** Porque no hubo **palabras.** Entonces tampoco hubo una “organización” del pensamiento. No fue posible “acomodarlo” en ningún estante mental ni emocional. Nos pasó algo, pero es como si nunca hubiera sucedido. Podemos tener sensaciones borrosas o confusas, pero **recuerdos concretos, no.** Luego crecemos y como “eso” nadie lo nombró, y nosotros mismos al ser niños tampoco sabíamos “con qué palabras explicarlo”, entonces “eso” dejó de existir.

Esto que parece inverosímil... es común y corriente. **Podemos haber vivido algo, y no recordarlo.** Y contrariamente, podemos no haber vivido algo, y sin embargo, **si ha sido nombrado** por alguien importante durante nuestra infancia, **recordarlo como si fuera una verdad incuestionable.**

## **La constitución del personaje**

Decíamos que apenas nacemos, tenemos una madre que nos observa y **nos nombra**. Esa madre, proyectando su propia percepción, va a elegir palabras para describirnos. Va a decretar una serie de atributos, que coincidirán con algunas de nuestras manifestaciones. Por ejemplo, si lloramos –cosa totalmente esperable para un bebe humano que llora reclamando contacto, atención, mirada, presencia o lo que fuere–, podemos convertirnos en un “llorón”, si lloramos más de lo que nuestra madre tolera. O bien en “tranquilo”, si tenemos algunos hermanos mayores que han llorado más enérgicamente que nosotros. El llanto puede ser una realidad, pero la percepción que la madre tiene de “eso” que hacemos, le va a permitir “nombrarnos” a partir de algo que nos identifique.

Otra manera de encarar esta línea de pensamiento es reconociendo que en toda escena familiar se van a jugar diferentes obras de teatro. Cada vez que un nuevo integrante llega a la familia, los padres buscan dentro del cofre de disfraces alguno que creen que le puede calzar bien, y se lo colocan. Es como un juego inconsciente que jugamos entre todos. En ese cofre hay disfraces de todo tipo: la Cenicienta, el caballero, la bruja, la mala, el cazador, la Cella Durmiente, el lobo, los enanitos, la madrastra, el salvador, Dios, los ángeles, las flores del bosque, el guerrero, la virgen, la doncella, el avaro, el jefe, etc. Es interesante notar que, habitualmente, le daremos al niño recién llegado algún disfraz que haya disponible. Raramente le ofreceremos alguno que ya esté muy usado en esa familia. Sin embargo, ¿podemos pensar que hay “algo” especial que cada niño trae? ¿Acaso la personalidad del niño no tiene nada que ver? ¿Es posible imaginar que el niño “elige” su disfraz? Sí, claro, esto **también** sucede. Las madres percibimos la fuerza, la vitalidad, la templanza, el equilibrio o la sensibilidad que el niño trae consigo. Se trata de un entramado familiar difícil de detectar, porque casi todas las percepciones son inconscientes.

Sea como fuere, esto sucede. Hemos decidido que este niño será el salvador desde hoy y para siempre. ¿A quién tiene que salvar? Ya veremos. Por ahora nos ocuparemos de nombrar a diestra y siniestra que este niño es especial y que trae un pan bajo el brazo. O bien diremos que es indomable y que no parece alguien digno de

nuestra familia. O que es una niña tan buena, tan buena, tan buena... que no da nada de trabajo y que duerme tanto que casi podría criarse sola.

Así es como vestimos a cada niño con su disfraz. Difícilmente tengamos luego recuerdos exactos con relación al momento preciso en que se lo hemos adjudicado. Para colmo, una vez que tiene el disfraz de caballero, de valiente, de tímido, de sensible o de travieso, solo podremos seguir mirándolo con su personaje a cuestas, porque nunca supimos cómo era ese niño en esencia. Entonces pasa algo más: todo lo que el niño escucha de sí mismo, positivo o negativo, es con relación al personaje que encarna, con lo cual, en su desesperada necesidad de ser amado, el niño intentará ser el más valiente de los valientes, la más bella de las bellas o el más enfermo de los enfermos. ¿Por qué? Porque si los adultos, al mirarlo, miran su personaje, pues para ser mirado, tratará de lustrar el disfraz de modo tal que sea el mejor de todos.

Así pasarán los años. Los niños creceremos y tendremos poquísimo registro interior sobre algo que sea diferente del personaje que encarnamos. Creeremos que “somos” eso. Y también sucede algo más complejo: como pertenecemos a una trama familiar, nuestro personaje tiene varios roles que deben ser cumplidos, porque hacen parte de la escena. Esto permitirá que los demás también jueguen sus respectivos personajes con holgura. Podemos decir que estamos “todos prisioneros” del personaje que nos ha tocado y que luego nos hemos dedicado a perfeccionar. Si a mí me ha tocado ser el salvador de mamá, es porque mamá será la más enferma y necesitada de todos. Creyendo que “soy” el que sabe ayudar, creceré ayudando y resolviendo los problemas de todo el mundo, pero sin ningún registro de las necesidades personales. ¿Eso está mal? Si tengo seis años o nueve o doce, claro, porque siendo niño o niña, nadie nombrará mis genuinas necesidades infantiles, sino que entre todos los adultos se ocuparán de reforzar el traje de salvador, para que mi rol encaje perfectamente en la escena familiar completa. A partir de ese mismo instante me perdí de mí mismo. Porque no tuve acceso al apoyo o al acompañamiento para transitar los obstáculos propios de mi niñez, de los cuales no

tuve ningún registro. Y si no tengo registro de lo que me pasa interiormente, no sé quién soy.

Todos los personajes tienen el mismo hándicap: atesoran la capacidad de representar un rol, pero ese rol no es exactamente igual al ser esencial. Digamos que nuestro “ser interior” es mucho más rico, más vasto y, sobre todo, más ambivalente. En cambio, cada personaje juega al máximo sus atributos, porque los demás atributos ya son jugados por otros miembros de la familia. Por ejemplo, el lobo que se come a la abuelita en el cuento de Caperucita Roja no puede ser bueno, porque dejaría de ser el lobo. Pero si no estuviese disfrazado, si fuera una persona común y corriente, podría ser a veces bueno, a veces malo o incluso a veces indiferente. Esa es la gran diferencia entre vivir alineado con “eso que somos” y jugar un personaje determinado.

Continuando la lógica, si un niño se convierte en el lobo malo de la familia, se acostumbrará a reaccionar como lobo, encontrando las ventajas que ese personaje le otorga: por ejemplo, logrará que todos le tengan miedo. Si ese niño vive en un entorno de relativo desamparo –como casi todos nosotros– el miedo será su peor enemigo. Pero si los demás le tienen miedo, ya está mejor posicionado, probando los beneficios que esta actitud le otorga. Una vez que constata los buenos resultados –es decir, que alguien le tiene miedo y por lo tanto no lo lastima–, comprenderá que puede hacer uso de una herramienta eficaz contra su propio miedo. Entonces continuará usándola cada vez más. A partir de ahora, inconscientemente, el niño va a “lustrar” su disfraz, es decir, que intentará jugar su rol cada vez mejor. Será el más malo. Rugirá cada vez más fuerte. Dominará territorios, y en la medida en que vaya creciendo, se convertirá en un joven feroz. Desde esa realidad relativamente invisible, seguirá afianzando su personaje, pudiendo alcanzar grados de crueldad importantes. Puede ser un golpeador o un hombre de negocios temerario que vive el trabajo como un campo de lucha infestado de enemigos. Posiblemente “gane” todas sus batallas. Sin embargo, él ha olvidado que, en su interior, es un niño asustado y herido que solo pretende salvarse de su propio miedo infantil. Y que por eso mismo usa permanentemente su disfraz, no se lo quita ni para ir a dormir.

Sepamos que el personaje al que nos acostumbramos a lo largo de nuestra vida siempre ofrece un refugio. Y unos cuantos beneficios. En el caso del “malo”, por ejemplo, nos asegura que nadie nos lastimará, porque nosotros atacaremos primero. En otros personajes funciona igual: al eterno enfermo nadie le pide nada. El depresivo crónico tiene un harén ocupándose de él. El que “no se entera de nada” vive en una burbuja sin contacto con la realidad, obligando a los demás a hacerse cargo de lo que sea. El omnipotente maneja los hilos y asume el poder. El manipulador no solo roba lo que le pertenece a los demás, sino que incluso es amado por los mismos a quienes ha engañado. En fin, hay miles de personajes posibles, solo me importa dejar en claro que el personaje, habitualmente, **es todo lo que tenemos para sobrevivir**. Son los atributos del personaje los que nos han permitido sobrellevar el desamparo durante nuestra infancia, la falta de comprensión por parte de las personas mayores, la rigidez, el autoritarismo o simplemente la soledad que hemos vivido siendo niños. El personaje que hemos adoptado no nos abandona. Nos cuida. Nos permite transitar la vida con ciertos recursos.

¿Por qué no vivir tranquilos, entonces, con el personaje a cuestas, para siempre? Sería fácil, pero el ser esencial que vive en nuestro interior puja por **aparecer**. Podemos afirmar que nuestro “verdadero ser” o nuestro “yo auténtico” es mucho más amplio, rico y complejo que el personaje. De cualquier manera, ninguno de nosotros quiere dejar su personaje de lado, a menos que atravesemos momentos vitales críticos, en los cuales en principio el personaje va a accionar en automático. Sin embargo, al mismo tiempo va a dejar al descubierto las limitaciones que tiene. Por ejemplo, en medio de un divorcio, el “malo” quiere ser tenido en cuenta y comprendido, cosa que, desde ese personaje, raramente logrará. El valiente pretende que no lo hieran más, pero si vive en medio de estupendas batallas, eso no va a ser posible. El enfermo crónico no quiere enfermarse más, pero si es la única manera a través de la que sabe recibir cariño, tampoco se arriesgará. Hay un momento en la vida (o muchos momentos) en los cuales el personaje ya no nos sirve. Solo si la persona necesita desprenderse del personaje, buscará ayuda para ello. Pero mientras el personaje siga resultando cómodo, y

mientras obtengamos más beneficios que detrimentos, es poco probable que hagamos cambios sustanciales en nuestra vida.

Esto es importante. Sobre todo para quienes trabajamos acompañando procesos personales. Los terapeutas de todas las ramas, los médicos y los sanadores, tenemos la genuina intención de ayudar a otras personas a no sufrir. Sin embargo, desde mi punto de vista, necesitamos antes que nada comprender –junto al consultante– la lógica y los beneficios del personaje que cada individuo asume desde su más tierna infancia, y saber si ha llegado el momento adecuado para desprenderse de los beneficios que le otorga. Si no es el caso, es posible que la persona pretenda “no sufrir más”, pero sin dejar su personaje de lado. Entonces, la ayuda que le podamos dar va a ser prácticamente nula. ¿Por qué? Porque si alguna situación, un vínculo, un acontecimiento o una trama familiar nos traen sufrimiento y ya no nos sirven, tendremos que cambiar nuestras estrategias, porque fuimos nosotros los que hemos contribuido a organizarlas con nuestro personaje a costas. Eso será posible si comprendemos la lógica de nuestras acciones. Por ejemplo, supongamos que encarno al lobo malo, y acontece algo en la familia que los demás me ocultan, por miedo a que yo me enoje. Al enterarme, me siento expulsado y no tomado en cuenta, porque no me han hecho partícipe. Puedo rugir muy fuerte o castigar a los demás por no haberme explicado lo que sucedía. Pero es evidente que me han ocultado los hechos justamente porque soy el gran lobo feroz que se enoja. Y si ahora quiero participar más de los intercambios familiares, será necesario que todos dejen de tenerme tanto miedo. Ahora bien... si dejan de tenerme tanto miedo, en parte me voy a enterar de lo que pasa, pero en parte, alguien podrá lastimarme, porque tendrá acceso a mí. Ahí aparece una gran contradicción: ¿estoy dispuesto a abandonar los beneficios que el personaje me ofrece? ¿Estoy listo para que me reconozcan vulnerable? En este punto, se trata de una decisión personal. Posiblemente dependa de la balanza entre beneficios y desventajas. Si hemos arribado a un momento en la vida en que el personaje ha caído en desuso, posiblemente estemos mejor posicionados para ir dejándolo poco a poco.

Para tomar estas decisiones, tal vez la voluntad no sea suficiente. Raramente se deja de lado el refugio que nos ha resguardado emocionalmente durante muchos años. Reconocerlo es el primer paso. Registrar cómo actúa en cada una de las escenas cotidianas, es el segundo. Tomar la decisión de ser responsables de lo que generamos, positiva o negativamente, es el tercer paso. Luego aparece un cuarto paso, que puede durar el resto de nuestra vida, que intenta transformar nuestro automático, tratando de accionar desde lugares más conscientes, menos mentirosos o menos “defendidos”. Ya retomaremos más adelante las opciones de procesos de desarmado del personaje, pero, por ahora, es importante tener en claro que todos tenemos uno y que somos sus más fieles cuidadores.

## **Ser amado a partir del personaje**

Otra dificultad importante que aparece cuando deseamos transmutar y dejar de lado nuestro refugio infantil, es que hemos sido amados y hoy somos identificados y valorados en la medida en que actuamos nuestro personaje a la perfección. Todos formamos parte de escenarios en los cuales muchos personajes interactúan, y nos necesitamos unos a otros para ir cumpliendo nuestros roles.

Por lo tanto, dejar de lado el personaje no es tan fácil, sobre todo porque no sabemos de qué otro modo los demás podrán reconocernos, y mucho menos, querernos. Por ejemplo, si asumo el personaje que cuida a los necesitados, que se arregla solo y que nunca tiene problemas... el día que me sienta demasiado cansado o solo, y pretenda que alguien se ocupe de mí, obviamente esto traerá trastornos a todo el mundo y no habrá quien acepte este cambio repentino. Por lo tanto, el entorno cerrará fila obligándome a seguir cumpliendo el papel que tenía con anterioridad.

Todos tenemos tendencia a reaccionar en automático bajo los modelos conocidos, por eso, ante el menor obstáculo o incompreensión por parte de alguna persona significativa para nosotros, volveremos a funcionar según nuestro esquema habitual. Solemos ser “funcionales” a la trama completa, por lo tanto es

frecuente que cuando algún personaje no cumple con su rol, todos los demás se desorganicen y reclamen que las cosas vuelvan a su cauce “normal”. Por ejemplo, si históricamente asumí el personaje de la hermana menor infantilizada y por fuera de los conflictos familiares, y nunca traje ningún problema a casa, el día que decida empezar a pensar por mí misma, el entramado tenderá a desprestigiar mis movimientos. Supongamos que tengo dos hijos pequeños, y que visitamos todos los domingos la casa de mis padres, donde nos reunimos históricamente con mis hermanos, cuñados y sobrinos. Y que uno de mis sobrinos abusa de mi hijo. Frente a una crisis de estas dimensiones, pido ayuda. Empiezo a reconocer mi personaje. Reviso todos los personajes familiares. Converso con mi pareja. Decido madurar. Quiero ver todo lo que me empeñé en no ver a lo largo de mi vida para ser fiel a mi personaje. Ahora el personaje de la ingenua eterna me lastima, lastima a mi hijo y tengo una pareja madura que no me permite permanecer en un rol infantil. Entonces decido ver no solo la compleja situación afectiva de mi sobrino, sino la de toda la familia de la que formo parte. Pido más ayuda. Recorro la historia de mi vida. Tengo poquíssimos recuerdos, justamente porque yo era la niña buena que no se enteraba de nada. Pero, poco a poco, veo mi propia responsabilidad al acomodarme en la negación sistemática. Veo a mis padres. Me veo a mí misma buscando moverme entre tinieblas. Y al empezar a ver, no puedo dejar de ver. Me duele. Avanzo y retrocedo en mis recuerdos. Me confundo. Por momentos todo se vuelve cristalino. Veo los engaños y los dobles discursos que tiñeron mi infancia. Veo las mentiras. Veo la dulce ingenuidad en la que decidí protegerme. Veo la comodidad de negar lo que era obvio. Veo los maltratos y los abusos emocionales históricos en mi familia. Veo a mi madre quejándose de mi padre. Veo a mi hermano mayor en rehabilitación por consumo de drogas. Me veo a mí misma encerrada en un cuento de hadas. Recuerdo la casita de madera rosada donde pasaba las tardes con mis muñecas. Veo a mi hermana mayor peleándose con mis padres y yéndose de casa. Me veo a mí misma jugando, aún con 15 años. Veo las escenas de mis padres acusándose mutuamente, pero yo sin querer saber qué sucedía. Y ahora veo a mi propio hijo abusado. Con un milímetro de

decisión personal, me dispongo a sacarme las vendas de los ojos y confrontar con lo que pasa. En mi familia cierran filas y me tildan de loca. Por momentos, pienso que puedo haberme vuelto loca. Yo era tan buena y tan sonriente y ahora veo imágenes distorsionadas.

¿Cómo saber si esto que veo es verdad? Porque encaja. Porque aparecen más y más recuerdos de infancia que nunca se habían hecho presentes en mi conciencia. Y porque las piezas del rompecabezas emocional se encastran con una facilidad maravillosa. Luego aparecen más y más recuerdos en cascadas. Y alguien pone palabras y nombres a situaciones que nunca fueron nombradas. Decido que no quiero ser más la niña ingenua y tonta. Ya no es por mí, es por mi hijo. Cuando veo y nombro lo que veo, mi hijo duerme plácidamente por las noches. Cuando minimizo o tergiverso o justifico, mi hijo tiene terrores nocturnos. Entonces, esos gritos en mitad de la oscuridad me recuerdan que ya no hay vuelta atrás, que el personaje de niña tonta ha sido un excelente refugio durante mi infancia, pero ahora me convierte en una peligrosa depredadora de los demás. Si tengo hijos o personas que dependen de mí, seré feroz, aunque no tenga registro con mi dulce sonrisa a cuestas. La contrariedad es que si decido salir del refugio de la ingenuidad, tal vez tenga que pagar el precio del **desamor**.

Así llegamos a un punto importante tomando este ejemplo. Cuando estamos en condiciones de abandonar el personaje –al constatar que no nos sirve más–, el mayor miedo es el de no ser más amados, porque ya no respondemos más a las expectativas de los otros. Sin embargo... es una ilusión. Porque **antes** –cuando jugábamos nuestro rol– **tampoco fuimos amados**. Éramos funcionales o necesarios, pero ser amados hubiera sido otra cosa. El miedo a perder algo que de todas maneras no hemos tenido es una equivocación. Sin embargo, opera en nuestras creencias cuando estamos a punto de dar el temido **salto** entre el personaje conocido y las infinitas posibilidades que puede ofrecer un **estado de conciencia más amplio**.

En el ejemplo elegido, la trama podía necesitar que no hubiera quien denunciara el maltrato o el desamparo. O quizás esos roles ya estaban ocupados por otros hermanos mayores, por lo tanto los padres pueden haber querido resguardarse y vestir a la última hija

de muñeca para satisfacer sus fantasías de familia feliz. Y funcionó... mientras funcionó. ¿Podrían haber continuado cada uno con sus respectivos roles? Sí, claro que sí. Pero algo sucedió para que el personaje de la niña bonita haya dejado de ser tan cómodo para la mujer que llevaba el disfraz. Todos estos movimientos –si suceden– no dependen del amor, sino del miedo de cada uno de los involucrados. Cuando adquirimos la madurez suficiente para atrevernos a dejar nuestro personaje, nunca se pierde en el terreno del amor. A lo sumo aparece crudamente la realidad.

## **A mayor desamparo emocional, mayor refugio en el personaje que da identidad**

Si hablamos de refugio, implícitamente estamos hablando también de fragilidad. O de infancia. Porque todo niño es dependiente, en todas las áreas. Cuando somos niños dependemos físicamente de nuestros padres, dependemos afectivamente, dependemos económicamente. No hay prácticamente nada que podamos resolver por nuestros propios medios, sin la colaboración de los adultos. Por eso, las experiencias que tengamos de amparo o, por el contrario, de diversos niveles de soledad, desamparo, falta de comprensión o distancia afectiva cuando fuimos niños, es lo que va a articular el tipo de refugio que tendremos que construir, como podamos, para sobrevivir. Estos refugios generalmente son emocionales. Y toman una forma específica a través de lo que nuestros personajes organizan en la vida de relaciones.

No hay personajes más importantes o más fuertes que otros. Por ejemplo, si alguien encarna el rol del enfermo crónico, más allá de las apariencias, puede ser el personaje más poderoso de toda una familia, si tiene en vilo, a través de varias generaciones, a un montón de individuos pendientes de su enfermedad. Sin embargo, todos podríamos creer que el valiente o el empresario exitoso son más poderosos que el cardíaco a quien no hay que llevarle malas noticias porque nos arriesgamos a que tenga un infarto de corazón.

En verdad, el personaje es más fuerte si tenemos una imperiosa necesidad de aferrarnos a él.

Podríamos decir que **a mayor desamparo durante nuestra infancia** (tengamos conciencia de ello o no) **más fuerte será nuestro personaje**, porque nuestro terror infantil que aún vibra en nuestro interior, tendrá pánico de deshacerse de lo único que nos ha brindado seguridad. El personaje ha sido nuestro cuidador más fiel. Nos ha dado toda la protección visible e invisible que hayamos podido esperar.

Es importante tener en cuenta esto, ya que cuando iniciamos un trabajo de amplitud de conciencia, revisamos la soledad o la distancia emocional vividas en la niñez, detectamos el personaje, y suponemos que deseamos deshacernos de él; tendremos que saber que si el sufrimiento en la infancia ha sido desgarrador, será mejor no tener apuro en despedirnos del personaje. Al menos hasta no tener claridad sobre la dimensión de nuestro desarraigo afectivo en el pasado. Sepamos que todos, todos, necesitamos ser amados. Y si el reconocimiento –por pequeño que sea– viene de la mano de lo que nuestro personaje “hace”, será nuestra única herramienta para sentirnos bien.

Supongamos que me calcé el personaje del resolutivo y eficaz. En mi familia, he sido capaz de solucionar un complejo problema de herencia familiar con solo 18 años. Luego soy quien resuelve los trámites interminables de la jubilación de mis padres. Soy quien logra las inscripciones de mis sobrinos en la escuela donde ya no había vacantes. Soy también la persona que trabaja en recursos humanos y que dirime las diferencias entre empleador y empleados. Soy el “solucionador” de problemas ajenos. Por supuesto, desde esta posición es fácil advertir que seré admirado, querido y valorado... **siempre y cuando siga resolviendo problemas**. Ahora bien, continuemos suponiendo que me enamoro de una mujer. ¿De quién seré capaz de enamorarme? De alguien que tenga muchos conflictos a resolver, por supuesto. Esa mujer va a estar encantada conmigo, a quien rescaté de las garras de unos padres atroces y la traje a vivir a mi castillo armónico. Quizás muchos momentos románticos tuvieron que ver con el estrés que mi mujer amada tenía como consecuencia de sus conflictos, y la protección que yo le

otorgaba, cosa que nos lanzaba a ambos a un mar de sensaciones amorosas. Posiblemente podamos vivir así muchos años.

En principio, será difícil que haya “algo” que yo no pueda resolver... pero el destino se va a encargar de enviarme al Mago Merlín con algún pase mágico, de modo que llegue a mi vida un problema que no sea capaz de solucionar por mis propios medios. Imaginemos que se han mudado unos vecinos molestos y agresivos con tres perros que no paran de ladrar por las noches. Por supuesto, he intentado llegar a acuerdos con ellos, pero ha sido imposible. He hecho las denuncias correspondientes a los organismos oficiales, pero tampoco funcionó. Por otra parte, no aparecerá ninguna persona en este mundo que me pueda ayudar, ni siquiera para pensar cómo encontrar un resultado positivo para mí. Me encuentro con mi personaje –el que todo lo resuelve– lastimado. Y no solo no se me ocurre a quién pedir ayuda, sino que, además, en mi entorno encontraré desprecio y falta de consideración hacia mi persona. En los “contratos” interfamiliares no estaba escrito que yo necesitaría algo, alguna vez. Si pido ayuda, estoy desobedeciendo las “reglas” de los acuerdos implícitos. Por lo tanto, entre mi propio automático para arreglar las cosas y el automático del entorno que también apoya la moción de que soy yo quien tiene que arreglar los asuntos pendientes... será difícil que me saque el disfraz de encima. Especialmente si tengo la sensación de perder el “amor” de quienes supuestamente me aman. En verdad, en la medida en que yo siga siendo funcional a lo comprometido desde tiempos remotos, creo que todos me amarán. Pero en el fondo nadie me amará –ni antes ni ahora–, porque el amor condicional no es amor.

He aquí algunos ejemplos banales para describir brevemente cómo actuamos nuestros personajes, para qué nos sirven y cuán aferrados estamos a ellos.

## 2 El discurso materno

- Detectar el discurso materno
- ¿Por qué es importante descubrir por boca de quién habla cada individuo?
- Cómo lograr no imponer un discurso engañado sobre nuestros hijos

### Detectar el discurso materno

Cuando intentamos acompañar un proceso de indagación personal, y para ello hacemos preguntas puntuales sobre la infancia del individuo que consulta, nos interesa –básicamente– saber **el nivel de “maternaje” que ha recibido**. ¿Por qué? Porque la conciencia se va a organizar según el amparo o desamparo recibidos. Es decir, va a organizar mayor o menor refugio. Si ha recibido suficiente amparo (cosa difícil de encontrar), los recuerdos fluirán con sencillez. Pero muy probablemente no haya sido esa la realidad infantil del consultante. Por lo tanto, los recuerdos estarán teñidos de aquello que haya sido nombrado durante la infancia. Y casi siempre, va a aparecer **el discurso de la madre**.

¿Por dónde empezamos? Preguntando sobre la infancia. La respuesta más frecuente es: “Bien, todo normal”. En España la respuesta suele ser: “Fenomenal”. Esa información no nos sirve de

mucho. Pero sepamos que para todos nosotros, aquello que hemos vivido durante nuestra infancia es “lo normal”, porque el mundo familiar era “todo el mundo que conocimos”. Así las cosas, tendremos que inventar preguntas un poco más específicas, en lo posible relacionadas con los cuidados recibidos: ¿quién te acompañaba a dormir por las noches? ¿Quién te leía un cuento? ¿Quién te preparaba la comida que más te gustaba? ¿Quién sabía a qué le tenías miedo? ¿Quién te llevaba a la escuela? ¿Quién te ayudaba cuando tenías algún problema? Es posible que no haya ningún recuerdo –lo cual es todo un dato– o bien que aparezcan imágenes confusas o contradictorias. Si no hay ningún recuerdo, es porque lo que sucedió fue demasiado doloroso para un niño pequeño, entonces el niño lo manda “a la sombra”. En la sombra, el desamparo no deja de existir, pero la conciencia puede engañarse a sí misma creyendo que hemos desterrado ese sufrimiento. También puede suceder que aparezca algún recuerdo pero que contradiga otro recuerdo. En ese caso, tendremos que afinar las preguntas, investigar más profundamente hasta detectar las contradicciones, y mostrarlas. Por ejemplo, el consultante no tiene recuerdos de nadie que lo acompañara a la escuela, se recuerda siempre caminando solo. Y regresando solo. Al mismo tiempo aparece la frase: “Mamá dejó de trabajar cuando yo nací y se ocupaba de mí”. Entonces tenemos que mostrar: “Si eras hijo único, si mamá no trabajaba, ¿por qué ibas solo a la escuela con seis años?”. Algo no encaja. Esto es frecuente, porque la realidad emocional de un niño raramente es análoga a **lo que la madre ha dicho**.

Por ahora tenemos a un niño de seis años que va solo a la escuela. Podremos preguntarle entonces por esa época en la escuela: “¿Te gustaba ir? ¿Tenías amigos? ¿Recuerdas a alguna maestra en particular?”. Es posible que el consultante responda: “Yo era muy tímido y tenía miedo de un grupo de niños agresivos”. Muy bien. La siguiente pregunta entonces será: “¿Quién estaba enterado de que tenías miedo de otros niños? “.Ahí tenemos la primera sorpresa. El consultante se da cuenta, con sus 40 años actuales, de que **nadie** conocía sus sufrimientos. Ir a la escuela todos los días, con tan solo seis años y con miedo, es una catástrofe. Eso **se llama desamparo**. Se llama soledad. Empezamos a nombrar **la distancia**

entre **el discurso**: “Mamá dejó de trabajar para ocuparse de mí” y las nuevas palabras: “Yo era un niño solo y con miedo”. Quiero mostrar que ya estamos sospechando que la madre solía repetir una y otra vez: “Yo me ocupé de ti desde siempre”, cosa que, desde el punto de vista de la madre, debía de ser verdad. Pero desde la realidad y la necesidad de amparo de ese niño, no.

Hasta ahora tenemos a un niño, sin hermanos y bastante solo. Y a una madre que no tenemos en claro qué hacía. Por lo tanto, habrá que preguntar. “¿Qué hacía tu madre?”. “Se ocupaba de las cosas de la casa”. “¿Y tu padre?”. “Era herrero y trabajaba mucho”. “¿Y cómo se llevaban entre tus padres?”. “Mal, porque mi papá era violento”. “¿Tú lo recuerdas?”. “No, pero sé que tomaba alcohol y luego le pegaba a mi madre”. “¿Recuerdas alguna escena?”. “Sí, recuerdo a mi madre siempre llorando”. “¿Recuerdas a tu padre borracho?”. “No, porque mis padres se separaron cuando yo tenía tres años”. “¡Ah! ¿Tres años? Qué confusión. Porque no tienes recuerdos propios tan lejanos”. “Bueno, sí, es verdad, no, no los tengo, quiero decir, sí que recuerdo, de hecho a mis 18 años mi padre quiso venir a mi graduación y tenía olor a vino”. “OK, pero eso sucedió mucho tiempo después, estamos tratando de ordenar la información y las vivencias de tu primera infancia, y es difícil”. “Sí, es difícil”.

¿Qué ha sucedido hasta aquí? Por ahora, los recuerdos están **teñidos de lo que mamá ha nombrado** a lo largo de su infancia. Por otra parte, si papá se separó de mamá a los tres años del consultante, es poco probable que el punto de vista del padre haya tenido lugar en estas escenas. Lo que está claro es que mamá lloraba o sufría, no lo sabemos aún con certeza. Lo que sí sabemos con certeza es que mamá **nombraba su propio dolor** y que nuestro consultante estaba solo. Por lo tanto, tendremos que seguir preguntando, sin dejar de lado **la cronología**.

¿Por qué es importante seguir la cronología? Porque la conciencia va a saltar hacia los recuerdos conscientes, valga la redundancia, y ha mandado a la sombra los recuerdos que no pudo abordar. Lo que el individuo **no recuerda es lo que más nos interesa**. Y para saber qué es lo que no recuerda, frecuentemente nos vamos a valer de la

cronología que no nos deja mentir: a tal fecha, a tal edad, sucedía tal o cual cosa.

Sigamos con nuestro ejemplo. Haremos preguntas más acotadas: “Si tus padres se separaron cuando tú tenías tres años, y tu madre no trabajaba, ¿quién mantenía económicamente el hogar?”. “Creo que mi papá”. “¿Tu madre se volvió a casar?”. “No. Nunca lo pudo perdonar a mi papá y tenía mucha desconfianza de los hombres”.

¿Quién ha dicho estas frases? Mamá, por supuesto. En la mente de ese niño, papá es malo e imperdonable, y mamá es buena y sufre. Sin embargo, **nadie está nombrando lo que le pasa al niño**, aunque **el niño sabe todo lo que le pasa a su madre**. Esto es importante, porque la madre no nombraba la soledad de ese niño, ni las dificultades infantiles, ni los deseos reprimidos, ni los miedos o lo que fuera que ese niño vivía. En cambio, sí nombraba sus propios estados emocionales. Esto ya nos da un panorama. Podríamos dibujar un mapita de infancia mostrando a **este niño mirando a su mamá** y sabiendo todo sobre sus sufrimientos. Y se lo diremos tal cual al consultante.

Entonces el consultante se conmueve y dice: “Tal cual. Nunca lo había visto así”. Luego podemos avanzar, porque hemos confirmado una sospecha. Si tenemos a un niño que mira a su mamá pero que no es suficientemente mirado, podemos hacer “futurología”. Es bastante fácil con un poco de entrenamiento. ¿Qué le puede suceder a un niño que no es mirado? En principio, puede estar **en peligro**, porque no hay nadie alrededor que tenga suficiente disponibilidad emocional para cuidarlo. ¿Y qué le pasa a un niño en peligro? Desde pequeños sufrimientos hasta grandes abusos. Como estamos inventando un caso cualquiera, no lo haré muy dramático, sino relativamente convencional. Pero tendremos que preguntar qué le ha sucedido siendo niño, situaciones que lo hayan hecho sufrir, y de las que su madre no se haya enterado. Entonces, preguntando pacientemente, aparecerá una banda de niños mayores, de la escuela o del vecindario, que lo tenían acorralado. Le robaban la comida que llevaba para los recreos. También le quitaban sus útiles escolares. Entonces preguntaremos si la mamá sabía. “No, nunca se me ocurrió contarle eso a mi mamá”. Seguimos confirmando. Es terrible que un niño pequeño esté sometido a los maltratos de un

grupo de niños mayores, pero **mucho peor es que mamá no se haya enterado** y que hayamos sentido que no teníamos el derecho de preocuparla con nuestras pequeñeces. Sobre todo esto hablaremos con el consultante. Así, poco a poco, empezarán a aparecer recuerdos en cascadas, ahora que hemos **nombrado la soledad y la poca mirada recibida**. Las escenas vividas **encajan** con la palabra **soledad** y con la palabra **miedo**. Y como encajan, la conciencia puede “traerlas”, porque hay un lugar donde ordenarlas. Como antes no habían sido dichas, la conciencia no las podía “recordar”.

Para no aburrirlos demasiado, les diré que recorreremos con el consultante diferentes vivencias infantiles, de la escuela, de la soledad, de mamá, de las palabras de mamá, del entorno... viendo cuántas otras piezas siguen encajando en el rompecabezas de las vivencias infantiles, a partir de la soledad y el desamparo experimentados.

Hay una pregunta que a esta altura es fundamental: “¿Qué decía mamá de ti?”. “Que yo era muy bueno y muy inteligente y que iba a ser médico”. En ese instante, mamá **le calzó su traje**. Para responder al deseo de mamá, iba a tener que ser bueno. E inteligente. O al menos estudioso. Podemos formular esa pregunta: “¿Te iba bien en el colegio?”. “Sí, nunca traje un problema, mi mamá nunca tuvo que explicarme ni ayudarme con las tareas”. Nos falta saber qué hacía este niño con los abusos de los demás niños, y también podríamos preguntar si hubo abusos de algún adulto. Quizás responda que no. Y tengamos una infancia solitaria, con lecturas que acompañaban la soledad y nutrían el corazón de ese niño.

Bien, llegó el momento de abordar la adolescencia. Durante la adolescencia generalmente se termina de conformar el “personaje”. Es decir, las personas “salimos al mundo” con nuestro traje, y cumplimos con nuestro rol de la mejor manera posible. Las preguntas que formularemos tendrán que tener relación con el discurso materno, es decir, con el traje que la madre le ha puesto al niño. Hay dos temas que tenemos que tomar en cuenta: la vocación y el inicio de los intercambios con el sexo opuesto. ¿Qué podremos suponer de este joven? Posiblemente la vocación la tenga resuelta –

ya que mamá había dicho que era inteligente y que sería un excelente médico—. Es posible que no haya elegido la carrera de Medicina, pero sí que haya sabido tempranamente qué iba a querer estudiar. Supongamos que quiso estudiar Física, y que hizo una carrera brillante. Pero con relación al área afectiva... y al contacto con las mujeres... la cosa no debió de ser fácil. Sin embargo, aunque partamos de cierta hipótesis, siempre tendremos que verificarla. Y tratar de mirar las escenas lo más completas posible. Hasta ahora sabemos que mamá se miraba a sí misma, que era un niño solitario, que no había hermanos ni papá presentes, que había lecturas... y no mucho más. Abordaremos la vocación, constataremos que no hubo fisuras. Luego abordaremos relaciones de amistad o amorosas, sabiendo que viene poco entrenado, circulando en un mundo de poco intercambio y para colmo, preocupado por mamá.

Si las respuestas son vagas cuando queremos informarnos sobre las relaciones con mujeres, vale la pena preguntar qué es lo que más le preocupaba de su madre durante los años de estudio. Entonces quizás diga que “en ese época”, su mamá se enfermó. Tenemos que entrar en detalles. Quizás explique: “Mi mamá empezó con ataques de pánico, hubo que medicarla, fue complicado porque le cambiaron varias veces la medicación, pasaron muchos años hasta que le diagnosticaron la bipolaridad”, etc. Ya hemos confirmado completamente el panorama. Mamá que ya tiene un hijo joven adulto, lo sigue fagocitando. El joven está emocionalmente abusado por su madre, y tiene su libido puesta en los estudios y luego en el trabajo. Hasta aquí es una historia común y corriente. Un buen muchacho, con muy buenas intenciones, inteligente, caballero y solo.

En algún momento, aunque sea tardíamente, va a empezar a tener experiencias con mujeres. Trataremos de abordar cada una de esas experiencias, para ayudar a ubicarlas en su lugar correspondiente en la trama general. Si hiciéramos una hipótesis, ¿qué mujeres van a ser atractivas para él? Tal vez mujeres demandantes, necesitadas, con grandes conflictos personales, que queden fascinadas con la paciencia y la escucha de un hombre cariñoso, amable y dócil. Pero en definitiva, ¿qué mujer no se

enamoraría de un hombre que escucha? En el universo femenino, sabemos que no es fácil encontrar varones que se dediquen a escuchar. Por lo tanto, allí lo tenemos a nuestro héroe, empezando a tener relaciones amorosas con mujeres, y a medida que va acumulando experiencias, se va sintiendo más seguro. Porque descubre que es amado.

Pero ahí tenemos que mostrar algo importante: **es amado en la medida en que escuche y esté al servicio** de las dificultades de la mujer en cuestión. ¿A quién nos hace recordar? A su mamá, por supuesto, que también lo ama, pero que lo tiene sometido a sus deseos.

Supongamos que nuestro consultante se casa con una mujer, una colega profesional. Después de historias desgastantes con mujeres que lo demandaban de más, encontró en su pareja actual exactamente lo que buscaba: alguien relativamente autosuficiente, que no necesita tomar energía de otros para vivir una vida equilibrada. Se llevan bien, tienen intereses en común y viven una vida tranquila. A ambos les gusta trabajar, investigar y son fanáticos del cine. A su mujer no le gusta sostener conflictos, sino que prefiere la sencillez y no genera un drama por cada cosa. Muy bien. Hasta ahí no tenemos ningún problema. Hemos llegado a la actualidad. ¿Por qué consulta? Porque desde hace tres años han decidido tener hijos, pero su mujer no queda embarazada. Se han hecho los estudios correspondientes, y solo aparece poca movilidad en sus espermatozoides, pero nada demasiado alarmante. En principio no hay motivos aparentes para la infertilidad. Su mujer insiste en iniciar los tratamientos para una fertilización asistida, él se resiste un poco, ya que tendrán que destinar mucho dinero para eso. Dinero que no les sobra.

¿Qué hacemos? Miremos el mapa completo. Preguntemos cómo está su madre en la actualidad. Entonces nos relatará que está peor que nunca, que presiona para que él se la lleve a vivir con ellos, que solo pelea con su mujer a causa de su madre. Luego terminaremos enterándonos de que nuestro consultante pasa a visitarla todos los días antes de regresar a casa. Que destina dinero para que una persona la cuide todo el día, otra persona la cuide por las noches y otra la cuide los fines de semana.

¿Acaso está mal que un hijo único se haga cargo de su madre enferma? ¿La va a abandonar? No. Además no es nuestra función juzgar lo que dispone cada individuo. Cada uno hace con su vida lo que mejor le convenga. Sin embargo, más allá de todo conflicto moral, comprendamos que la madre, depresiva desde tiempos remotos, abusiva y “succionadora” de toda la energía vital de su hijo (de su único hijo, porque ni siquiera toma energía repartida entre varios individuos), hoy lo ha dejado desprovisto de libido para poder engendrar a un niño.

¿Estamos seguros? No, es apenas una idea. Tenemos un hombre de 40 años, que desde su conciencia ha hecho siempre lo correcto: es trabajador, es honesto, es inteligente. Hoy desea un hijo con su mujer y no la puede embarazar. Toda su energía vital –de un modo ciego, poco consciente, poco visible– está desviada hacia la madre, que seguirá tomando y acaparando recursos económicos, afectivos, emocionales... hasta dejarlo vacío y exhausto.

En este punto, el consultante pregunta qué tiene que hacer. No lo sabemos. Pero al menos hemos puesto todas las cartas sobre la mesa. Él las mira y se toma la cabeza con las manos mientras repite: “Es así, es así, es así”.

Tal vez hemos terminado nuestro trabajo. O tal vez le preguntemos si desea que lo sigamos acompañando. Lo que hemos hecho fue comparar el discurso materno, que lo tenía totalmente encerrado en el deseo de esa madre, **versus la vivencia de su ser esencial**, de su ser interior, de su persona, o como lo queramos llamar. Una vez hecho esto, cada individuo está en mejores condiciones para tomar decisiones en su vida. Mirando el panorama completo. Quizás embarcarse en los tratamientos de fertilización asistida no sea la mejor garantía para lograr un embarazo, al menos no como primera medida. Acaso sea el momento adecuado para conversar mucho más honestamente con su esposa sobre estas realidades complejas que ahora la involucran más de lo que había imaginado. Posiblemente pueda mirarse a sí mismo y reconocer la pérdida de energía que se le cuela desde tiempos remotos. Haga lo que hiciere, si lo resuelve mirando el escenario completo, es probable que tenga más chances de cambiar el juego a favor de

todos. Incluso a favor de su madre, aunque en principio esto no esté tan claro.

Este ejemplo inventado –que he utilizado para explicar cómo detectar el discurso materno– es uno entre miles posibles. Cada individuo trae un universo de relaciones, específico y original. El arte está en ser capaces de descubrir la “trama interna” en lugar de fascinarse y elaborar interpretaciones dentro de las historias aprendidas que todo individuo carga en la mochila de la “historia oficial”.

## ¿Por qué es importante descubrir por boca de quién habla cada individuo?

Cada vez que tenemos un problema y pretendemos que alguien nos ayude a solucionarlo, tenemos dos fantasías recurrentes. La primera es que alguien nos va a dar la solución adecuada. Y la segunda es que para ello tendremos que explicar al profesional en cuestión las cosas tal como son. Pero resulta que “las cosas tal como son” significa en verdad “tal cual las entiendo yo”. Todos observamos la realidad según un cristal determinado y subjetivo. De hecho, no hay “miradas objetivas”. Pero nos compete comprender a través de qué tipo de lente miramos, porque de eso depende “lo que vemos”.

Antes de intentar solucionar el problema que tenemos, es necesario revisar nuestra lente. Y eso será posible siempre y cuando abordemos el modo en que esa “mirada” se fue organizando. Cuando niños, las palabras dichas por alguien, han ordenado nuestra psique. O la han enloquecido, si “eso” que fue nombrado estaba demasiado alejado de nuestras vivencias concretas. Pero incluso en esos casos, será un alivio, porque podremos comprender, finalmente, los motivos de nuestro malestar histórico, nuestro “sentirnos desencajados” o nuestra confusión permanente.

¿Todos los individuos llevan consigo una historia de **distancia entre lo nombrado y lo vivido**? Lamentablemente, es raro encontrar casos donde esto no suceda. Y a mi criterio, no vale la

pena abordar otras cuestiones antes de saber con claridad desde qué lente cada individuo se mira a sí mismo y mira al prójimo.

La totalidad de creencias, pensamientos, juicios, preferencias y modos de vida, también se organizan a partir de una cantidad de supuestos, dichos por alguien durante la primera infancia. Incluso si tenemos la sensación de haber estado históricamente en la vereda opuesta de nuestros padres, de no haber coincidido jamás con sus puntos de vista ni con su retrógrada manera de vivir. Si ese fuera el caso, nuestros padres han nombrado de alguna manera nuestra oposición, nuestra rebeldía o nuestra equivocación. Por lo tanto, también tendremos un **nombre**. Es frecuente que nuestros padres nos otorguen el personaje del rebelde sin razones, y luego creamos a lo largo de nuestra vida adulta, que nos pasamos la vida luchando contra grandes causas. Y así nos presentamos en sociedad: como revolucionarios, a veces ostentando cierto orgullo por nuestra valentía o arrojo. Pero puede suceder... que buscando detalladamente en nuestra vida concreta, no aparezca ningún atisbo de coraje ni de heroísmo. Y que simplemente sigamos repitiendo el discurso engañado de nuestra madre o nuestro padre, creyendo que nosotros somos “eso” que ellos han nombrado.

En todos los casos, es menester descubrir si eso que nombramos hoy respecto a nosotros, en principio, coincide verdaderamente con la realidad, o si seguimos repitiendo lo que hemos escuchado hasta el hartazgo durante la niñez. Si lo reconocemos, tendremos que volver a empezar. Echar mano a los recuerdos concretos. Y tratar de armar el rompecabezas de nuestra vida, sobre la base de un recorrido honesto y personal.

¿Siempre el discurso instalado pertenece a la madre? En la mayoría de nuestras historias, sí. Pero en algunos casos, opera mayoritariamente el **discurso paterno**. O **el de la abuela**, si ha sido una figura muy importante y si ha sido quien ha dirigido los vaivenes familiares. También es posible que en algunas familias haya hermanos divididos, unos alineados al discurso de la madre y otros al discurso del padre. En estos casos, con seguridad se libraron batallas afectivas a lo largo de muchos años, y cada uno de los progenitores tenía aliados entre sus hijos. Por eso es comprensible que unos hayan quedado en una trinchera, y otros, en la de

enfrente, con el consiguiente odio y rencor entre los hermanos. Luego aportaremos ejemplos concretos para mayor comprensión.

Saber por boca de quién habla cada uno es indispensable para dibujar luego las escenas completas y los hilos por donde pasarán los temas importantes en cada familia. En casi todas las familias se libran guerras, algunas más visibles que otras. Es preciso, por lo tanto, saber de qué lado juega cada personaje, porque con ese dato fundamental, comprenderemos por qué piensa lo que piensa de la abuela, del hermano, de la madre o del maestro, así como todas sus opiniones políticas, económicas o filosóficas. Sí, nuestras “opiniones personales” son muy poco personales. Generalmente encajan en el discurso de nuestro “yo engañado”, aunque creamos que las hemos pensado profundamente. Cada personaje no solo tiene un rol que cumplir, sino que, además, ocupa un lugar determinado en el escenario y tiene un guión escrito para recitar.

## **Cómo lograr no imponer un discurso engañado sobre nuestros hijos**

A esta altura estamos desconcertados. Nos parece demasiado difícil ver con claridad qué personaje hemos adoptado, detectar el motor de nuestras acciones, comprender qué rol obligamos jugar a los seres queridos, y peor aún, nos parece inalcanzable el anhelo de no imponer, con nuestra lente, los disfraces preestablecidos sobre nuestros hijos pequeños. Tenemos mucha responsabilidad, porque no se trata solo de criar a los niños con amor (cosa esperable, desde ya), sino que la tarea es mucho más compleja. Si queremos criarlos libres, tendremos que hacer algo para que queden **libres de nuestras proyecciones**. No se resuelve permitiéndoles que elijan sus juguetes o su ropa, eso no es libertad. La libertad es tener el apoyo y la mirada suficientemente **limpia** de sus padres.

En un mundo ideal, los padres sabríamos que indagar sobre nuestra historia emocional, cuestionarnos sin miedo sobre nuestros orígenes en términos afectivos, es una obligación, si queremos luego transmitir a nuestros hijos una vida menos condicionada.

¿Qué significa indagar sobre nuestra historia personal? **Reconocer la sombra**, con ayuda. Estar dispuestos a ingresar en los territorios dolorosos y olvidados de la conciencia. Confrontar con los hechos acaecidos durante nuestra infancia, sabiendo que ahora –siendo adultos– tenemos los recursos suficientes, y que nada demasiado malo nos puede suceder. Al menos, nada peor de lo que ya nos ha sucedido. El mayor temor suele ser el de “volver a sufrir”. Sin embargo, es preciso saber que desde la sombra sufrimos constantemente. Llevar las vivencias personales a la luz no nos garantiza dejar de sentir dolor, pero al menos sabemos de qué se trata ese dolor. Por ejemplo, si nuestra madre ha estado más pendiente de sí misma que de nosotros cuando fuimos niños, seguramente seguiremos esperando recibir esa cuota de cariño verdadero. Pero al revisar nuestra historia y constatar una y otra vez que fue una madre infantil, pendiente de sí misma, egocéntrica y poco capaz de hacernos un lugar en su vida, el dolor será inevitable. Sin embargo, podremos comprenderla a ella, comprendernos a nosotros y luego **tomar una decisión**. Podríamos decidir no esperar más de parte de nuestra madre algo que no está en condiciones de ofrecer. Eso ya puede traer alivio. Sigamos con el mismo ejemplo: si he emigrado a otro país por motivos de estudio o por promesas de mejores condiciones de trabajo, y al quedar embarazada regreso a mi país de origen con la fantasía de que mi madre me va a ayudar con el niño... seguramente la decepción será inmensa. ¿Por qué? Porque esa madre real que tuve y que tengo es la misma que no puede hacerse cargo de nadie más que de sí misma. Grande será mi sorpresa cuando no acuda a mis llamados con el niño en brazos. No comprenderé qué sucede cuando mi madre tenga un percance cada vez que tiene que venir a cuidar a mi hijo en un horario pautado de antemano. Y una vez más, muy sombríamente me sentiré poco amada, como históricamente sucedió sin que yo lo entendiera conscientemente. La diferencia al comprender la realidad emocional de mi madre, de mi entorno y de mí misma, es que me coloca en un escenario realista. Por lo tanto, puedo tomar decisiones sobre la base de la verdad familiar, y no sobre la base de las **ilusiones infantiles que he tejido según el discurso materno**. Ese tejido organizado en la infancia ya no es necesario en la

adultez. Al contrario, podemos ser más sólidos si miramos **la realidad tal cual es**. Repito, eso no significa que no sea doloroso, pero al menos tendremos la capacidad de tomar decisiones más saludables. Por ejemplo, podría decidir no regresar a mi país de origen si el motivo fuera “estar cerca de mi madre para que me ayude a criar a mi hijo”. Quizás allí donde resido tenga más redes sociales, más amistades concretas y mejor infraestructura. A esto me refiero cuando sostengo que, en la adultez, **saber de qué se trata, siempre trae alivio**.

Si me dedico a mirar mi sombra, si tengo una actitud permanente de apertura e introspección, si busco maestros y guías que me iluminen, si estoy atento a lo que me señalan mis amigos, familiares o compañeros de trabajo, especialmente cuando eso que me dicen no es bonito, entonces estoy en un camino que permite integrar las partes ocultas del sí mismo. Luego, si estoy criando hijos pequeños, **todo lo que necesitan esos niños son padres que se cuestionen a sí mismos** de la manera más honesta posible. Porque si observamos los mapas completos, si miramos los escenarios y, dentro de esos escenarios, reconocemos nuestros automáticos, nuestros personajes y nuestros guiones escritos, tal vez podamos decidir no funcionar así e intentar otros modos más creativos y ricos. Y solo entonces seremos capaces de mirar a nuestros hijos con mayor apertura y sin tantos pre-juicios, es decir, sin prejuzgarlos antes de observarlos y acompañarlos. En lugar de interpretar cada cosa que hacen y que no nos gusta, en lugar de encerrarlos en personajes que nos calman porque los tenemos rápidamente ubicados... podremos simplemente nombrar cuidadosamente aquello que les sucede, dándoles todo el valor real de eso que les sucede. Y también podremos nombrar con palabras sencillas eso que nos sucede a nosotros, dentro de la totalidad de nuestro complejo universo emocional.

Así, el corazón, las vivencias internas, las sensaciones, las percepciones, tendrán un “lugar” real donde manifestarse... en vez de tener que encajar en un escenario ya definido de antemano. Si eso sucede, si a un niño pequeño en lugar de decirle “qué perezoso que eres, igual a tu padre”, le preguntamos: “¿No tienes ganas de ir a la escuela? ¿Es porque te molestan los niños?”, las cosas

cambian radicalmente. El niño no se calza el traje de “perezoso que no le hace caso a sus padres”, ni ningún otro traje. Por ahora, tiene un problema que no sabe cómo resolver, tampoco sabe cómo comunicar. Y por suerte tiene un adulto que lo nombra e intenta ayudar a encarar un problema demasiado complejo para él.

Por supuesto que todo esto requiere un entrenamiento cotidiano y un permanente cuestionamiento personal. Es trabajoso y comprometido. Nos puede llevar años implementarlo de manera automática. Sin embargo, quiero recalcar que este es el único trabajo que –a mi criterio– nos va a ayudar a salir de los fundamentalismos –incluidas todas las teorías de la crianza con apego, crianza natural, naturismo, co-lecho, lactancia prolongada, fusión madre-hijo y demás postulados progresistas con los que se asocia mi nombre–, que son muy bonitos y políticamente correctos, pero que funcionan también como refugios para los personajes más diversos. Lo que tenemos que hacer es **ser libres**. Para ello, es indispensable revisar el “guión oficial” que nos han otorgado junto a nuestro documento de identidad, exhortándonos a que cumplamos nuestro rol. Devenir adultos no es cumplir años, ni ser autónomos económicamente. Devenir adultos es tomar las riendas de nuestra vida, atravesar el bosque para encontrarnos de frente con nuestros dragones internos, mirarlos a los ojos y decidir, al final de ese camino lleno de peligros, cuál es el propio. A partir de ese momento, seremos totalmente responsables de las decisiones que tomemos en nuestra vida, en todas las áreas, incluida la capacidad de no encerrar a nuestros hijos –si los tenemos– en los personajes que nos resulten funcionales. Mirar a los hijos, mirar a los cónyuges, mirar a los hermanos, mirar a los vecinos, solo es posible si previamente hemos sido capaces de mirar globalmente nuestros escenarios, si hemos tenido la valentía de poner en duda los discursos oficiales, y si tomamos la decisión de salir desnudos de nuestra cárcel para despojarnos de las estructuras infantiles. Entonces quizás sí podamos preguntar a los niños qué necesitan de nosotros, en lugar de imponerles autoritariamente que se adapten a nuestras necesidades y obligarlos a cargar indefinidamente las pesadas mochilas del deseo ajeno.

### 3 El discurso del “yo engañado”

- Cuando nuestro propio discurso se apropia de la voz oficial
- Reforzar el personaje que nos ha dado amparo
- La fascinación que producen los personajes

#### **Cuando nuestro propio discurso se apropia de la voz oficial**

No importa el motivo aparente de consulta, no importa la urgencia, no importa la personalidad del consultante, si es hombre o mujer, si está desesperado o agresivo o si promete pagarnos más si aceptamos asistirlo fuera de agenda. No importa si cree que somos Dios o algo parecido, si piensa que tenemos todas las soluciones y que solo nosotros lo comprenderemos. Solo podemos ayudar a un individuo si hacemos juntos un recorrido honesto de su vida –y si es posible, de sus antepasados y de sus allegados– **integrando su sombra**. A ese trabajo me refiero cuando nombro la “organización de la biografía humana”. Entre mi equipo de profesionales, a la biografía humana la llamamos cariñosamente “BH” (behache). Volvemos sobre las “behaches” una y otra vez, cada vez que nos perdemos en discusiones que no nos llevan a ningún lugar.

La urgencia por resolver algo que nos preocupa en la actualidad nos deja ansiosos y con pereza para volver a recordar todos esos hechos que sucedieron hace tanto tiempo. En la Argentina, donde la mayoría de las personas ya hemos atravesado por alguna experiencia “psi”, nos da menos ganas todavía. En esos casos, solicitamos al consultante que trate de definir en pocas frases de qué se trató el trabajo terapéutico que ya hizo, para aprovecharlo y profundizarlo aún más. Pocas veces los individuos somos capaces de tener claridad sobre la labor realizada. Entonces estaremos obligados a comenzar por el principio: las vivencias infantiles. El grado de “maternaje” recibido. El real, no el relatado. Esta búsqueda conjunta requiere más arte que inteligencia. Más entrenamiento que ideas elaboradas.

Suponiendo que decidimos empezar a construir nuestra biografía humana, aparece en primer lugar una dificultad común: respondemos desde nuestro lugar de **identidad**, desde nuestro **personaje** conformado. Que tiene ya un discurso armado contundente. Hemos visto que el principal problema, cuando pretendemos organizar una biografía humana, es que la identidad, el rol con el cual “nos reconocemos” es liderado por nuestro “yo consciente”, por nuestro personaje. Nos presentamos de una cierta manera, creyendo que “eso es lo que somos”. Por ejemplo: soy abogada, soy eficaz, soy puntual, soy inteligente, soy resolutiva, soy impaciente, soy exigente, soy responsable. Es posible que todos estos atributos sean ciertos. Pero no es esto lo que nos interesa, sino el otro lado, o sea, lo que esos valores personales generan. Si esa parte de mi identidad me trae muchos beneficios, tendremos que buscar los detrimentos en las personas allegadas. Por ejemplo, si estoy muy orgullosa de mi eficacia, toleraré muy mal la ineficacia de los demás, o el descuido o la distracción. También es muy probable que para darle de comer a mi personaje, me rodee inconscientemente de personas especialmente desatentas u olvidadizas. Hecho lo cual, me aseguro el poder en el reino de la eficiencia. Si ese es mi personaje, tendré tendencia a no querer revolver historias del pasado, porque estoy acomodada con una cuota importante de poder en el manejo de mi vida. Pero me preocupa que mis hijos se porten muy mal en la escuela, a pesar de

que los mando a atenderse con psicólogos a cada uno de ellos. Resolutiva como soy, quiero una solución ya.

Siento mucho insistir sobre el mismo concepto, pero le explicaremos a nuestra enérgica y competente consultante que comenzaremos por preguntarle sobre su nacimiento y primeros recuerdos de infancia. Si somos la consultante, responderemos: “Yo nací despierta”. “¿Quién lo dijo?”. “¿Cómo quien lo dijo?, toda mi familia lo ha dicho”. “Alguien lo ha dicho primero, posiblemente tu mamá”. “Sí, claro, mi mamá toda la vida dijo que yo nací despierta y que estuve siempre atenta a todo, no se me escapaba nada, así soy”.

Nos puede resultar gracioso cuando hemos escuchado unos cuantos miles de relatos, pero las personas nombramos con total naturalidad el personaje que llevamos. Hay que poder sostener este “estar siempre despierta” que nuestra madre nos ha colocado. Ciertos personajes tienen un lado glamoroso y valorado positivamente. Por lo tanto serán difíciles de abandonar. El personaje “que nace despierto” ve todo, es inteligente, es rápido, es intuitivo, es perspicaz, pero... a la sombra va el descuido, el desamparo y la débil capacidad de la madre para cuidar a esa hija cuando fue bebe. ¿Cómo lo sabemos? Porque el personaje nombra sobre sí mismo solo aquello que la madre nombró. Todo lo demás, vamos a tener que investigarlo. Y va a ser difícil, porque el mayor guardián de esa información es el “yo engañado” de nuestra consultante, que ha adoptado el discurso materno y **lo ha hecho propio**.

Continuando nuestras averiguaciones, haremos preguntas buscando la exigencia de la madre de la consultante, para que su hija asuma responsabilidades siendo muy pequeña, ya que “nacó despierta”, es decir, **madura**. Efectivamente aparecerán recuerdos haciéndose cargo muy tempranamente de sus hermanos menores, peleando por causas justas en el colegio, siendo líder entre sus compañeros de escuela, levantando siempre alguna bandera y defendiendo a capa y espada sus convicciones. Por lo tanto, tendrá seguramente seguidores, pero indefectiblemente también detractores. **Es la ley de los escenarios completos**. Pensado así, nos interesarán más las preguntas sobre esos detractores, que en

principio nuestra consultante despreciará. “¿Qué importa lo que pensaban esos tontos?”, dice el personaje líder. Nos interesa, porque posiblemente a esos “tontos” les sucedía lo mismo que a los hermanos que estaban en la otra trinchera de las batallas familiares durante la niñez. Imaginemos que la madre de nuestra consultante era también una mujer enérgica, fuerte y decidida. Más motivos para que nuestra heroína esté identificada con esa madre y haya comprado completamente el personaje que su madre le regaló cuando nació. Podemos hacer una prueba: preguntemos algo sobre esa madre. Entonces los ojos de nuestra consultante empezarán a brillar relatando alguna escena de esa madre excepcional (que quizás lo fue). Lo que estamos buscando es confirmar que madre y consultante están en el mismo bando, en el campo de las emprendedoras. Tal vez mamá no trabajaba, aunque despreciaba al padre, quien sostuvo económicamente a la familia durante cincuenta años. Pero sabemos que **el dueño del discurso oficial** tiene el **poder** de la “verdad” (que puede no ser tal, pero eso lo iremos develando luego). Justamente, estamos hablando del **poder del discurso**, en este caso, **materno**.

Indaguemos entonces por la realidad emocional de los personajes que quedaron en la trinchera de los “no eficaces”: padre y hermanos. Sobre ellos, nuestra consultante tendrá mucho que decir: “Mi hermano menor era un ‘repetidor’, mis padres ya no sabían a qué colegio mandarlo. Al del medio le decíamos ‘ente’. ¡Porque era un ente! Un zombi. Estaba en la luna, no hablaba, no se relacionaba con nadie, no tenía amigos. Hoy sigue igual, se fue a vivir solo como un vagabundo al sur y hay que mandarle plata cada tanto. Vive solo con algunas mascotas. El del medio se la pasa haciendo malos negocios, y ya no quiero salvarlo más. Son igualitos a mi papá”. Muy bien, ¿esa es la verdad? Según desde qué punto de vista la abordemos. Está claro que es el punto de vista de nuestro personaje audaz. Seguramente ha sido admirada por su madre, pero también es probable que haya sido odiada por sus hermanos, mientras permanecía aferrada a la cima de la montaña de la soberbia.

Arribamos a la adolescencia. Si hacemos algo de “futurología”, podemos imaginar que arrasó con los deseos de todos. Preguntaremos para confirmar. Efectivamente, tuvo su época de

*femme fatale*, segura de sí misma, emprendedora, dispuesta a “pisar cabezas” para lograr sus objetivos. Con este personaje, se puede escalar en el terreno laboral, pero nos quedamos muy solos en el terreno afectivo. Las preguntas que apuntan a que nuestra consultante conecte con esa “otra parte” se refieren a sus vínculos afectivos íntimos. Aparecerán hombres débiles o drogadictos que había que salvar, o varones seducidos por su arrojo pero luego celosos o competitivos. ¿Cómo empezaban sus relaciones? Sobre la base de la fascinación hacia nuestra heroína. ¿Cómo terminaban? Indefectiblemente con cuotas de violencia importantes. Nuestra protagonista se parece a la Reina Mala de *Alicia en el País de las Maravillas*, la película de Tim Burton: cada vez que algo no le gusta, dictamina: “¡Que le corten la cabeza!”. Nuestra consultante es una cortadora de cabezas, sobre todo si alguien deja de ser su aliado fiel.

El mayor obstáculo que encontramos al ingresar en las historias de vida, es que el “personaje” es ciego, porque se da la razón a sí mismo. El “yo consciente” no toma en cuenta ninguna otra perspectiva y está muy seguro de sí mismo. Por eso lo llamaremos “yo engañado”, porque de todos los “yoes”, es el que menos comprende **cómo son las cosas objetivamente**. Es la parte del sí mismo que se cree más lista –como el hijo preferido del rey en cualquier leyenda– pero sin embargo, no sabe nada de la vida. Por eso fracasa una y otra vez. El “yo engañado” defiende un solo punto de vista, considerando que es el único y el mejor. El “yo engañado” tiene miedo de asomarse al otro lado, porque sabe que tendrá que quitarse las máscaras que lo mantienen calentito en su refugio de cristal.

Básicamente, si observamos nuestros propios discursos, cada vez que nos “presentamos” en sociedad, es el “yo engañado” quien está feliz de demostrar sus supuestas virtudes. Por lo tanto, casi todo lo que decimos es una pequeña parte de la verdad. Insisto en que en el armado de una biografía humana, aquello que el consultante **dice**, es decir, lo que el “yo engañado” proclama, **no nos interesa**. Aquello que el consultante relata en el ámbito de una consulta terapéutica **espontáneamente**, en principio lo dice desde el “yo engañado” y, como tal, no nos puede dar información valiosa. Por lo

tanto es el tipo de información que estaremos obligados a **descartar**, aunque nos haya impactado o nos aporte con lujo de detalles escabrosas o jugosas descripciones para deleite de nuestros sentidos. Para usar el ejemplo que hemos inventando, no importan los pormenores en relación con los lamentables episodios actuados por ex novios, hermanos, empleados o allegados de nuestra consultante, si todos están abordados desde el “yo engañado” de alguien que cree ser infalible. Y está orgullosa de serlo. Ya sabemos que desde la óptica del “yo engañado”, va a considerar “tonto” a todo aquel que no sea aliado, o al menos veloz y eficaz; y será “aceptable” quien se identifique con ella.

Estamos cronológicamente abordando a una mujer joven, emprendedora, abogada y exitosa. Tiene relaciones con hombres en las cuales ella detenta el poder. Sabemos que hoy –salteando cronología– tiene 45 años, está casada y tiene dos hijos varones en edad escolar, y consulta preocupada por ellos. Muy bien, trataremos de organizar la información que tenemos, para intentar averiguar el devenir de los acontecimientos, sobre la base de una cierta lógica. Y luego llegar a la preocupación actual.

¿Con quién se va a emparejar finalmente? ¿Con un hombre débil como muchos con los que se ha vinculado, a quien ella debía salvar o despreciar? Es posible. También es probable que se empareje con un hombre fuerte, con quien hace alianzas en contra de todo el mundo. Si hay muchos enemigos afuera, o tontos, inútiles, improductivos o ineptos, será fácil armar una alianza férrea. Por supuesto que estos movimientos son inconscientes. Pero funcionan. Para saber cuál ha sido su elección, tendremos que preguntárselo, buscando en primer lugar el “tipo” de emparejamiento. Con nuestra heroína no habrá “medias tintas”, ella sabrá inmediatamente responder si su marido es un “genio” o un “imbécil”. Entonces sabremos en qué bando ha quedado. Supongamos que ha elegido la opción del hombre fuerte y decidido como ella. Imaginemos que este señor también es abogado, que se han conocido en el ámbito laboral y que ambos trabajan en el fuero penal. Está claro que este tipo de trabajos –sobre todo en el caso de las mujeres– se sostienen con el aval de personalidades fuertes y con cierta distancia emocional, de lo contrario son muy difíciles de tolerar. Pero nuestra

heroína tiene fuerza de sobra y también distancia emocional de sobra...

Hasta que en el transcurso de nuestros encuentros, empezamos a nombrar el desamparo en el que vivió toda su infancia, la obligación de responder maduramente con seis o siete años, la responsabilidad de asumir ciertas decisiones a muy temprana edad y, sobre todo, la creencia de que ella, esa niña, era la única en este mundo que podía hacer las cosas como necesitaba mamá. Si logramos “tocar” esa otra parte, por fuera del discurso del “yo engañado”, habremos iniciado un trabajo interesante. Si no lo logramos, no. Quiero decir, nuestra función es **mostrar los beneficios y también las desventajas** o los precios a pagar de cada personaje, porque el costo es algo que todo individuo siente, pero no lo puede vislumbrar. Por eso, seguimos pagando nuestros precios, sintiéndonos mal pero sin saber qué hacer para sentirnos mejor. Justamente, el costo de sostener el personaje se vive internamente, lo padecemos porque no lo podemos detectar con claridad. En este ejemplo, el costo a pagar puede haber sido una enorme soledad, una desconfianza absoluta con relación a todos, la creencia de que el mundo está constituido por inútiles que nunca podrán prestarnos ayuda. Es muy difícil vivir creyendo que el mundo gira porque lo movemos nosotros... Desde esa perspectiva, jamás se nos ocurrirá confiar en otro, asociarnos a otro, delegar en otros... con lo cual, el sufrimiento y la distancia se vivirán con frialdad, incluso con desprecio y desmerecimiento hacia el propio dolor. Todo esto pertenece a la “sombra” del individuo. No lo nombramos porque no nos damos cuenta. Pasamos la vida despreciando a los demás, pero no somos capaces de hablar de la congoja que nos produce tallar cotidianamente la fosa entre nosotros y el resto del mundo. Construimos un abismo. Nos quedamos solos en este lado del mundo. Y por supuesto, acusamos a los demás de no ser capaces de saltar hasta nuestro terreno.

Supongamos que esa es la situación que nuestra consultante empieza a vislumbrar. Cuando nombramos la distancia entre ella y casi todo los demás, acepta, balbuceando un “nunca lo había visto de ese modo” o un “puede ser, creo que sí”. Entonces podríamos dibujar un sencillo “mapa” o esquema, en el cual están situados en

la cima de la montaña, ella y su esposo, juntos, aliados, tomados de la mano y mirando con desdén al resto de la humanidad. Es un lugar que otorga poder. También es un lugar solitario. A nadie se le ocurre que esos dos dioses podrían necesitar algo. Todos los que nos constituimos en ese mapa en los pequeños súbditos incapaces, no tenemos nada para ofrecer al rey y a la reina de este territorio. Hay distancia. Endiosamiento. Envidia. Incomprensión. Rencor. Desconocimiento. Imaginemos una montaña alta, dos individuos en sus tronos allá arriba, y el resto del mundo aquí abajo. Todo lo que nos genere, tanto en un sitio como en el otro, es lo que acontece obligatoriamente en ese mapa.

Personalmente, llegados a este punto, trabajaría sobre el pulso “genios versus idiotas”. Porque el “yo engañado” de esta consultante está claramente orgulloso de su propia “genialidad” y se lamenta de tener que soportar cotidianamente a todos los personajes secundarios de esta obra de teatro, que actúan los roles de tontos, torpes o lentos. Hasta que no observemos juntos cómo ha dispuesto los roles de cada uno, no comprenderá qué es lo que ella – inconscientemente– genera en los otros y, por lo tanto, tampoco podrá mover las piezas del juego que ella ayudó a establecer.

Teniendo en claro este panorama, podremos abordar luego el nacimiento de los hijos, la crianza, el vínculo con ellos, los cambios en la relación afectiva con el esposo y las dificultades cotidianas. En este caso, se trata de una mujer que trabaja y que tiene organizada su identidad en torno al éxito laboral y a la distancia afectiva. Por lo tanto, ya podemos imaginar que al devenir madre, aparecerán muchas dificultades antes impensables para ella. Si hiciéramos “futurología” sabríamos que los niños pequeños se van a convertir en un “dolor de cabeza”, simplemente, porque está mucho más entrenada en moverse en mundos laborales que en territorios emocionales y sutiles. El nacimiento y luego la convivencia con niños pequeños es difícil para todos, pero para nuestra consultante lo será más aún. Todos sabemos que la crianza y el vínculo con los niños no se resuelven con eficacia, tampoco con acciones concretas y mucho menos con velocidad. Si tenemos en cuenta su personaje, podemos suponer que se va a sentir atrapada en un laberinto sin fin.

Dicho esto, a mi criterio tendremos que detenernos para formular preguntas muy específicas con relación a los primeros años de sus hijos. ¿Por qué? Porque deben haber sido muy incómodos para el personaje, entonces es probable que la consultante los quiera pasar por alto, aduciendo que “eso ya pasó hace mucho tiempo”. O tal vez simplemente haya olvidado casi todos los detalles de los primeros años de esos bebés. Por lo tanto, nuestro trabajo deberá poner especial énfasis en esa parte de la historia, que se constituyó en **sombra**. ¿Cómo preguntar? Detalladamente. Parto. Primeros días. Puerperio inmediato. Lactancia. Automáticamente nuestra heroína responderá: “Todo divino, Juancito era un ángel, que comía y dormía”. Es muy poco probable. Desde el “yo engañado” este personaje llegó al parto creyendo que tenía todo bajo control. Asumamos que si existe un sitio donde el control se descontrola... es en la escena del parto. Supongamos que le hicieron cesárea. Enseguida va a defender los postulados de la modernidad y las cesáreas resolutivas, la doble circular de cordón o la excusa perfecta para no conectar con eso que le sucedió. Cuanto más a la sombra haya enviado las experiencias descontroladas, más tendremos que buscar por ahí. Pensemos que el personaje va a intentar –en medio del caos– regresar al terreno que domina. **Ese terreno es su trabajo**. Llamativamente, si la interrogamos sobre su trabajo en ese momento –por ejemplo, en quién delegó las tareas urgentes, qué cosas dejó organizadas, etc.– dirá que justo durante el primer embarazo, ella decidió abandonar su antiguo empleo en un estudio importante de abogados, y abrirse camino sola con la intención de crecer económicamente, gracias a la apertura de un estudio propio, con la complicidad de algunos abogados jóvenes dispuestos a seguirla. Y que la mudanza a las nuevas oficinas la estaban concretando cuando empezó con las contracciones de parto. Ahora podemos vislumbrar la libido que necesitaba desviar hacia sus nuevos proyectos de trabajo y la poca conexión que posiblemente haya tenido en relación con el parto que se avecinaba y con la presencia de un bebé, que hasta ese momento no podía siquiera imaginar.

Esta es una instancia perfecta para detenernos y rebobinar las historias, retomando la idea del parto maravilloso y feliz que dijo

haber vivido. En plena mudanza, con los proyectos laborales en su máximo esplendor, y pretendiendo tener un hijo con la misma energía con la que defiende a sus clientes en los tribunales. Algo no encaja. Podemos nombrar que imaginamos una escena caótica. Silencio. Respiramos. Unos segundos más tarde, por primera vez, nuestra consultante empieza a llorar. Trata de que no lo notemos. Nos acercamos físicamente pero aún sin tocarla. Se incomoda. Formulamos algunas preguntas suaves. Entonces sí, empieza a gemir, a toser, a sonarse la nariz, mientras intentamos abrazarla sintiendo que todo su cuerpo está temblando. Lloro diciendo palabras ininteligibles, que está cansada, que es muy difícil, que le duele la espalda, que necesita vacaciones, que los chicos no reconocen los esfuerzos que ella hace, que para los hombres es más fácil y que la vida es injusta. Muy bien, hemos tocado algo de **material sombrío**. Allí permaneceremos. Buscaremos y trataremos de nombrar los acontecimientos por fuera del discurso del “yo engañado”, que tenía todo formalmente organizado. Volvamos sobre el parto. Sobre su nula comunicación con el médico previsto para atenderla. Sobre su pobre búsqueda personal con relación a enterarse de algo relativo a la atención de partos, suponiendo que todo eso formaba parte de un universo femenino endeble que no le interesaba en absoluto. Aparece el desprecio por todo lo que es blando, incluido lo referente a las parturientas. Ella se ha convertido en una, pero prefiere sostenerse en su personaje habitual: eficaz y potente. La someten a una cesárea, pero su personaje, fuerte y emprendedor, congela su corazón, pone su mente en blanco y pide ir caminando por sus propios medios hasta la puerta de las salas de cirugía. Admirable. Valiente. Segura. Una vez el bebe afuera del útero, se lo muestran, se lo llevan, le realizan mecánicamente todas las rutinas hospitalarias, pero ella se sostiene sin transpirar dentro de su disfraz. Nunca más necesario que en estos momentos. Luego continúa el discurso del “yo engañado”, diciendo “no tuve leche, así que no perdí tiempo y el bebe empezó a tomar leche de fórmula enseguida, y fue fantástico”. De ahora en más, todos los “fantástico” que escucharemos de parte de nuestra protagonista, tendremos que “tomarlos con pinzas”. Es momento de nombrar con otras palabras eso que ha sucedido. Le diremos: “La cesárea seguramente fue un

shock, y al tener a tu hijo por primera vez en brazos, quizás lo sentiste como un extraño, preguntándote si eras un madre normal y si poseías instinto materno, ya que tenías sentimientos muy ambivalentes con ese bebe. Tal vez mucha gente entraba a la habitación y te daba indicaciones”. Entonces –asombrada por su propia flojera– llorando dirá: “Sí, sí, tal cual, me mostraban cómo había que alzarlo, en qué posición lo tenía que tener, pero el bebe lloraba y no le gustaba esa posición, además me dolía mucho la cicatriz, y mi marido festejaba con sus amigos tomando champán y yo tenía ganas de matarlo, y al bebe no le gustaba cuando lo ponía al pezón, era una tortura, al final ya no lo quería ni alzar, porque apenas lo tocaba, se ponía a llorar, en cambio con las enfermeras se calmaba”. Muy bien, ya nos vamos desviando del “fantástico” de hace unos minutos, y continuaremos nombrando realidades probables por fuera de su personaje: “Es posible que no hayas imaginado el tiempo y el silencio que requerían tú y tu bebe, ni la tranquilidad y la calma necesarias para conocerse. También debe haber sido muy difícil ingresar en un ‘tiempo sin tiempo’ cuando te estabas mudando de oficina y montando todo un emprendimiento nuevo. Tu realidad externa estaba muy alejada de la conexión y las necesidades de ese bebe”. Seguramente nuestra consultante recordará –después de nuestras intervenciones– discusiones con el marido, amigas que le daban consejos que no le servían para nada, ganas de escapar de allí, y una opresión en el pecho... que ahora podemos nombrar... que la transportaban a sentirse afín a todos esos individuos que ella había despreciado con anterioridad: inútil, perdida, chorreante, dolorida, desencajada y desorientada. Un asco.

Si tenemos una entrevista con este grado de intensidad... tendremos que detenernos para respirar. Y continuar otro día. Al próximo encuentro vendrá con el rostro más relajado, vestida con ropa más informal y el cabello suelto. Buena señal. Aflojó. Recordó. Se sacó por un ratito la máscara que la estaba dañando. Y confió por un rato en nosotros. Podemos seguir con nuestra investigación y con el afán de traer luz sobre los acontecimientos que ha rechazado y relegado a la sombra. No nos sorprenderá que nos confiese que a los cinco días de nacido el bebe, ella ya estaba en la oficina. Por supuesto. Escapó desesperada hacia su lugar de identidad. Y no

vamos a juzgar si fue buena madre o no, no nos interesa. Lo único que importa es que, mirando desde el punto de vista del personaje, hizo lo único que sabía hacer. Pero entonces, aquí nuestra función cambia: tendremos que **agregar el punto de vista del niño.**

Estamos obligados a traer la voz, y relatar con palabras sencillas todo lo que ese bebe de cinco días, de un mes, de dos meses, de cuatro meses, de seis meses, fue viviendo. Con una madre desconectada de sus necesidades básicas, dejándolo al cuidado exhaustivo de personas idóneas, alimentado, higienizado, atendido, pero **solo.** No vale la pena hablar de contacto corporal, ni fusión emocional, ni presencia, ni disponibilidad emocional, ni entrega, ni silencio. Son todos conceptos desconocidos –por no decir desprestigiados– del personaje. Mientras tanto, hay un bebe que va a pedir “maternaje” como pueda. Posiblemente se enferme.

Entonces directamente preguntaremos por enfermedades. Nuestra consultante al principio dirá espontáneamente que “era sanísimo”, pero si insistimos más detalladamente, recordará las bronquitis, las bronqueolitis, las internaciones por las convulsiones por fiebres altas, las otitis, los resfríos interminables, las noches sin dormir con las nebulizaciones siempre presentes, y otras delicias cotidianas. Claro, ella tenía que trabajar, y mucho, con lo cual es posible que no tenga recuerdos tan marcados, porque a esa altura ya habían contratado a una niñera para asistir al bebe por las noches.

Entonces seguiremos nombrando las vivencias desde el punto de vista del bebe, y la enorme distancia que iba aumentando entre el alma del niño y el alma de la madre. Con paciencia, le daremos curso al recuerdo de muchas pequeñas anécdotas, ofreciéndole la debida atención a cada una, no porque sean importantes en sí mismas, sino para ir permitiendo que se asiente un cierto registro emocional, que para nuestra consultante es totalmente nuevo. Y lo peor es que este nuevo registro **duele.** Pero como es una mujer extremadamente inteligente, hará bromas sobre esto que está descubriendo, riéndose de sí misma y diciendo que nunca pagó tan caro para sufrir. Sabe que este nuevo acercamiento al “otro lado de sí misma” es doloroso, le resulta duro, pero es sumamente necesario.

Luego abordaremos el primer año de vida del bebe, después el segundo. El siguiente embarazo y parto, posiblemente bastante parecido al primero. El nacimiento de un segundo varón. Tampoco hubo lactancia. Más niñeras. Menos atención ya que estaban todos entrenados en qué era preciso hacer con los mocos y la fiebre, las otitis y los antibióticos. Es decir, repararemos en los pormenores de la vida cotidiana de esta familia, con una madre emprendedora que trabaja mucho, un padre que también trabaja mucho y dos niños pequeños, que están **solos**, que se enferman mucho y que sobreviven como pueden.

Sé que las lectoras mujeres dirán en este punto: “¿Y el padre? ¿Eh? ¿Por qué no se ocupaba un poco el padre, que ni aparece en estas escenas?”. Pues... podría haber un padre que se ocupara... pero en este escenario, el acuerdo matrimonial estaba basado en el trabajo, el éxito, el emprendimiento y la actividad. Y en que hubiera suficiente disponibilidad de dinero, claro. Y a quien le toca jugar la otra parte de sí misma es a la mujer que se constituyó en madre. Lo que traían estos bebes era emocionalmente tan intenso –y tan desconocido para el personaje que encarna– que esta mujer no lo supo comprender en ese momento. Las interpretaciones que hacía eran **desde el punto de vista del personaje exitoso**. El padre de los niños acompañó esta manera de ver las cosas, ya que su personaje se parece bastante al de su mujer, y además ni siquiera sufrió fisuras, porque no tuvo partos, no tuvo leche, no tuvo maternaje para desplegar. Por lo tanto, ni siquiera quebró. Simplemente acompañó en la misma frecuencia con la que la madre asumió la maternidad de estos niños. Podemos decir también que dentro del matrimonio no hubo quiebre, ya que incluso con dos niños pequeños, **el acuerdo** entre los personajes adultos **siguió intacto**. Ellos siguieron trabajando, vinculándose a través de los emprendimientos laborales, y dejando a esos dos hijos pequeños en un mar de soledad, aunque estos padres no tenían conciencia de ello.

En este punto el grado de intensidad de nuestros encuentros es alto, y quizás nuestra consultante desee tomarse unas vacaciones. Muy bien, que se comunique cuando quiera. Supongamos que deja transcurrir bastante tiempo, pero un día pide una nueva consulta.

Quiere ir directamente sobre el punto que la preocupa: los dos hijos se portan muy mal en la escuela, ambos tienen psicopedagogas que los asisten, maestras particulares, psicólogas y fonoaudiólogas. Están pensando en agregar una especialista en juegos. Han probado en castigarlos suspendiendo un viaje que los niños esperaban, pero no sirvió de nada.

Como han pasado seis meses desde nuestro último encuentro, tendremos que detectar qué grado de conciencia o de acercamiento a su sombra ha mantenido nuestra consultante durante el período en que no hemos tenido encuentros. Al principio va a intentar hablar sobre otros temas. Pero tarda menos de cinco minutos en largarse a llorar y en decir que no aguanta más y que sabe que ella tiene que cambiar algo. Bien. Estamos encaminados. Para no aburrir al lector, diré que nos vamos a concentrar en revisar la vida de esos dos niños, desde el nacimiento hasta la actualidad, desde sus respectivos puntos de vista. Reconoceremos la soledad, los pedidos desplazados históricos con relación a mayor reclamo de presencia materna, más disponibilidad, más juego, más quietud. Examinaremos las herramientas que esos dos niños han utilizado para hacerse oír: enfermedades, accidentes, peleas, travesuras peligrosas, portarse mal, luego portarse mucho peor, lastimarse entre ellos, amenazarse, amenazar a niños en el colegio, robar, maltratar a otros niños, desobedecer. En fin, más o menos son esas las posibilidades que tienen los niños de decir “aquí estoy y quiero que te quedes conmigo”. Situaremos cada acontecimiento en la edad cronológica de cada uno de estos niños. Y constataremos que estos niños quieren una sola cosa: que mamá los mire. Claro, desde el punto de vista de la madre, ella sentirá que vive para ellos, que trabaja para ellos y que se esfuerza para darles la mejor de las vidas. Pero estos niños solos sufren. No quieren nada de lo que obtienen. Solo quieren quedarse en la cama de mamá y papá.

¿Tan difícil es permitir a dos niños desesperados que suban a la cama grande? Habitualmente parece que sí, porque pocos niños lo logran.

A esta altura ya tenemos el panorama completo. Nuestra heroína por primera vez se pone en el lugar de sus hijos, los comprende y siente compasión por ellos. Entonces hace la pregunta del millón:

“¿Qué hago?”. A lo cual nosotros responderemos: “No sé”. Teniendo esto claro –quiero decir, sabiendo que cada individuo es responsable de sus movimientos– empezaremos a trazar algún camino que sea **integrador de la sombra**. La consultante, una vez que entiende su personaje (que en verdad es su mejor **refugio**), la necesidad que tiene de permanecer allí escondida, los peligros de salir de su cueva, los desafíos que tiene por delante, los puntos de vista de sus hijos, de su marido, de sus empleados, de sus enemigos (si los tuviera), podrá decidir si quiere mover alguna pieza o no. Esa es una **decisión personal** y no le compete al terapeuta. En todo caso, si decide arriesgarse y mover alguna pieza, el terapeuta podrá acompañar esos movimientos.

Ahora se abren múltiples opciones. ¿Es así de fácil? ¿Se construye la biografía humana y luego ya somos capaces de hacer movimientos que nos traigan mayor felicidad? No. Este ha sido un relato muy sencillo y sin fisuras. En las historias reales es mucho más complejo. De cualquier manera, desde mi punto de vista, no podemos abordar **nada** sin saber cuál es el personaje que actúa el individuo que nos consulta, sin tener claro el discurso de su “yo engañado”, sin comprender por boca de quién habla, el nivel de miedo frente a la opción de salir de su refugio que le da identidad, ventajas y desventajas del personaje, y por supuesto, sin estar seguros de la capacidad intelectual del individuo en cuestión. Cuando me refiero a “capacidad intelectual” quiero aclarar que ciertos individuos que han sido muy maltratados durante la infancia, incluso sufriendo abusos emocionales o físicos, pueden llegar a adoptar el personaje del que no sabe, no entiende, no se entera. Al igual que en todos los casos, **el personaje es el traje que nos permite sobrevivir**. Con frecuencia, si nuestra supervivencia depende de no saber nada, no darnos cuenta de nada, no registrar nada... ese pulso se enraíza tanto en nuestro ser interior, que podemos llegar a convertirnos en “idiotas”. No es que nuestra mente no sea capaz. Es que **el alma se ve forzada a idiotizar a la mente**, justamente para no ser testigo de atrocidades que –ya lo sabe– no va a poder tolerar. En esos casos, no es imposible intentar un trabajo de recorrido de la biografía humana, pero tendremos que estar atentos para detectar si el ser interior de ese individuo, en

algún momento, siente suficiente confianza para abrir mínimamente el traje del idiota que vive en una nube, y permite inmiscuirnos en los recovecos de su sombra.

Todo es posible y a veces nada es posible. Esta es una metodología que requiere **entrenamiento, arte, empatía y experiencia**. No le calza bien a todo el mundo. Pero hay algo que creo fundamental: trabajamos permanentemente para desenmascarar al “yo engañado” de los consultantes, pero también para no permitir que el consultante crea o piense que el profesional “sabe” o es un “genio” o lo que sea. Es indispensable dejar en claro que esta es una investigación que hacemos **entre dos personas**. Alguien que sufre y que espera conocerse más, y alguien que al no estar involucrado en el armado de la escena familiar, va a ayudar a mirar el escenario desde afuera. Y para lograrlo, se va a ocupar de traer **las voces de todos**. También va a estar atento a no ingresar en el escenario del consultante. Si damos una opinión personal, ya estamos poniendo un pie en ese escenario. Si nos angustiamos con los relatos, también. Si nos horrorizamos, también. Por eso, es indispensable haber escuchado muchas historias, y trabajar permanentemente nuestra propia sombra, para que nuestro personaje no se incorpore al trabajo que estamos realizando en el **territorio del otro**. Nosotros tenemos que convertirnos solo en un medio que posibilita e interroga, nada más. Ni nada menos. Nuestras opiniones personales no tienen cabida, ni nuestras teorías filosóficas, ni nuestras creencias, ni nuestra moral. Es el terreno del otro. En esta función somos apenas un canal que se pone a disposición de la búsqueda interior de otro individuo.

¿Y qué pasa si a un consultante le parece demasiado “fuerte” lo que le decimos? Esta es una fantasía habitual. En verdad, nadie puede decir nada más “fuerte” o doloroso de lo que el individuo ya vive en su interior, lo sepa o no. De cualquier forma, no se trata de hacer interpretaciones a mansalva. No. Sino de nombrar aquello que no ha sido nombrado. Si realmente “encaja” en la vivencia interna del individuo, sencillamente va a corroborar que “eso” que a lo largo de su vida sintió “se dice” con palabras parecidas a las que el profesional está utilizando. Y si no le “calza”, pues dirá que no, que no lo siente así. Significa que nos estamos equivocando y que

tendremos que desviar nuestra investigación hacia otro lado. Es un trabajo detectivesco. E ingrato. Porque generalmente nos encontramos con realidades mucho más hostiles, violentas, inhumanas o feroces de lo que imaginábamos. **Buscar sombra siempre es doloroso. Pero permanecer ciegos es más doloroso aún.**

¿Qué pasa si la persona que inicia su proceso de biografía humana y decide cambiar muchos aspectos de su vida, se encuentra con que su cónyuge, por ejemplo, no está dispuesto a cambiar nada? ¿Acaso no es mejor que hagan este recorrido juntos? No. Este es un pedido frecuente entre las mujeres. Las mujeres arrastramos a nuestras parejas a que vengan, escuchen, entiendan, y **nos den la razón**. Está claro que la propuesta de integración de la sombra no busca dar la razón a nadie en contra de la razón de otros, sino todo lo contrario: propone comprendernos mutuamente en las razones de nuestros respectivos personajes y, luego, decidir si estamos dispuestos a dejar esos personajes de lado para vivir una vida más ligada a la **verdad interior**. Cuando pretendemos que nuestro cónyuge venga a la consulta, seguimos pensando que “el otro debe cambiar”. Nada más alejado de la verdad. Solo uno mismo puede cambiar. De hecho, eso que no nos gusta del otro –ya sea nuestra pareja, padres, hermanos, hijos, vecinos o suegros– simplemente refleja una porción de nuestra propia sombra. Si algo se manifiesta –feliz o sufriente– en el escenario, es porque forma parte de nuestra propia trama, aunque no tengamos registro de ello. Si la trama en su conjunto nos produce sufrimiento, siempre podremos **cambiar nosotros**, luego el ambiente completo se modificará. Es como en el juego de ajedrez: cuando alguien **mueve una pieza**, el juego cambia en su totalidad.

Sobre la conveniencia de convencer al cónyuge, por ejemplo, para que emprenda este viaje, solo quiero agregar que si la consultante (en caso de que sea una mujer) empieza a registrar su personaje, entiende sus beneficios, admite los precios que hace pagar a los demás para sostenerse en ese rol, acepta las voces de los otros, mira el panorama completo e identifica lo que provoca en los otros, quizás sea capaz de **cambiar**. Y cuando cambie, cuando afloje, cuando escuche, cuando deje de pelear, cuando le surja

espontáneamente dirigirse a su esposo más amablemente y con cariño... pues el marido genuinamente interesado dirá: “¡Yo también quiero hacer ‘eso’!”.

Para mí es interesante notar que muy raramente los hombres que atraviesan la experiencia de construir su propia biografía humana, están pendientes de convencer a sus mujeres o novias de hacer lo mismo. En general, hay menos personajes manipuladores entre los hombres que entre las mujeres, aunque eso no deja de ser una apreciación basada en registros de mi institución, y que, por supuesto, son discutibles.

## **Reforzar el personaje que nos ha dado amparo**

Tomemos en cuenta que el personaje que hemos construido tuvo un propósito fundamental: **sobrevivir al desamparo**. La principal intención inconsciente fue la de no sufrir demasiado. Para ello, además de aceptar el traje otorgado por parte del adulto más importante –que habitualmente es la madre–, los individuos solemos agregarle adornos varios, mientras nos relatamos un cuento cargado de fantasía para luego confiar en que esa historieta es real.

Por eso, es muy común que cuando el consultante relata sus historias del pasado, haya anécdotas agradables y divertidas. Pero atención, porque si **somos atraídos por ese relato** –por los motivos que fueren (generalmente porque tocan en algún lugar sombrío nuestro)– habremos caído en el **hechizo**. Ese hechizo forma parte de los artilugios de ciertos personajes, especialmente de los muy expresivos, los cómicos, los exagerados, los irónicos o los cínicos. Aquellos que agregan sal y pimienta a las historias, y que por eso mismo, atraen la atención de los demás personajes. Y la nuestra. Quiero decir, si caemos en la curiosidad, para tener más detalles de un relato que nos fascina... perdemos nuestra función, porque ingresamos en el campo de nuestro consultante, perdiendo objetividad (porque ya estamos dentro). Registrar esa pérdida de observador externo es difícil, porque ¿cómo saber qué preguntar para entender mejor el escenario y cómo saber qué es lo que no debemos preguntar cuando responde a una curiosidad subjetiva?

Se logra con entrenamiento. Pero al menos quiero dejar asentado que corresponde que estemos atentos a no dejarnos hechizar por telenovelas, que para eso existe la televisión.

Sigamos con el personaje que cada uno cuida como si fuera el mayor tesoro. Pensemos que el personaje ha sido nuestro principal **refugio**, y eso no es poca cosa cuando somos niños. El problema es que crecemos, nos convertimos en adultos pero interiormente creemos que en la actualidad debemos enfrentar el mundo con las mismas herramientas infantiles que hemos utilizado en el pasado. Por eso nos aferramos a nuestro personaje aún más. Si somos la “amazona” que defiende las causas justas a capa y espada, estaremos subidas a cualquier causa propia o ajena. Si somos el débil enfermo de asma, enfrentaremos los acontecimientos desde la debilidad y el no poder hacerse cargo de nada; si somos el adicto que se evade, allí iremos con nuestras sustancias tóxicas para estar por fuera de la realidad. Lo increíble es que siendo adultos, seguimos jugando el juego que jugamos siendo niños. Y resulta que cuando descubrimos que ese personaje nos lo puso mamá, papá, el abuelo paterno o quien fuere... creemos que la culpa es de ese familiar. Aquí empieza la tarea más ingrata: reconocer que venimos dedicando gran parte de nuestra energía vital a lustrar, embellecer, adornar y completar el personaje, porque lo necesitamos más que el aire que respiramos. Sin nuestro personaje no sabemos vivir, no sabemos quiénes somos, no sabemos cómo relacionarnos con otros, cómo trabajar, cómo hacer el amor, cómo sostener nuestra moral.

Por eso, cuando un terapeuta intenta mostrarnos el nacimiento de ese personaje y cómo hemos jugado las escenas familiares que hoy quizás nos producen más sufrimiento y desencuentros que amor, nos enojamos, nos aferramos, empezamos a defender a nuestra madre, diciendo: “Pero algo bueno mi madre debe haber hecho, al fin de cuentas soy un buen ingeniero, tengo tres hijos, una esposa cariñosa y un “máster” en los EE. UU.”. Sí, claro. Pero **estamos buscando sombra**, así que todo lo bueno que ha hecho nuestra madre está muy bien y se lo agradecemos mucho y por eso la queremos. Volvamos a lo nuestro. Buscamos detectar a nuestros personajes, los respectivos funcionamientos y, sobre todo, cómo

cada uno ha hecho parte de una cierta trama con ciertos resultados que ahora no nos gustan. Por ejemplo, un hermano se acaba de suicidar. Sin embargo, todos creemos que en eso no tenemos nada que ver. Yo no estoy diciendo que somos culpables de la decisión de ese hermano. Digo que formamos parte de un cierto entramado, donde alguien, por motivos que **pertenecen a la trama completa**, decide partir. O enfermarse. O pelearse con todos. O lo que fuere.

Cuando estamos a punto de ver el escenario completo... nos agarra una cosa en la barriga, y automáticamente nos aferramos al personaje, a veces no permitiendo que nadie más nos diga absolutamente nada, mucho menos sobre nuestra madre. Ya sabemos que las madres son sagradas. Las “ofensas” funcionan extraordinariamente bien. Cuando nos ofendemos, los demás nos piden disculpas y nadie se atreve a mostrar ni a decir nada que no sea agradable para nuestros oídos. Este es un momento en que muchas veces los individuos abandonamos el trabajo de indagación del propio material sombrío. Y entonces, ¿qué hacemos? Nada, es así. Si estamos cumpliendo la función del profesional, comprenderemos que siempre, siempre, los individuos tenemos razón (desde el personaje). El consultante, por ejemplo, en pleno shock por el suicidio del hermano, siente de pronto que de nada sirve estar viendo tantas cosas de su infancia, porque no lo pudo “salvar”. O que está demasiado dolorido para revolver viejas heridas. Muy bien. La conciencia sabe cuándo es el momento perfecto. Quizás este consultante regrese cinco años más tarde, con menos impacto y con una suave sensación de que estaba en un camino hacia la verdad que no ha encontrado en otros ámbitos, y que va a intentar nuevamente un acercamiento.

Quiero decir que en momentos críticos, es esperable que nos volvamos a aferrar a nuestro traje, como si dijéramos: “Sí, y qué, soy Superman y no me importa lo que piensen los demás”. Justamente, en los momentos en los que nos sentimos más frágiles, por los motivos que fueren, nos metemos en nuestra cueva infantil. Eso es ponerse el traje y encerrarse. De nada vale hacer fuerzas para sacar al individuo de allí. La mejor opción es comprender que los tiempos son muy personales, y que si en un momento determinado,

necesitamos “regresar al refugio”, pues... ¡qué suerte que lo tenemos!

## La fascinación que producen los personajes

Hay un obstáculo frecuente para todo aquel que quiera entrenarse en el acompañamiento de búsquedas personales, y es la fascinación que ciertos personajes nos producen. Los emprendedores más que los depresivos. Los carismáticos más que los callados. Los espirituales más que los terrenales. Sin embargo, allí es donde tenemos que poner en juego nuestra lucidez. El individuo que haya logrado, a través de su personaje, mayor admiración en su entorno... va a ser el más difícil de desenmascarar. Porque está acostumbrado a recibir reconocimiento por su labor o agradecimientos por su sola presencia. ¿Por qué consultaría una persona tan encantadora, entonces? Porque considera que alguien cercano no es tan encantador como él o ella.

Por ejemplo, viene a la consulta un maestro de yoga. Podría ser un sacerdote. O alguien en quien todos depositamos admiración y respeto, un líder espiritual o comunitario. Sin embargo, al igual que todos los seres humanos, tiene sombra. Ahora bien, está tan cómodamente instalado en su personaje, que difícilmente reconozca una dificultad **personal**. Supongamos que consulta porque su mujer está embarazada (en este caso elijamos al maestro de yoga, si fuera el cura cristiano estaríamos en problemas). Él pretende que ella se asome a la espiritualidad, que consulte con médicos naturistas y que intente un parto respetado. Pero ella no quiere saber nada del asunto, está asustada y no piensa apartarse del más convencional de los médicos. Es más, está visitando al médico de su propia madre, de sus tías y de su hermana mayor. Muy bien. Nuestro consultante, elevado y místico, con un rostro envidiablemente bello y sereno, viene en busca de ayuda. En verdad, quiere saber cómo ayudar a su mujer.

Aquí pueden pasar dos cosas: la primera, que nos desplomemos fascinados por este ser espiritual –que además nos viene a consultar, con lo cual nuestra estima aumenta considerablemente–,

entonces decidimos escucharlo, y seguramente le daremos la razón. Ahí nuestro personaje se deslizó en un terreno ajeno, que es el del consultante. Hemos necesitado un segundo para perder nuestro rol de acompañar a buscar sombra. Cuando la campanita interna nos avisa que nos estamos desviando de nuestro propósito, otra campanita que sostiene la excitación nos dice que tampoco hay que ser tan exagerados, que este ser maravilloso vino a preguntar algo muy sencillo. Cómo no pasarle teléfonos de médicos buenísimos y respetuosos, cómo no explicarle que si no va a ver a un médico alternativo, van a terminar robándole el parto a su mujer. Cómo no aliarnos asegurándole que ese médico que atendió a su madre, tía y hermana, le va a practicar una cesárea como hizo con sus familiares. La fascinación nos jugó una mala pasada. Aunque ese ser estupendo que reboza salud se irá a su casa muy contento. Y ciego.

La segunda opción es proponerle construir su biografía humana. ¿Él? ¿Él, someterse a contar cosas personales a un terapeuta cualquiera que debe ser mucho menos espiritual? Tal vez se ofenda. Está en todo su derecho. Siempre podremos explicarle que su mujer es suya, no nuestra. Que él la eligió, que él la ama, que él convive con ella, que él la embarazó, que con ella esperan un hijo y que, quizás, ella encarna la parte de rigidez, de miedo o de inflexibilidad propios, pero que él no asume como propios. Así de fácil. Algo tiene que ver, él, su sombra, sus proyecciones, con ese miedo manifiesto ahora en las elecciones de su mujer. Y que podemos averiguarlo juntos, porque quizás no haya que cambiar de médicos, quizás él tenga que asumir la porción de rigidez que le toca, y entonces, tal vez, su mujer se sienta con el derecho de aflojar. No lo sabemos, pero podemos investigarlo. Luego, si está de acuerdo, construiremos su biografía humana con la misma calidez, habilidad, atención y cariño que con cualquier otra persona.

¿Es posible acompañar en la construcción de la biografía humana a un individuo que admiramos? Solo en la medida en que detectemos que hemos caído en la fascinación y seamos capaces de apartarnos de nuestra implicancia personal. Si no podemos hacerlo, no estaremos en condiciones de trabajar con ese individuo. En ese caso, mejor derivarlo a un colega. Quiero decir, no es

imposible, pero hay que tener en claro lo que nos pasa y ser capaces de mirar a ese individuo, como a todos, con sus luces y sombras, y tener la intención de averiguar lo que hay del otro lado. Si llevamos a cabo este trabajo de búsqueda de sombra, es posible que luego admiremos a ese ser aún más, por su implicancia, dedicación, humildad y bondad. En fin, porque constataremos que es un sabio de verdad.

## 4 Historias comunes

- Defendiendo el discurso materno
- Miranda: la invisibilidad como refugio
- Ricardo: un pollito mojado y furioso

### Defendiendo el discurso materno

Todo lo que tenemos es aquello que mamá dijo. Imaginemos un actor que sale a escena sin tener el guión escrito para recitar. Sería terrible. Del mismo modo, en la vida cotidiana salimos a escena con aquello que tenemos ya organizado, con el personaje ya pautado. Por otra parte, tomemos en cuenta que el pivote entre todos los personajes suele ser la madre (suponiendo que el discurso oficial en nuestro escenario sea el materno). En esos casos, si ponemos en duda el discurso materno, se nos cae el escenario completo. Por lo tanto, **los hijos solemos ser los principales defensores de aquello que mamá dijo**. Nos ofendemos cuando alguien pretende desmerecer, desautorizar o descalificar el discurso oficial. Sencillamente porque se nos desarma todo el entramado del cual estamos sostenidos. Incluso si sufrimos, preferimos que las cosas permanezcan estables. Esta es una tendencia en la conducta humana.

Estos esquemas se repiten con una llamativa periodicidad, por lo tanto, me valdré de algunos ejemplos. Quiero dejar en claro que

todos los ejemplos de “casos reales” no son tales. Es decir, reúno algunos aspectos repetitivos en algunas personas y los combino con otros casos frecuentes en otras. El propósito es que podamos reconocernos en la mayoría de estos “casos” ofrecidos. También quiero aclarar que los “casos” a los que hago alusión se refieren a individuos atendidos en la institución que dirijo en Buenos Aires por alguno de mis profesionales. Por lo tanto, elegiré un nombre de fantasía para el consultante y llamaré “profesional” cuando me refiera a las intervenciones de nuestra parte.

## **Miranda: la invisibilidad como refugio**

Miranda tiene 41 años. Es psicóloga pero nunca ejerció. Trabaja como empleada en un comercio de venta de electrodomésticos. Tiene un bebe de cinco meses que se llama Luca. Ha leído algunos de mis libros que la han conmovido, porque encontró descritas con exactitud las sensaciones de terror y locura que estaba viviendo durante su puerperio. Dice ser una persona aficionada a la lectura y quiere iniciar un proceso de indagación personal a raíz de la crisis que dice padecer desde el nacimiento de su hijo. Llega a la primera consulta con su bebe dormido en un cochecito. Es bella, tiene un aspecto etéreo, da la sensación de flotar en el aire, piel blanquísima y ojos muy claros. Se le propone iniciar la construcción de su biografía humana.

Desde el inicio del relato aparece el desprecio de su mamá hacia su papá. Aparentemente, mamá menospreciaba la procedencia de su esposo, un poco más humilde que la de ella. El padre aparece desdibujado, Miranda dice que era “sumiso”. Sin embargo, preguntando específicamente por su padre, resulta que sostuvo siempre económicamente a toda la familia. Nacen cuatro hijos, Miranda es la tercera. Más allá de esta información, Miranda **no recuerda nada**. No solo nada en relación con su niñez, tampoco de su adolescencia ni de su juventud. Este es un dato importante: Si un consultante no recuerda nada o casi nada de su pasado, es porque la conciencia se vio obligada a enviar a la sombra vivencias extremadamente duras para la psique de un niño. Por lo tanto,

podemos ya sospechar que el nivel de violencia, visible o invisible, debe haber sido enorme.

Decíamos entonces que Miranda no recuerda nada. Ni de sus padres, ni de sus hermanos. Vivían en una casa humilde, sin relaciones afectivas por fuera de la familia nuclear. Le preguntamos por miedos. Nada. Por enfermedades. Nada. Por amigos, nada. Recuerdos del jardín de infantes. Tampoco. Sin embargo, dice de sí misma que ella era un poco tonta. ¿Quién lo dijo? “Nadie, simplemente no me funcionaba muy bien la cabeza”. Insistimos en que alguien la nombró con palabras despreciativas, y suponemos que fue su madre. Cerca de sus 10 años, no sabe precisarlo, aparecen algunos recuerdos de las agresiones verbales y luego físicas de mamá. No recuerda quién los llevaba al colegio, cree que iban solos. La tarea del colegio cree que la hacía sola en su cuarto. Cree que papá volvía muy tarde de trabajar, pero cuando mamá empezaba a gritar y a pegar, papá se iba, no sabe adónde.

Muy bien, en este punto nos detenemos y empezaremos a **nombrar** con nuevas palabras lo que probablemente sucedía: las golpizas de mamá debían ser feroces. Permanentes. Enloquecedoras. Cargadas de desprecio y humillantes. Miranda, siendo niña, las creyó y para permanecer fiel a su madre, se volvió un poco tonta, sin pensar, sin conectar, sin “estar” presente. Miranda asiente con ojos anestesiados, como si no hubiera rastros de emoción en su rostro. Tratamos de indagar algo sobre el intercambio entre los hermanos, alianzas o enemistades, pero no aparece nada: ni recuerdos, ni afecto, ni conversaciones con ninguno de sus hermanos. Mamá azotaba sin distinción de edades ni de sexo, sino que pegaba indiscriminadamente. Se recuerda a sí misma y a sus tres hermanos como un bloque donde mamá descargaba su furia. Preguntando aún más, logra decir: “En verdad éramos cinco. Incluyendo a papá. Mamá decía que éramos cinco boludos”.

Indagando más, aparecen reminiscencias de ella en la escuela, muy tímida. También recuerda que tartamudeaba, lo que le imposibilitaba aún más el acercamiento hacia otros niños. Y era otro motivo para recibir castigos por parte de mamá. A pesar de intentar acercar recuerdos sobre vacaciones, veraneos, actividades extraescolares o hechos cotidianos, nos encontramos con la nada

misma. La falta de vitalidad en el relato es llamativa. Como si Miranda no fuese de carne y hueso, como si no estuviese presente.

La adolescencia transcurre igual, en un colegio de monjas. Aparecen más escenas de mamá insultando a todos y maltratando. Entonces la profesional, suavemente, va diciendo que posiblemente lo que sucedió fue tan atroz que la memoria no lo puede organizar. Miranda recuerda haber menstruado por primera vez a los 12 años, las monjas la ayudaron, ya que no se le hubiera ocurrido avisar a mamá. Tampoco a la hermana mayor. Atraviesa todo el colegio secundario sin recuerdos, los varones le daban miedo. En el viaje de egresados, no habló con nadie. Así termina el relato sobre su colegio secundario, sin pena ni gloria.

Entonces prestamos palabras para nombrar su invisibilidad, su falta de cuerpo, encontrando un refugio caliente en la “no existencia”. Si alguien no está, no es posible maltratarlo. Miranda responde que es tal cual, que se sintió así toda su vida. Preguntamos cuándo terminaron los golpes de mamá. Dice que cree que a los 19 años. En una ocasión se paró frente a ella y le dijo “basta”. La madre no le volvió a pegar.

Una vecina empieza a estudiar psicología, por lo tanto Miranda decide ingresar a la universidad junto con ella. Eso es todo. Quien desea –en este caso estudiar psicología– es su vecina. Le hacemos notar a Miranda su “no existencia”, su “no deseo”. Miranda asiente, diciendo: “Sí, sí, nunca sentí vida dentro de mí”. Entonces dibujamos un primer “mapa”: una burbuja vacía. Una nada. Para Miranda, lo más saludable es no existir, desaparecer. Y desde ese personaje invisible, posiblemente va a constituir su transcurrir en el mundo. Asiente. Incluso pregunta si la anemia crónica que padece puede tener “algo que ver”. Claro, nos resulta evidente, no hay “sangre” en este personaje. Asiente nuevamente, levemente perturbada. Entonces continuamos.

Obviamente no hay vínculos, ni relaciones con hombres. Si Miranda es invisible, ¿quién la va a registrar? No hay contacto. Asiente con cada palabra, abriendo sus grandes ojos azules. Se recibe de psicóloga, pero apenas se ve en la obligación de realizar unas prácticas en un hospital, atendiendo a unos pacientes, huye aterrada y no se vuelve a presentar nunca más. Aunque lo dice con

cierta vergüenza, le respondemos que es lógico, que encaja perfectamente con el mapa que hemos trazado hasta ahora. La “nada” no tiene sustancia para enfrentarse a un consultante de carne y hueso. Estudiar es mental, y podemos realizarlo “sin cuerpo”. Pero el vínculo concreto con otro individuo ya requiere cuerpo y presencia.

Entonces le explicamos a Miranda que ella debía tener terror a casi todo, salvo a los golpes. Y aquí tenemos una primera hipótesis: si todo lo que Miranda conoce como amor son los golpes y las palizas... Miranda debe tener terror de sí misma y su posible “aparición”, porque si ella se torna material, si se hace visible, ella misma se convierte en una bomba de tiempo. En cambio, mientras sea inmaterial, mientras no tenga cuerpo, nada malo puede suceder. Se lo explicamos así, con palabras sencillas.

Miranda responde sorprendida: “Debe ser por eso que el embarazo y el parto fueron muy complicados”. Quizás, ya llegaremos cronológicamente. Estamos por ahora trazando una hipótesis sobre la constitución de este personaje. Por ahora tenemos a alguien inmaterial. La sola idea de volverse material asusta.

Seguimos con cronología: atraviesa por algunos empleos... invisibles, claro. Empleada en diferentes locales. Tiene pánico de atender al público. Miranda se las arregla para ordenar la mercadería, cosa que los demás empleados suelen agradecer. Hace once años que es empleada en el mismo local, trabaja doce horas por día, incluidos los fines de semana. “¡Perfecto para desaparecer!”, decimos con ironía. “Nunca lo había pensando así”, responde Miranda. Lloro un poco. Seguimos algo más con cronología, aunque hay muchas preguntas que formulamos y muy pocas respuestas, simplemente porque “la nada” habita su vida. Estamos frente a una bella mujer de más de 40 años con un bebé hermoso en sus brazos. Es preciso preguntar por sus inicios amorosos, aunque da la sensación de que todo debe estar plagado de mucha distancia emocional. Por otra parte –haciendo “futurología”–, es probable que al hablar de contacto sexual, de embarazo y de parto, no tengamos otra opción que incluir al **cuerpo**, con el peligro emocional que eso conllevará. Esto se lo decimos.

También compartimos la sensación de tener con Miranda una herramienta a favor: las personas refugiadas en la mente suelen ser muy inteligentes, y eso jugará positivamente para la comprensión de su propio escenario. La despedimos con su bebe –que casi no lloró–, proponiéndole terminar de revisar el escenario completo en el próximo encuentro.

Una semana más tarde regresa a la consulta sin su bebe. Prefirió dejarlo con su madre. “¿Con tu madre? ¿Crees que tu madre puede hacerse cargo de tu hijo?”. “¡Es mi madre! ¡Nadie mejor que ella para cuidarlo!”. Bien, esto es lo que llamamos “**defender el discurso materno**”. Porque no importa la violencia que la madre haya desplegado en el pasado, lo que cuenta es lo que la madre **ha dicho**. Las decisiones que Miranda toma, responden al discurso **internalizado** que opera en el interior de Miranda y coloca a la madre en el lugar de madre responsable. Este escenario lo mostramos completo: la historia de los **hechos**, y la historia de los **dichos**. Miranda comprende perfectamente la diferencia, intenta defender a su madre alegando que ahora ya no es tan así, pero no importa, nosotros no acusamos a la madre, solo mostramos lo que hay. Luego hacemos un resumen de lo visto la semana anterior: su invisibilidad, su terror. A partir de esta revisión, Miranda dice haber recordado algunos miedos de niña y de adolescente: miedo a caminar sola por la calle o cómo temblaba cuando se le acercaba un hombre. Le preguntamos cómo es que ella “es invisible”. Si es que cuando nadie la ve, ella tampoco registra; o si desde su “no ser vista”, ella ve a los demás. Con total certeza, responde que desde “las sombras” escucha, observa y sabe todo.

Continuamos con cronología: a los 35 años conoce a Diego, su actual marido y padre de su hijo. Diego fue empleado del mismo local. Pasó un tiempo corto allí, a los pocos meses Diego consigue un empleo mejor en otro comercio. Más o menos cuando Diego cambia de trabajo, empieza la relación entre ellos. ¿Cómo imaginamos el inicio de una relación afectiva desde la realidad de una mujer invisible? Será difícil, claro. A pesar de su edad, los primeros besos fueron terribles; Miranda confiesa que temblaba como una hoja.

Imaginemos las relaciones sexuales entonces. Miranda dice no saber cómo describirlas, simplemente ella decidió “desaparecer mentalmente” cuando sucedían.

La profesional intenta entrar en detalles, pero ingresa en un agujero negro de olvidos. No recuerda, no sabe, no entiende qué hacían juntos en los momentos de ocio, ni qué compartían, ni de qué conversaban. Ambos trabajan muchas horas, cada uno en otro comercio. Da la sensación de que incluso con un hombre concreto al lado, Miranda no logra volverse “material”. Hace dos años deciden alquilar juntos un departamento, comparten los gastos. Tratamos de saber quién es Diego, pero es difícil que Miranda pueda decir algo que lo describa. Dice que es silencioso, que no le gustan los conflictos, que es introvertido. Hasta aquí, encaja suficientemente bien para lo que Miranda puede tolerar.

Ponemos palabras: vive con un hombre introvertido. No conversan, casi no hacen el amor, ambos trabajan muchas horas cada día. No tienen relaciones afectivas por fuera de la pareja ni mantienen relaciones con sus propias familias de origen. No sabemos quién es Diego, pero parece otro ser invisible, o al menos alguien a quien le calza muy bien estar con una mujer etérea, cuyo nivel de demanda o de expectativas es bajísimo.

La cuestión es que un día queda embarazada. Dice haber tenido ese deseo hace mucho tiempo, aunque no fue conversado con Diego, porque “con él no se puede conversar”. Al preguntar por el embarazo, responde que “estaba muy feliz”. Como es difícil de creer, empezamos a hacer preguntas más concretas, sobre sus cambios hormonales y físicos y sus sensaciones corporales, ya que el embarazo real sucede **en el cuerpo**, terreno peligroso para Miranda. Recuerda poco y nada, a pesar de tener un bebe de solo cinco meses. A esta altura le decimos a Miranda que cada vez que algo se materializa, su conciencia entra en un “manto de olvido” que parece defenderla de cualquier ataque. Hasta ahora, sabemos que cada vez que no recuerda nada, es porque el hecho en sí ha sido profundamente significativo para su vida. Recordemos que Miranda ve, observa, piensa, y ¡lee! Por lo tanto, es probable que haya leído todo con relación a la maternidad, partos, lactancia, cuidados del bebe y otros temas afines. Y que leyendo, haya sentido que estaba

involucrada personalmente en su proceso de gestación. Cosa que, desde su punto de vista, es verdad. Pero lo que irá a la sombra será su capacidad de **contacto**. Es posible que la crisis se haga presente cuando el bebe nazca y **pida contacto físico**. Este pensamiento lo compartimos con Miranda, con estas mismas palabras. Porque estamos mirando juntas su escenario completo, sus movimientos, sus capacidades y aquellos acontecimientos que forzosamente van a tener que suceder. Ya sabemos que el bebe va a ser **puro cuerpo**. Y eso será un problema para el personaje invisible de Miranda. Sospechamos que difícilmente sea capaz de atravesar un parto. Pero necesitamos preguntárselo para confirmarlo.

Efectivamente, nunca conversó con su obstetra. Pasada la semana 40, sin haber tenido nunca contracciones, le practican una cesárea. Todas las preguntas que la profesional hace al respecto obtienen como respuesta una mirada atónita por parte de Miranda, por lo tanto nunca sabremos exactamente qué sucedió: si le pusieron goteo, si tuvo contracciones, si sintió dolor, si tuvo miedo, si ella misma pidió una cesárea antes de someterse a las leyes de su cuerpo. El bebe nace. Aunque leyó minuciosamente todo lo que hay escrito sobre la lactancia, no pudo darle de mamar por no tener suficiente leche. Ahorraré todos mis comentarios al respecto, porque está claro que Miranda no debía tolerar al bebe pegado a su cuerpo, y estas cosas no se resuelven dando indicaciones maravillosas sobre el arte de amamantar, sino registrando al menos el nivel de miedo hacia lo corpóreo, miedo que la ha salvado en algún momento de las golpizas de su propia madre. Quizás más adelante, si la consultante está dispuesta, será posible trabajar sobre ese miedo visceral, primario, infantil, real y desgastante, con el propósito de ayudar a la madre a conectar con el hijo y en consecuencia, poder amamantarlo. Pero por ahora, esas son expectativas demasiado altas.

Volvemos a su vínculo con Luca. Miranda no registra casi nada, dice que todo está muy bien, pero cree que Luca es demasiado exigente. Que no quiere quedarse con el padre. Le preguntamos qué significa eso. No sabe. Le respondemos que Luca tiene cinco meses, y que es probable que reciba poco cuerpo, poco contacto, poco tiempo, y si además ella pretende dejarlo con otra persona que

no sea ella –aunque sea su padre, que, en términos fusionales, para el bebe igual es alguien “externo”– lógicamente el bebe va a protestar. Por lo que hemos visto juntas, difícilmente el bebe tenga opciones para ser muy “demandante”. En cambio, es probable que tenga que adaptarse a lo poco que hay: poco cuerpo, básicamente.

Miranda interrumpe diciendo que ella tiene que volver a trabajar, que se termina la extensión de su licencia por maternidad. OK, abordaremos ese tema en breve. Antes, sería bueno determinar cómo pasa Luca sus días y sus noches **desde su punto de vista**. Es decir, necesitamos saber, en un panorama relativamente desolador para un bebe, cómo se las arregla para obtener mínimamente aquello que necesita. Luego, sabiendo el nivel de amparo o satisfacción de sus necesidades básicas para un bebe de cinco meses, resolveremos qué hacer cuando su madre regrese a trabajar. Por ahora, el problema no es que la mamá vuelva a trabajar, sino lo invisible, inmaterial y etérea que resulta esta madre para un bebe de carne y hueso, necesitado de contacto real y concreto. Le explicamos esto a Miranda con palabras simples, mostrando que a partir de ahora –tomando en cuenta el personaje que ella ha usado a lo largo de 41 años y que le ha permitido sobrevivir– trataremos de ver cómo el bebe logrará vivir su vida a pesar de la “no sustancia” de su madre.

Hay algo más que la profesional agrega: “Miranda, si hemos visto que ‘aparecer’ es peligroso, es posible que la furia, el miedo o el terror se cuelen en tu interior cuando el bebe intenta desesperadamente hacer contacto contigo”. La cara de Miranda se transforma. Se larga a llorar desconsoladamente. Grita, vociferando que en verdad ella es mala madre. La abrazamos. La contenemos. Ella lo permite. Dice entre sollozos que no le está doliendo ese abrazo. Se desploma sobre la profesional. Lloro como nunca ha llorado en su vida. Dice gritando que por momentos tiene miedo de hacerle daño a su bebe, que tiene sueños en los que su bebe muere y ella se siente aliviada. Que luego despierta y piensa que ella es un monstruo. Y que ahora se pregunta si lo quiere a su hijo o si todo este tema de las madres que aman a los niños es una farsa. Permitimos que lllore, al menos que haga contacto con esto que le pasa, con el sentirse prisionera de las demandas corporales y

afectivas de Luca, con su necesidad de salvarse, de no conectar, de no permanecer, de no estar allí. Con el deseo de no poseer un cuerpo real que fue lastimado, herido, golpeado.

La profesional, suavemente pone palabras que nombran todo lo que han conversado previamente. La realidad es la realidad. No hay metas a cumplir ni modalidades para ser buena madre. En verdad, los objetivos inalcanzables que nos proponemos suelen rozar el absurdo, y si se trata de metas moralmente elevadas, aún más. Por ahora, Miranda merece comprender, con el alma de una mujer adulta, los sufrimientos padecidos durante su niñez y sobre todo, **el personaje que la ha salvado. Desaparecer fue su mejor truco.** Hoy, ese mismo personaje la encarcela en un mar de imposibilidades.

Observemos que las cosas no se resolverán cuando alguien con buenas intenciones le diga a Miranda que tiene que ofrecerle más veces el pecho al bebe o que sería mejor que no volviese a trabajar. Lo único que importa es que Miranda se observe a sí misma, y vea que ella, si quiere, puede ir quitándose su máscara, poco a poco, porque **ya nadie le va a pegar.** Su niña interna cree que sí, pero la adulta que habita en ella tiene derecho a saber que **esa es historia del pasado.** Por ahora está llorando el dolor de los azotes.

Recién entonces Miranda se atreve a decirle a la profesional que le ha pegado algunas veces al bebe. Sí, claro. El nivel de contacto que reclamaba el bebe debe haber sido intolerable. Miranda esperaba una reprimenda de la profesional, porque está contando algo moralmente inadecuado. Sin embargo, no somos quiénes para juzgar a nadie. Solo estamos mirando un escenario completo, con su propia lógica.

“¿Y qué hago?”. Esa es la pregunta que suelen hacer casi todos los consultantes al terminar de revisar el propio escenario. Y solemos responder: “Lo que quieras, estamos aquí para acompañarte en lo que decidas”. Este es un buen punto, se abren todas las puertas que cada individuo, consciente de sí mismo, está dispuesto a abrir.

## **Ricardo: un pollito mojado y furioso**

Ricardo tiene 44 años, está casado y tiene un hijo de cuatro años, Joaquín. Llega rengueando. Su esposa está haciendo el recorrido de su biografía humana en la institución, y él también quiere probar y ver si le sirve. Dice que sufre de cansancio y dolor en las piernas, hormigueo y rigidez en las rodillas. Está medicado con corticoides y antiinflamatorios. Dice que está harto de estar enfermo, tiene problemas en las articulaciones, parece ser una artritis. Proponemos empezar a recorrer su biografía humana, partiendo de los recuerdos de su infancia.

Su padre era policía. No terminó la escuela primaria. No hablaba, era bruto y pegaba. Sin embargo, era el único que estaba presente en la familia. La madre era maestra de escuela, pero no existía. No se ocupaba de la casa ni de los hijos. Ricardo no sabe dónde estaba su mamá. Esta mujer tuvo nueve hijos. Ricardo fue el primero. Dice que por eso se convirtió en el más fuerte de todos, el más “cabrón”. Los recuerdos de su infancia son pocos y feos. El padre los llevaba a la escuela, les preparaba el desayuno, les lavaba la ropa y también les pegaba.

Ricardo odiaba a todo el mundo y todo el mundo lo odiaba. Pasaba los días solo, jugaba solo, no le gustaba ver la tele. Se aburría y vivía buscando pelea, no estudiaba. Era maleducado y desprolijo. Dice que quería “mandar y ser fuerte”. Hasta los 10 años aproximadamente, su papá lo violaba. Hablamos de la entrega de la madre, pero Ricardo no comprende el concepto y además no le interesa. Desde entonces tuvo todo tipo de enfermedades de la piel: granos, alergias. Y agrega que desde esa época, “nunca más quise que nadie me toque”.

A partir de los 10 años su sensación para con el mundo era: “Me miras y te mato”. Empieza a defenderse de su padre y también la defiende a su madre de los golpes. Ricardo se hacía pis todas las noches, y esto duró hasta su juventud, no puede precisar hasta cuándo. La imagen de la madre no aparece. De todas maneras le decimos que la madre debía estar totalmente amenazada y golpeada.

A los 20 años tiene una novia, pero se siente imposibilitado, no tienen relaciones sexuales. Ella le es funcional porque pretende llegar virgen al matrimonio. Luego conoce a otra chica y queda en evidencia que no puede ni quitarse la ropa. También agrega con furia que él no es confiable, que siempre manipuló a la gente. La profesional lo escucha y le responde que ya veremos si es manipulador o no. Por ahora, tenemos a un niño terriblemente herido y furioso. Que sus sentimientos son muy básicos, y para manipular quizás se necesite algo más de sutileza. Que el personaje que lo salva lo iremos descubriendo juntos, por ahora estamos poniendo todas las cartas sobre la mesa.

La profesional le pregunta si él le ha pegado a alguien en la edad adulta. No, nada, nunca. No se anima, arenga, asusta, mete miedo pero no concreta. Dice que lo suyo es violencia verbal. OK, ya confirmaremos. Seguimos con cronología. A los 22 años se va a vivir solo. Busca trabajo y consigue un empleo en un maxikiosco. Algunas noches duerme allí. En esa época logra tener su primera relación sexual con una joven. Pero dice haberse sentido vacío. De todas maneras empieza una convivencia con esta mujer durante trece años. La sexualidad era pobre. La profesional le hace notar que quizás tuvieron una relación más fraterna que de pareja. La familia de esta mujer los ayuda, les alquilan un pequeño departamento. Ricardo cambia de trabajo, trabaja como administrativo en una pequeña empresa familiar. Ricardo es muy querido por la familia de su mujer. ¿Por qué? Aparentemente él era muy servicial, colaboraba en todo, lavaba los platos, cortaba el pasto. La profesional le dice que no parece ser un manipulador terrible. Es verdad. Parece alguien dócil. Sumiso. Callado. Sí. ¿Algo sobre esta relación de pareja? Miraban la tele. Tratamos de encontrar el punto de contacto, y finalmente determinamos que esta mujer no le reclamaba sexo, con lo cual Ricardo estaba bastante tranquilo. Esta relación se va deteriorando, su mujer le reclamaba que ganara más dinero, que fuera más caballero, que tuviera tarjeta de crédito. Hasta que finalmente se separan. Ricardo de todas maneras dice que él es “recio” y que las mujeres lo admiran. No sabemos si es un cuento que se cuenta a sí mismo, porque muy recio no parece. En verdad, puede poco, le duele el cuerpo, hace lo

que le piden y trata de no confrontar con nadie. A veces, lo que un individuo dice de sí mismo no necesariamente corresponde con el personaje que ha adoptado. Le preguntamos qué es lo peor que le ha dicho a su mujer, y no sabe qué responder. No parece explosivo, ni siquiera con las palabras. Le preguntamos qué decía mamá con relación a él: "Que era más bravo que mi papá". Muy bien, ya sabemos qué decía mamá. Pero eso no lo convierte en alguien "más bravo" que el padre. De hecho, nunca le ha pegado a nadie. Por lo tanto, muy bravo no puede ser. Aunque sí puede tener una clara percepción de la furia contenida. La profesional le explica esto con palabras simples y le dibuja un cuerpo cuya piel es un alambre de púas. Pincha. Tiene miedo de que alguien se acerque. A su vez avisa a los demás que tampoco se acerquen porque él puede ser alguien peligroso. Sin embargo, adentro de ese alambre de púas, parece haber un pollito mojado temblado de frío. Ricardo mira el dibujo y alza los hombros. Dice que está claro. Asiente.

Continuamos con cronología. A los 38 años conoce a María Fernanda, su actual mujer y madre de su hijo. La sexualidad sigue siendo pobre. Reconoce que María Fernanda era mucho más activa sexualmente que él. Indagamos en esta relación y tras hacer muchas preguntas, llegamos a la conclusión de que Ricardo seguía siendo muy servicial. De violento y manipulador no vemos gran cosa. Al contrario, María Fernanda es activa, deseante, y Ricardo se acomoda a la vida de su mujer. Al año de estar conviviendo, María Fernanda queda embarazada. En ese momento, sus suegros compran una pequeña casa para el matrimonio en una zona suburbana. Ricardo seguía sosteniendo un empleo con un sueldo bajo. Padecía muchos dolores articulares que le impedían trabajar, con lo cual nunca ascendió en su puesto. Cuando nace Joaquín, no recibió visita alguna de parte de su familia. Preguntamos y no aparece vínculo ni comunicación con sus hermanos ni con sus padres, que aún viven. Los primeros años con el bebe fueron muy difíciles, dice que María Fernanda se había vuelto loca, que él no tenía vitalidad ni fuerza física para sostenerla, que si él hubiera sabido lo que implicaba un bebe, no lo hubiera tenido. El bebe sufrió de broncoespasmos a repetición y todos los días eran complicados. Él simplemente no quería regresar a casa y se refugiaba en el

trabajo, aunque no le interesaba en absoluto. No aparecen ni decisiones, ni propuestas, ni búsquedas alternativas por parte de Ricardo. No se sentía capaz para hacerse cargo de su vida, mucho menos, para ser responsable de la vida de otros.

La relación de pareja es muy mala, casi no se hablan. Volvemos a poner sobre la mesa el mismo dibujo: su personaje refugiado en un alambre de púas. María Fernanda no está en ese mapa. Joaquín, tampoco. Quien sí está presente es el **miedo**. El cuerpo de Ricardo responde a ese miedo, está cada vez más inmovilizado. Le ofrecemos el dibujo para que se lo lleve a casa, y lo despedimos.

Dos semanas más tarde, Ricardo regresa a la nueva consulta. Quiere comentar algo respecto de su enfermedad. Tiene poca movilidad a causa del dolor. Durante un tiempo hizo acupuntura con un médico chino que lo ayudó. Luego abandonó ese tratamiento. Le han diagnosticado “artritis indiferenciada”. Le decimos que “muy bravo” no puede ser... estando casi inmóvil. Ricardo se sigue sorprendiendo, porque aún **cree** en las palabras de su madre. Tratamos de nombrar los beneficios ocultos de esta enfermedad que lo inmoviliza: responde que puede **no hacer** lo que quieren los demás, es decir, logra no ser servicial. La profesional le pide que escriba en una hoja a qué le tiene miedo, ya que el miedo está muy presente en su mapa. Escribe: “Miedo a ser yo. Miedo a la gente. Miedo a mi madre. Miedo a mi esposa. Miedo a ser pobre. Miedo a ser ignorante. Miedo a equivocarme. Miedo a manejar. Miedo a no tener casa. Miedo a ser pésimo padre. Miedo a vivir trabajando sin sentido. Miedo a que abusen de mi hijo. Miedo a no querer nada. Miedo a vivir”.

Son muchos miedos. Le volvemos a mostrar el dibujo del pollito mojado temblando de frío rodeado por un alambre de púas. Con una actitud pesimista, ese pollito no tendría posibilidades de cambiar su situación. Con una actitud optimista, podría secarse e irse de esa prisión. Le decimos que los seremos humanos tenemos libre albedrío, podemos decidir lo que queramos. Nosotros acompañamos la decisión de cada uno, una vez que haya tomado conciencia de su realidad. Le preguntamos si él tiene ganas de estar mejor y tener mayor movilidad, o no. Responde solemnemente: “Sí, quiero”. Nos reímos. Cuenta que durante el fin de semana fue a

visitar a un amigo que hacía tiempo que no veía, y que María Fernanda no lo podía creer. Le comentamos que en personas tan desvitalizadas como él... ir a visitar a un amigo se convierte en un "hito". Todavía la prisión de alambre de púas es muy filosa. Nos ponemos de acuerdo con Ricardo en que vamos a dirigir la brújula de este trabajo de indagación personal hacia algo vital, que lo obligue a ponerse en movimiento. También se da cuenta de que le da miedo "curarse", porque si se cura ya no podrá escapar a los deseos del otro y no sabe cómo se las arreglará. Esto es interesante. Seguimos confirmando que aunque mamá haya dicho que Ricardo era bravísimo, en verdad es alguien que está permanentemente sometido a los deseos ajenos. Y que su única herramienta para escapar es el dolor de las articulaciones que le impiden hacer lo que se le pide. Una vez más, el personaje es el del **imposibilitado**. Con la desventaja de que no puede ofrecerse nada para sí mismo. También aparece una evidencia: **podría curarse**, si encuentra una manera diferente de escapar al deseo siempre potente y abarcativo del otro. Está claro que al final **es una construcción de la mente**. Sin embargo, decirlo es fácil. Pero tomar la decisión de entrar en movimiento y por lo tanto jugar el rol de quien decide con independencia emocional, es el gran desafío. Pero en vez de poner metas altísimas e inalcanzables, le proponemos revisar su **lista de miedos**, y enfrentarlos uno por uno. **Pequeños** movimientos en lugar de **grandes** movimientos.

Ricardo acepta, dice que "le gustaría" moverse, pero tiene miedo de sí mismo. De la cólera que siente por dentro. Tiene la fantasía de que si él tuviera realmente fuerza física, sería capaz de matar a alguien. Le decimos que eso debe ser muy cierto. Solo él sabe la furia que esconde. Y que por eso, mantiene su cuerpo tieso y rígido, para que no escape ningún golpe mortal. Entonces trazamos un nuevo dibujo: el cuerpo de Ricardo con un fuego adentro... y él agregando púas y hierros como una armadura, para que ese fuego no salga. Solo él dimensiona el alcance de ese fuego ardiente... y tiene la fantasía de que si lo deja salir... se quema él e incendia a todos alrededor. Le decimos suavemente que durante el primer encuentro, cuando él se nombraba a sí mismo como si fuera un violento temible, posiblemente se refería a la conciencia que él tiene

de su propio ser interior. Hay mucho odio guardado y él es quien está más atemorizado. Tal es el miedo que le tiene a su propia furia interna, que obliga a su cuerpo a paralizarse. Por lo tanto, por ahora no le vamos a proponer ni ablandarse, ni “abrir su corazón”, porque su vida está en llamas. Y solo él conoce el tamaño del dragón que mora en sus entrañas. Le decimos que nuestro trabajo será arduo, pero estamos dispuestos a acompañar y aceptar el odio, la bronca. Gritar “quiero matar a mi padre, quiero matar a mi madre que me entregó”, y permanecer allí, con ese odio que le pertenece. Y estar, y estar, y estar.

## 5 Los estragos de la represión sexual

- Patriarcado y represión sexual
- Daniela: moral, mentiras y sexo

### Patriarcado y represión sexual

El pensamiento sobre la condición humana está usualmente teñido de nuestra cultura, es decir, es **subjetivo**, porque nadie puede mirar desde afuera del surco en el cual estamos situados. Esto genera un problema importante: hay una cultura pequeña inserta en otra que la contiene, que está dentro de otra que la contiene, y así. Al final, Oriente y Occidente comparten algo en común desde hace unos 5000 años o más: el **patriarcado** como sistema de organización social. El **patriarcado está basado en el sometimiento**. En principio, del hombre hacia la mujer y del adulto hacia el niño. También tiene un objetivo prioritario, que es la **acumulación del patrimonio**. Por lo tanto, la idea es que algunos acumulen todo lo que sea posible, y para ello será necesario **someter** a otros para que regalen su fuerza de trabajo. Unos acumulan, otros sirven. Los hombres despliegan poder mientras las mujeres sirven. Los adultos deciden y los niños se someten al deseo de los mayores.

La herramienta más importante para lograr el sometimiento de las mujeres ha sido la **represión sexual**. Que no tiene absolutamente nada que ver con la religión (judeo-cristiana, en este caso). La

palabra “religio”, deriva de “religare” que significa: relacionar, vincular, asociar. La “religio” en la Roma clásica se refería a las obligaciones de cada individuo hacia la propia comunidad. Había que honrar concretamente aquellos valores que constituían la base de la convivencia. Entonces, no es la religión la que obligó a las mujeres a reprimir su sexualidad, sino que fue **la lógica del patriarcado**.

Tomemos en cuenta que el propósito principal era la acumulación de tierras. Las mujeres se constituyeron también en una propiedad. Si las mujeres pertenecían al varón, se aseguraban la pertenencia de los hijos, futuros propietarios de sus bienes. Para lograr que las mujeres dejaran de ser sujetos y se convirtieran en objetos de uso, era imprescindible que dejaran de “sentir”. Las mujeres –a través de los ciclos vitales– estuvieron siempre íntimamente ligadas a sus cuerpos. Para dejar de estar tan involucradas con el cuerpo, este tuvo que devenir peligroso o pecaminoso. Intocable. Si una mujer no puede tocar ni puede ser tocada, el cuerpo se paraliza, las sensaciones corporales placenteras se congelan, y la mujer deja de ser sí misma. Se convierte en un cuerpo sin vida en términos femeninos, en un cuerpo lejano, indomable, incomprendido. La mujer que sangra es considerada sucia e impura. Todos tenemos claros esos conceptos, porque hemos “mamado” esas creencias que están más arraigadas de lo que parece.

La humanidad organizada sobre la base de las conquistas de las tierras, las guerras –necesarias para incrementar los patrimonios– y el sometimiento de las mujeres son una misma cosa. Hoy en día no conocemos cultura que no esté alineada con esta forma de vida, al punto que creemos que el ser humano “es” así: manipulador, guerrero, conquistador, injusto. Sin embargo, no deja de ser una apreciación mirada solo desde el punto de vista del patriarcado. Es verdad que casi no quedan huellas de otros sistemas, y que no han sobrevivido comunidades matri-focales, centradas en el respeto por la Madre Tierra, la ecología, la sexualidad libre, la igualdad entre seres vivos y el amor como valor supremo. Aunque parezca una paradoja, ese ha sido el mensaje de Jesús. Pero velozmente el patriarcado dominante en aquella época se ocupó de convertirlo en las creencias cristianas que en la práctica nada tienen que ver con

las palabras de amor, solidaridad, confianza e igualdad entre todos los seres vivos que Jesús proclamó.

La cuestión es que llevamos varios siglos de historia sumidos en la represión sexual. Esto significa que el cuerpo es considerado bajo e impúdico, y el espíritu, alto y puro. Las pulsiones sexuales son malignas. Y la totalidad de sensaciones corporales son indeseables. ¿En qué momento aprendemos que no hay lugar para el cuerpo y el placer? En el mismísimo momento del nacimiento. Segundos después de nacer, ya dejamos de ser tocados. Perdemos el contacto corporal que era continuo en el paraíso uterino. Nacemos de madres reprimidas por generaciones y generaciones de mujeres aún más reprimidas, rígidas, congeladas, duras, paralizadas, incapaces de tocar y mucho menos de acariciar. La sangre se congela, el pensamiento se congela, las intenciones se congelan y el instinto materno se deteriora, se pierde, se desdibuja y se transforma.

Las mujeres con siglos de patriarcado encima, alejadas de nuestra sintonía interior, no queremos parir, ni sentir, ni contactar con el dolor. No sabemos lo que es el placer orgásmico. Cargamos siglos de dureza interior, vivimos con nuestros úteros rígidos, nuestra piel seca, nuestros brazos discapacitados. No hemos sido abrazadas ni acunadas por nuestras madres, porque ellas no han sido acunadas por nuestras abuelas y así por generaciones y generaciones de mujeres que han perdido todo vestigio de blandura femenina. Cuando llega el momento de parir, nos duele el cuerpo entero por la inflexibilidad, el sometimiento, la falta de ritmo y de caricias. Odiamos nuestro cuerpo que sangra, que cambia, que ovula, que se mancha y que es inmanejable. Para colmo nace otro cuerpo al que no podemos tocar ni acercarnos. Entonces no sabemos qué hacer.

Es importante tomar en cuenta que además del sometimiento y la represión sexual histórica, las mujeres parimos en cautiverio. Desde hace un siglo –a medida que las mujeres hemos ingresado en el mercado de trabajo, en las universidades y en todos los circuitos de intercambio público– hemos cedido **el último bastión del poder femenino: la escena del parto**. Ya no nos queda ni ese pequeño rincón de sabiduría ancestral femenina. Se acabó. No hay más escena de parto. Ahora hay tecnología. Máquinas. Hombres.

Tiempos programados. Drogas. Pinchaduras. Ataduras. Rasurados. Torturas. Silencio. Amenazas. Resultados. Miradas invasivas. Y miedo, claro. Vuelve a aparecer el miedo en el único refugio que durante siglos permaneció restringido a los varones. Resulta que hasta ese íntimo resguardo, hemos entregado. Fue la moneda de cambio para que nos permitieran circular donde hay dinero y poder político. Hemos entregado los partos. Fue como **vender el alma femenina al diablo**.

Entregar el parto supone entonces abandonar en manos de otros el devenir del individuo que nace en ese instante. Si estamos confirmando la importancia de la biografía humana de cada individuo y la calidad de maternaje recibido, es indudable que el modo en que la cría humana es recibida va a ser fundamental en la constitución del personaje y en el armado posterior de la trama familiar.

Ahora bien, ¿es posible “entregar” el parto? ¿Se puede perder algo tan intrínseco al ser femenino, algo tan propio como el cuerpo gestante y que da a luz? Sí, es posible extraviarlo de todo sentido profundo. Si la mujer está fuera de sí misma. Pero ¿acaso el instinto materno no es más fuerte? Depende. Si la situación es de despojo, el instinto va a tener que esconderse para sobrevivir luego en mejores condiciones.

En todos los zoológicos del mundo, se sabe que cualquier mamífero hembra criada en cautiverio tendrá pocas chances de concebir y dar a luz. Los partos suelen ser difíciles. Luego, si lo logra, difícilmente “reconozca” a la cría como propia y posiblemente tenga dificultades para amamantarla y protegerla. Los cuidadores a cargo del zoológico se verán obligados a asistir tanto a la mamífera madre como a la cría, alimentando e higienizando al recién nacido e interviniendo para que la madre se relacione con el hijo. A las mujeres nos sucede algo parecido: atravesamos los embarazos totalmente despojadas de nuestro saber interior y luego **parimos en cautiverio**: atadas, pinchadas, amenazadas y apuradas. El parto no es nuestro. Es de las máquinas, del personal médico, de las intervenciones y de las rutinas hospitalarias. Estamos en una cárcel, atadas de pies y manos, sometidas a torturas. En estas condiciones, por lógica, inmediatamente después de producido el nacimiento,

**desconocemos a nuestra cría.** En las instituciones médicas, generalmente se la llevan y la traen más tarde bañada, cepillada, vestida y dormida, luego de atragantarla con glucosa para que no llore más de lo que corresponde. A partir de ese momento, las madres tenemos que hacer un esfuerzo **intelectual** para reconocer a ese hijo como propio, con la culpa y la vergüenza de pensar internamente que quizás no poseemos ese anhelado “instinto materno”. Y si somos así de raras, tenemos mucho miedo de no saber entonces cómo ser una buena madre, cómo hacer lo correcto y cómo criar a ese hijo. En verdad, desposeídas de nuestro saber interior, no sabemos nada. Preguntamos, cual niñas, las nimiedades más rudimentarias. Pedimos permiso para alzarlos –vaya paradoja– y la respuesta es negativa.

El juego ya echó a rodar. Nos prohíben tocar al niño y hacemos caso a tan estúpidas indicaciones antinaturales. Porque llevamos siglos de sometimiento, que nos conduce a la más terrible ignorancia. Eso confirma que estamos desposeídas, además de haber quedado heridas. Después del parto medicado, sistematizado y moderno, solemos estar cortadas, cosidas, vendadas e inmovilizadas, y el niño suele estar lejos de nuestro cuerpo. No podemos tomarlo por nuestros propios medios, a causa de las heridas y los cortes. Por otra parte, estamos cortadas de nuestro ser esencial, con lo cual, ni siquiera sentimos la necesidad visceral de tener al niño en nuestros brazos. Así es como la maquinaria ancestral del patriarcado sigue funcionando a la perfección. Cada niño no tocado por su madre es un niño que servirá a la rueda de la indiferencia, la guerra y el sometimiento de unos por otros.

Desde el punto de vista del niño, la decepción es enorme. Porque la **necesidad básica primordial** de todo niño humano es el **contacto** corporal y emocional permanente con otro ser humano. Sin embargo, si sostenemos la represión de nuestros impulsos básicos como bastión principal, esa demanda de contacto del niño se va a convertir en un problema. Preferimos alejarlos de nuestro cuerpo. Ninguna otra especie de mamíferos haría algo tan insólito con su propia cría. Pero para los humanos es común determinar que lo mejor es “dejarlo llorar”, “que no se mal acostumbre” o “que no se vuelva caprichoso”. Nos resulta totalmente habitual que **el cuerpo**

**del niño esté separado: solo** en su cuna. **Solo** en su cochecito. **Solo** en su sillita. Suponemos que debería dormir **solo**. Crece un poco, y ya opinamos que es grande para pedir brazos o mimos. Luego es grande para llorar. Y por supuesto, siempre es grande para hacerse pis o para tener miedo a los mosquitos o para no querer ir a la escuela. Si todo lo que necesitaba desde el momento de su nacimiento fue **contacto** y no lo obtuvo, sabe que su destino es quedarse **solo**. Finalmente el niño enferma. Casi todos los niños **están enfermos de soledad**. Pero los adultos no reconocemos en la enfermedad del niño, la **necesidad desplazada de contacto corporal y presencia**. La represión sexual es eso: es miedo a tocar al niño porque **tocar nos duele**. Nos duele nuestro cuerpo rígido por falta de amor, nos duele la moral, nos duele el alma.

La represión sexual ha encontrado en la moral cristiana su mejor aliada. Porque utiliza ideas espiritualmente elevadas como el Amor a Dios, para esconder una realidad mucho más terrenal y desprovista de atributos celestiales: la necesidad de poseer al otro como un bien propio. Y la compensación de todos los miedos primarios por falta de maternaje, a través de la acumulación de dinero. Incluso si las mujeres ya no nos percibimos a nosotras mismas como practicantes o devotas, la represión sexual sigue operando a través de varias generaciones, porque nos privamos de tocar nuestro cuerpo y, por ende, de tocar el cuerpo del niño con amor y dedicación.

Casi todas las biografías humanas a las que accedemos están signadas por niveles de represión sexual que no imaginábamos que podían ser tan importantes. Cuando precisamos determinar las dinámicas familiares o el grado de desamparo emocional sufrido durante la primera infancia, la investigación sobre la moral religiosa de la madre será un dato fundamental. En esa simple búsqueda, encontraremos la huella principal del sufrimiento de cada individuo, y nos veremos obligados a revisar todo el material sombrío que lleva escondido. Pensemos que **la moral y la represión sexual nos obligan a mentir**. Sí, nos obligan a actuar de un modo alejado de los dictados de nuestras pulsiones básicas. Le pondremos nombres altivos o no, poco importa. Pero en la medida en que con mayor ahínco enmascaremos nuestras verdaderas y genuinas pulsiones,

más nos alejaremos de la esencia personal, y más groseramente confeccionaremos el traje del personaje que nos cubra y tergiverse eso que somos.

Habitualmente nos resulta tan común y corriente la vida reprimida, que no nos detenemos a registrar la influencia nefasta que la represión sexual ejerce sobre cada vida. Este **desastre ecológico**, que ya lleva varios siglos de éxito aberrante, lastima la vida de hombres y mujeres. Nuestro trabajo será descubrir a través de la construcción de la biografía humana, la porción de represión, moral, refugio y miedo que cada individuo lleva sobre sí, tapando lo más bello, instintivo y hermosamente animal que nos hace humanos.

Insisto en que **abordar el nivel de represión sexual en cada biografía humana es fundamental**, tanto en hombres como en mujeres. Las consecuencias para las mujeres son fácilmente detectables. Con un poco de experiencia profesional, mirando llegar a una consultante, registrando el tono muscular y la dureza de la mirada, es suficiente para sospechar el nivel de autoexigencia y de rigidez que la mantiene atrapada. En los hombres puede ser más complejo detectarlo, porque pueden disociar un poco más las pulsiones sexuales del contacto corporal. Es decir, pueden tener la sensación de llevar una vida sexual muy activa pero con menos registro del vacío emocional. Por eso es posible que no detecten allí un “problema”. En todos los casos, habrá que investigar y ver qué encontramos.

## **Daniela: moral, mentiras y sexo**

Daniela tiene 40 años, es profesora de Catequesis y tiene un hijo, Fabio, de cinco años. Consulta porque quiere ser mejor mamá, y a veces no le tiene paciencia al niño. Además, le preocupa que Fabio diga que se quiere ir de este planeta y que las personas grandes son malas. A ella le parecía que eran cosas de niños, pero ahora lo dice muy seguido. Le explicamos de qué se trata el trabajo de construcción de la biografía humana y empezamos.

Nació en un pueblo pequeño del interior del país. Daniela cuenta que su padre era “brillante” intelectualmente. Preguntamos a qué se

dedicaba el padre, y Daniela no logra explicarlo. Por lo tanto, la apreciación de la supuesta brillantez la dejaremos para más adelante, es decir, necesitaremos averiguar “quién lo dijo” para saber quién era el dueño del discurso en esa familia. De cualquier manera, sabemos que durante la infancia, era importante cumplir con las expectativas paternas, con relación a lo académico. Intentamos abordar recuerdos de la primera infancia. No hay recuerdos de cuidado, de juegos, ni de situaciones “calentitas”. Mamá organizaba todo. Le respondemos que una cosa es organizar y otra es materner. Asiente. Buscamos... pero mamá no aparece amorosamente.

Los padres peleaban bastante, pero Daniela no recuerda qué más sucedía en esas circunstancias. Seguimos preguntando, tratando de obtener mayores precisiones, hasta que Daniela comienza a relatar “sesiones de golpizas”. Dice que papá era terrible. Le preguntamos dónde estaba mamá mientras tanto. Al parecer estaba en algún lugar de la casa gritando a su marido. Le explicamos qué significa “la entrega” para que un niño sea golpeado. Asiente. Entonces comienza a relatar también los “golpes” de mamá. A esta altura queda claro que ambos padres pegaban. Termina describiendo historias brutales con llamativa naturalidad. Quiero recalcar que – aunque un individuo recuerde cada día las golpizas sufridas durante su infancia– es común que le restemos importancia, al punto de no hacer contacto con esos acontecimientos, incluso cuando un terapeuta –como en este caso– interroga insistentemente. A la terapeuta empieza a dolerle el pecho y se lo dice, nombrando la angustia al pensar en esos niños pequeños tan golpeados y solos. Estas palabras le sirven a Daniela para “conectar” emocionalmente. Finalmente llora. Entonces, poco a poco, comienza a describir más escenas de violencia explícita, con un poco más de conexión emocional. Investigando un poco más, nos va quedando claro que en esta familia, **se obedecía**. Caso contrario, se recibía un golpe –o varios–, hasta aprender. Así transcurre la infancia de Daniela junto a su hermana mayor. Ella era aplicada, aunque, solapadamente, también mentía. Ocultaba ciertos acontecimientos, incluso accidentes o enfermedades, para no despertar la ira de mamá. La

hermana la llamaba “la santita”, porque no lloraba cuando le pegaban.

Cuando llegan sus primeras reglas, mamá sigue pegando mucho. Formulamos varias preguntas para situarnos en su adolescencia. Resulta que Daniela –durante ese período– tampoco logra describir cuál era el trabajo de papá, el que era brillante intelectualmente. Le decimos a Daniela que posiblemente tanto mamá como papá debían tener aspiraciones académicas altas, y que ese era el **discurso** que defendían, pero es posible que la realidad de los padres haya sido otra. Daniela se siente confundida, nunca había pensado algo así.

A esta altura, entre la violencia activa, el mecanismo de defensa a través del olvido y los discursos materno y paterno... le explicaremos a Daniela que lo que sucedió durante su infancia debe haber sido bastante peor de lo que podemos imaginar (y ella recordar). Por lo tanto, trataremos de encontrar al personaje con el que ella logró sobrevivir a tanto horror. Para abordarlo, quizás sea necesario preguntar por sus vínculos por fuera del ámbito familiar (amigos del colegio y compañeros de otras actividades). El padre y su brillantez aún están desdibujados, entonces formularemos preguntas más específicas. Finalmente, averiguamos que el padre gerenció unos campos, a veces con mayor ganancia que otras. Siempre soñó con ser agrónomo, pero no estudió. La terapeuta pone en duda la supuesta brillantez de papá, pero Daniela se enoja, defiende a rajatabla que su papá era un genio reconocido mundialmente. Le decimos con humor que ella tiene el derecho de sostener imaginariamente lo que quiera, nosotros solo estamos tratando de poner las cartas sobre la mesa y mirar la realidad con la menor distorsión posible. Cuando Daniela se tranquiliza, aparecen recuerdos sobre ciertos conflictos en los trabajos de papá, de los que siempre terminaba echado.

Indagamos sobre qué relación mantenía con su hermana mayor, y casi no hay recuerdos. Seguimos. Mientras cursaba el colegio secundario, emigran a Buenos Aires a causa de un nuevo trabajo del padre. Terminamos sabiendo que el padre cambiaba mucho de trabajo, porque sus problemas relacionales eran habituales. Fue una época dura, se sentía perdida, diferente de los jóvenes de su edad. Usaba lentes y tenía sobrepeso. La madre le decía “vaca”. No

aparecen amistades ni actividades más allá del colegio. Indagamos más, y dice una frase interesante: “Yo no tenía amigas porque las veía a todas muy ‘problemáticas’, en cambio yo era normal, no tenía dificultades”. Mostramos que –francamente– el panorama de su infancia y adolescencia no era muy alentador, pero parece que la madre o el padre debían decir que ellos eran “normales”. También aparece cierta superficialidad. Pasa de todo, pero Daniela no se entera de nada. Ni siquiera con 15 o 16 años, puede explicar de qué se trataba el trabajo de su padre. Les propongo a los lectores que registren la “distancia” entre el “discurso oficial” y la realidad.

A los 15 años conoce a un cura que le propone hacer actividades parroquiales, en parte para ayudarla a socializar en la gran ciudad. Efectivamente, conoce gente. Sin embargo, constatamos que las relaciones son superficiales, no sabe nada de nadie, y los demás no saben nada de ella. Las actividades parroquiales van a tener cada vez mayor influencia en su vida cotidiana. Tiene un novio desde los 18 años hasta los 23 años, con quien, obviamente, se besa y nada más. Dice despectivamente de este muchacho que “no era brillante”. Le decimos que intentaremos no dividir el mundo entre brillantes y no brillantes, porque entonces no podremos salir del discurso materno y paterno. Por otra parte... al fin de cuentas... ¿de qué brillantez estamos hablando? ¿Quién tiene diploma de “brillante” en este escenario? Tendremos que tener en cuenta el desprecio solapado que aparece en Daniela, aprendido de sus padres. Este pensamiento lo compartimos con ella –quien se sorprende– ya que nunca lo había advertido.

Durante su juventud, Daniela se dedica cada vez más a la parroquia, estudia y se capacita para ser profesora de Catequesis. Sigue viviendo con su madre, ya que a sus 20 años, su padre fallece. Su hermana ya se había casado, pero ella permanece con su madre, identificada con ella, compartiendo su mundo, despreciando a todo aquel que no sea elevado o brillante como ella. Es recatada, no tiene relaciones íntimas (me refiero a intimidad emocional, ya que la intimidad sexual quizás no la logre nunca). A casi todas nuestras preguntas, responde “no sé”, con lo cual el trabajo avanza lentamente. Pero vamos explicándole que tantos “no sé” en la juventud deben tener que ver con la decisión de no ver

nada, no enterarse de nada, no querer saber nada del mundo adulto y sexuado. Todavía no hemos llegado a la actualidad, pero tantos “no sé” nos preocupan en una mujer con un hijo, de quien posiblemente no esté enterada de nada de lo que le pasa (al niño). Le confiamos nuestra preocupación, pero tenemos que abocarnos a continuar con la cronología. Ya sabemos que la represión sexual es un ingrediente más en la violencia ejercida sobre esta mujer cuando fue niña. Ahora estamos tratando de dilucidar cómo ella aprendió a ejercer violencia sobre los demás. La despedimos, y le explicamos que durante el próximo encuentro, intentaremos observar más detenidamente el rol de la represión sexual en su vida afectiva, y cómo ha desplegado su furia o su miedo sobre sus allegados.

Al siguiente encuentro llega ofuscada, denigrando a la señora que trabaja haciendo la limpieza en su casa. La escuchamos apenas unos minutos y le mostramos cómo el desprecio es una herramienta siempre presente en su vida, aprendida de sus padres. También insistimos en que uno de los problemas que hemos detectado es que está totalmente sumergida en el discurso materno y en el desprecio hacia los demás. Para explicarlo mejor, garabateamos un esbozo de mapa: Daniela arriba de una montaña levantando el dedo y juzgando a unos y otros. Allí arriba no hay nadie más que ella. Está sola. Daniela mira el dibujo en silencio.

Continuamos cronológicamente. Convive varios años con su madre, las situaciones de violencias verbal eran frecuentes, pero en ese período ambas son víctimas y victimarias, alternadamente. Finalmente, Daniela tiene la posibilidad, con 29 años, de hacer un viaje a Inglaterra, con una beca de estudios. Se enamora de un inglés. Tratamos de saber algo más sobre este hombre. Pero Daniela no logra describirlo. Preguntamos específicamente por el acercamiento sexual. No tuvieron contacto. En verdad, después de mucho preguntar, resultó que este señor no era inglés, sino indio. Ella regresa a Buenos Aires, mantienen la relación a distancia hasta que Daniela decide regresar a Inglaterra e intentar algo con este señor, llamado Ronald. Tiene sus primeras relaciones sexuales, con 30 años. Insistimos mucho y casi no puede describir sus sensaciones, ni sus miedos, ni sus placeres. Tratamos por todos los medios de saber más: su vida allá, el contacto con otras personas,

el estudio del idioma, las dificultades de una convivencia con un hombre que apenas conoce. Resulta muy complejo porque Daniela mide cada palabra, no quiere abandonar el discurso que tiene armado. Finalmente, balbucea algo con relación a su cuerpo, aparecen situaciones que dan cuenta de un estado de bulimia (atracones y vómitos). Primero lo niega, luego lo acepta. Le decimos que es mucho el esfuerzo que pone en negar y en sostener la fantasía sobre lo que es correcto; y para la profesional es mucho el esfuerzo para “sonsacarle” la información necesaria para este recorrido. Le sugerimos que en este ámbito se relaje, que solo queremos entender su realidad emocional, y que no tiene que cumplir con ninguna expectativa. Se defiende. Le decimos que no vale la pena ocultar nada. Entonces se larga a llorar exclamando que eso es muy difícil para ella, que incluso le miente a su marido en la actualidad. OK, para sostener fantasías o mentiras siempre se pagan costos altos. Ya llegaremos a su pareja actual, siguiendo la cronología. Pero nos damos cuenta de que el discurso materno está tan alejado de la realidad que debe gastar mucha energía en “ser como mamá espera”. Nosotros le decimos que estaremos atentas a registrar este mecanismo, cada vez que su relato se evada en ilusiones insostenibles.

Muy bien, Daniela intenta contar la novela rosa de su relación amorosa con Ronald. Pero la desarmamos rápidamente. ¿Por qué? Porque revisando el panorama emocional del cual proviene, difícilmente logre una primera relación madura y consciente. Nos resulta imprescindible ingresar en la verdadera construcción de esta pareja, por lo tanto, preguntamos sin desatender ningún detalle. Finalmente logramos saber que Ronald era alcohólico. La relación atravesó borracheras, peleas, falta de intimidad y casi nada de sexo. Ella consigue trabajo cuidando niños. Ronald no tiene trabajo. Le decimos con ironía que muy académicos no resultaron estos trabajos ni la pareja que consiguió. Daniela intenta defender lo indefendible. Que Ronald no tomaba tanto, que a ella le pagaban bien. OK, mostramos que esto es “aferrarse al personaje” de la chica que tiene una ilusión de tener una vida maravillosa, y aunque no la tenga, la inventa en su cabeza.

La cuestión es que Daniela y Ronald se casan. Le preguntamos si Ronald quería casarse. No. Ella lo convence. Él no quería que Daniela lo nombre “Ron”, siempre prefirió su nombre completo “Ronald”. Ella compra los anillos y graba “Ron”. La terapeuta se queda con la boca abierta... diciéndole a Daniela que el nivel de desprecio con relación a lo que el otro desea o necesita... es enorme. Daniela no comprende lo que estamos tratando de mostrarle. Le volvemos a mostrar el mapa que habíamos dibujado: ella está sola con su propia filosofía de vida. No hay nadie más alrededor. Aunque esté a punto de casarse. Le mostramos a Daniela que ahora ya no se trata del discurso materno, sino de la **construcción de su propio discurso**, ciego, indiferente a los demás. Podemos sospechar –haciendo futurología– que su marido actual y su hijo tampoco lograrán estar presentes en el mapa actual, pero ya lo constataremos. Desde el punto de vista de los otros, debe ser **muy doloroso vincularse con alguien que no registra, no escucha, no ve, no reconoce, no le importa**. Y eso, señoras y señores lectores, eso se llama “violencia”.

Una vez más, compartimos con Daniela nuestro punto de vista: el desprecio por el otro es indudable. Asiente, afirmando que una de las cosas que menos le gusta de sí misma es su **soberbia**. Que cuando conoce a alguien lo primero que piensa es lo mal que esa persona hace las cosas. Le decimos que la notamos tan sola allí arriba en la montaña, tan distante. Entonces sí, responde acongojada que se siente muy, muy, muy sola.

Seguimos con cronología. Se divorcia de su marido indio y regresa a Buenos Aires. Da clases en varios colegios. Recuerda que lloraba mucho en esa época y no recuerda a nadie amparándola. Le decimos que es difícil apoyar y cuidar a alguien que está tan arriba en la montaña, tan inalcanzable. Recuerda esos años, dedicada al trabajo y a las actividades parroquiales. Muy pocos amigos, poquísimas salidas y mínimo mundo afectivo.

Finalmente, a los 34 años, conoce a Marcos, un contador muy católico que es su actual marido. Le hacemos notar que con Marcos ella cumple con sus dos ideales: la religión y la academia. Entonces agregamos en el mapa del dibujo de la montaña, dos carteles: “moral religiosa” y “ser académico”. Le decimos que parece tener

ideales altísimos para sí misma y que probablemente sean inalcanzables. Marcos y Daniela comparten la fe religiosa. Al poco tiempo se casan. Hasta ahora, sabemos que los dos ideales que Daniela sostiene –moral religiosa y academicismo– deben succionar toda su energía, porque **no provienen del corazón, sino que responden a mandatos asumidos**. Por lo tanto, vamos a encontrar una cuota importante de **sufrimiento**. Esto se lo explicamos y la despedimos hasta el próximo encuentro, explicándole que intentaremos llegar cronológicamente hasta la actualidad, mirando este “funcionamiento” en su totalidad.

La recibimos por tercera vez, una semana más tarde. Retomamos la conversación mostrándole el mapa dibujado y agregando que además de la soberbia y la tremenda soledad que implicaban estar arriba de la montaña, pensamos que el sufrimiento debía estar siempre presente. Quizás cuando sus ideales no funcionan a la perfección, cuando la vida derrapa, cuando las cosas no suceden como ella cree que deberían suceder. Suponemos que deben ser momentos de mucho sufrimiento. Asiente.

Entonces se atreve y anuncia que necesita contarnos algo importante. Relata que cuando su hijo Fabio era bebé, conoció a un hombre que luego fue su amante por tres años. Que ella le contó a todo el mundo –incluso a su marido– lo atraída que se sentía por este señor, pero jamás contó “el detalle”, es decir, nunca dijo que efectivamente mantenía relaciones sexuales con él. Le respondemos que seguimos confirmando el mapa que hemos dibujado: tiene valores altísimos que no puede sostener. Se propone un ideal que no puede cumplir. Sufre, miente, oculta mientras trata de mantenerse arriba de la montaña, jugando a ser la esposa ideal que comparte con su marido lo que le pasa. La terapeuta le responde que ella y su marido juegan al juego del engaño. Pero, en verdad, lo más importante es el autoengaño. Decirle al esposo que siente atracción por otro hombre –cual confesión cristiana– cree que la salva de sus pecados.

Retomamos cronología, para comprender cómo hemos llegado hasta aquí. Se casa con su esposo. Ambos trabajan y queda embarazada rápidamente. Le regalan un libro de Laura Gutman. Enseguida lo toma como modelo y se propone criar a su hijo “así”.

Fiel a sus metas altísimas y perfectas, fiel al deber ser. Pero poco conectada con quien ella es, en su interior. Le proponemos revisar cuáles de todos estos deseos surgen de los mandatos, y cuáles surgen de su corazón. Daniela comprende, pero su cuerpo continúa rígido y distante. Se prepara correctamente para un parto ideal. ¿Cómo nace este bebe? Por cesárea, por supuesto. El nivel de rigidez de Daniela impidió la fluidez emocional y física necesaria para abrir el canal de parto. Aunque Daniela hace todo lo correcto, da de mamar y tiene al bebe en brazos como ella cree que corresponde, el bebe, obviamente, no aumenta de peso. Observando a Daniela desde afuera, es evidente que con relación al bebe no se trata de hacer lo correcto, sino de dejarse llevar por el amor y la apertura emocional. Hablamos específicamente sobre la lactancia, y Daniela acepta haber estado muy pendiente de cada mamada, controlando los minutos, las frecuencias, y permaneciendo puntillosamente atenta a cada mínimo detalle. Le mostramos suavemente que una cosa es el contacto emocional consigo misma y con el bebe, y otra cosa muy distinta es hacer lo correcto. Daniela tiene puesta su energía en ser la mamá perfecta, sus ideales siguen siendo altos y su ser esencial sigue sufriendo. Así, con estas palabras, se lo decimos. Y Daniela lo comprende. Pide ayuda a la Liga de la Leche, amamanta un tiempo con “relactador”. Las noches eran muy difíciles, ya que el bebe no dormía “lo esperado”. Volvemos a hablar del mapa. Dice que se sentía juzgada. Le mostramos que nadie la juzgaba, más que ella misma y su propio personaje amasado a fuerza de mandatos insostenibles. A partir de este momento, nos concentraremos en **traer la voz del hijo**, que ya ha nacido. Y haremos lo posible para convertirnos en “niñólogos”, para no olvidar el punto de vista de quien no es escuchado.

Nos dedicamos a preguntar específicamente sobre Fabio y su primer año de vida. Al principio, Daniela cuenta que era un bebe buenísimo. Pero insistimos con preguntas muy concretas. Entonces aparecen las noches de llantos, el desvelo, la angustia, la soledad y los reclamos hacia su marido. También el “fracaso” de la lactancia, que, desde el punto de vista de Daniela, es vivida como una meta no alcanzada. Tímidamente aparecen escenas de su esposo tratando de calmar las “furias” de Daniela, que empiezan a

vislumbrarse en este escenario. Entonces la terapeuta “inventa” palabras y situaciones con el hijo, que podemos perfectamente imaginar, ya que con un bebe pequeño en brazos, casi nada funciona como lo esperado y, por otra parte, habitualmente estamos alejadísimos de cualquier atisbo de perfección. Cosa que a Daniela debía arrojarla a un nivel de inseguridad desconcertante. En esa época (Daniela no logra precisar cuándo, pero Fabio era bebe) conoce a quien será su amante.

A nosotros la moral no nos interesa nada. Solo intentamos que cada persona se comprenda más, para tomar luego sus propias decisiones con mayor conciencia. Que Daniela haya tenido libido suficiente para sostener un amante significa que estaba distanciada libidinalmente de su bebe. No es un juicio de valor, simplemente intentamos mirar el panorama vincular con la mayor honestidad posible. Si esto es verdad, el bebe tiene que haber registrado esta distancia o este “engaño” afectivo de la madre, incluso más que el marido. Por lo tanto, estamos obligados a insistir, preguntando sobre manifestaciones molestas del bebe, enfermedades, alergias o accidentes. Efectivamente, después de mucho preguntar, Daniela recuerda los broncoespasmos de Fabio, dos episodios de falso crup, alergias, fiebres altas, internaciones, etc. Muy bien. Este es el escenario real. Esto nos da otra pista: si el bebe estaba tan desesperado reclamando disponibilidad materna, es porque la intensidad emocional que Daniela estaba desplegando en otro territorio era grande. Daniela desmerece la importancia que puede haber tenido el amante. Nosotros no. Preguntamos específicamente. No es curiosidad. Pretendemos mirar **la realidad emocional tal cual es**. Entendiendo que Daniela ha pasado su vida tratando de erigirse dentro de los parámetros de su propia moral... que aparezca un señor que la mime, la quiera y le haga el amor sin restricciones, le acerca una porción de **sombra**, que, para variar, **es real**. De hecho, Daniela acepta que su vida cotidiana giraba en torno a los encuentros con su amante. Claro. Hay algo verdadero ahí. Vibra. Siente. Es una mujer de carne y hueso. Por primera vez sentimos que está conectada con algo de lo que relata.

En este punto, empezamos con Daniela un trabajo interesante: revisar juntos que la **distancia** que ella genera arriba de la montaña

es **con su propio ser esencial**, con su verdadero yo. Ahora está más claro para ella el sufrimiento: muy arriba su personaje con el dedo levantado sosteniendo morales insostenibles, y muy abajo **un corazón humano que late**. Esa es la guerra que pelea cada día. Ahora tenemos ubicado el trabajo que haremos juntos. Daniela se afloja, llora como una niña... la abrazamos, moquea, se tapa la cara... sigue llorando y no tiene intenciones de dejar de llorar. Finalmente la despedimos. Se va con el cabello revuelto, la camisa arrugada y abrazándose a sí misma con delicadeza y compasión.

Una vez que tenemos planteado un panorama realista, un esbozo de mapa y un principio de hipótesis de trabajo, podemos acompañar los procesos de cualquier individuo, **sin que nos importen los resultados concretos**, sino apuntando a un lento recorrido hacia el interior de cada ser. Para esto, será menester que el profesional tenga siempre presente que hay una hipótesis a seguir, más allá del último conflicto puntual que el consultante traiga a cada encuentro. Podemos escuchar ciertos relatos, obviamente, pero solo para confirmar la hipótesis, modificarla o utilizarlos para mayor comprensión global.

Daniela regresa a la consulta más confiada. Ya no se siente examinada, sino acompañada. Aunque entra al consultorio diciendo “no me perdonás una”, en alusión a que “comprender”, no significa estar aliados ni opinar lo mismo. Comprender es ver escenarios completos, con las contradicciones intrínsecas de la conducta humana.

Esta vez preguntamos algo más sobre su relación clandestina, con el objetivo de ayudarla a sacarse las máscaras, y para que tolere y comprenda una parte de sí misma que busca libertad interior y amor. Llamativamente, su amante, a quien llamaremos Ernesto, es herrero. ¿Recuerdan el exagerado valor que Daniela le otorgaba al “academicismo”? Parece que la excitación sexual apareció sin títulos universitarios. Llegó de la mano de un hombre tosco, casi sin estudios y con un cuerpo grande y rudo. Si eso no es sombra... ¿La sombra dónde está?

Con Ernesto, Daniela no se siente en la obligación de ser la señora perfecta. Se deja fluir, se vuelve blanda. En cambio, apenas regresa a su casa, se impone cocinar comida natural sin

conservantes, impone horarios rígidos a Fabio para comer y para dormir. Ella siente que es una madre abnegada, que está pendiente de su hijo, que no falta nunca a un acto escolar, que lo acompaña a otras actividades que Fabio le pide. Pero incluso cumpliendo con sus propios mandatos internos, Fabio se porta mal. Tiene terror a ser juzgada como mala madre. Intentamos preguntar específicamente quién la juzga. Es obvio que ella misma se constituye en su peor pesadilla. Nos resulta evidente que tendremos que seguir trabajando sobre su propia blandura interior, ya que está prisionera de la dureza y la rigidez.

Hablando sobre su rigidez, Daniela reconoce que sostiene ciertas reglas con relación a su hijo, con el único objetivo de hacer lo correcto. Por ejemplo, considera que el niño tiene que dormir a las nueve de la noche en punto. Ella se pone metas tan altas, que luego la frustración es enorme cuando las cosas no resultan como imaginaba. Pretende que su hijo se despierte, se vista, coma, deje de reírse. Finalmente llevarlo a la escuela se convierte en un suplicio. Es una pérdida de energía constante. Entonces le proponemos flexibilizarse en los pequeños actos cotidianos y detectar qué le pasa cuando lo logra. Por ejemplo, reflexionamos juntos sobre la hora en que Fabio debería dormir. Daniela comienza dando todas las explicaciones pertinentes y todas las razones prolijamente estudiadas. Sin embargo... la miramos con ternura diciéndole que desperdicia tanto esfuerzo.... para darle de comer a su propio personaje de madre perfecta. Por nuestra parte, tratamos de traer la voz de Fabio, imaginando qué es lo que le pasa, qué ha dejado de pedir, qué necesita. Y así, poco a poco, vamos ingresando en cada pequeña rutina cotidiana, observamos cómo Daniela la encaja en su propia rigidez, cómo Fabio se enferma, y cómo seguimos todos entrampados. A este ejercicio, lo llamamos "mirar el mapa". También quiero aclarar que este tránsito de mirar y mirar y volver a mirar el mapa, con relación a cada situación que el consultante comenta, puede llevar mucho tiempo. Ese es nuestro trabajo: mostrar desde un punto de vista externo el entramado, lo más completo posible. Nuestra función no descansa en el objetivo de que el individuo haga movimientos. Eso corre por cuenta de la decisión íntima de cada uno. Entendemos que el rol del terapeuta se

basa en ofrecer esta mirada global, externa, para que cada individuo luego haga con esa nueva información lo que quiera.

Poco a poco empezamos a darnos cuenta de que Daniela concentra toda su rigidez en casa, y se permite la blandura en una relación clandestina. Alguna vez será capaz de unir esos dos lugares internos. Por ahora, los tiene “polarizados”. Nuestra intención es que acerque sus partes. Que reconozca su propia necesidad de ablande. Después de varios encuentros que rondaron sobre estos temas, Daniela nos confiesa que a partir de este trabajo, ella reconoce que le cuesta acercarse al amor, al dolor, a los sentimientos. Que se relaciona con Dios desde la cabeza, pero que no puede sentirlo en la panza, ni en el corazón, ni en el cuerpo. Que este trabajo le está sirviendo para reconocer eso. Y lo mismo le pasa con su hijo, le cuesta amarlo. Que no le puede transmitir su amor y que, de hecho, Fabio le ha dicho que esa historia del amor de Jesús es mentira. ¡Ay!, los niños, qué sabios que son. Daniela lo susurra desde su hermosa fragilidad, no desde la cima de la montaña de su mapa. Entonces nos cuenta sobre todas las ocasiones en que le ha pegado a Fabio. Claro, ahora que está bajando de su montaña, lo puede decir. Reconoce que, por momentos, siente una furia inmensa dentro del cuerpo. Y estalla en un llanto hondo y sincero.

“Eso es blandura”, le decimos. Es eso. Duele. Es humano. Es sensible. Es verdadero. Recién en este momento, sentimos que Daniela está entregada al arduo trabajo de ingresar en su biografía humana, porque se ha quitado sus máscaras. Creemos que van a aparecer más y más situaciones sufrientes que su personaje de madre abnegada no podía tolerar ni asumir. Esto es importante: cuando ya no defendemos a nuestro personaje, aquello que nos acontece, simplemente **es**. Sucede. Y podemos abordarlo porque existe.

Efectivamente, al poco tiempo, Daniela pudo empezar a hablar de sus desórdenes alimentarios, hasta ahora negados por ella misma. Pudo registrar que sostenía niveles de obsesión respecto a lo que Fabio comía, pretendiendo para su hijo una dieta macrobiótica a rajatabla, cuando ella misma no se sentaba nunca a la mesa. Soportaba el hambre. Se pesaba varias veces por día. Y su

obsesión por no comer era análoga a la obsesión para que Fabio comiera todo lo que ella le preparaba. Esta situación tan sufriente y que resulta caótica en la rutina diaria, podemos abordarla desde afuera del personaje, porque no nos importa qué está bien y qué está mal, sino “qué nos pasa”. Conversando sobre escenas puntuales, resulta que Fabio le pide con insistencia a su madre que coman juntos. Pero solo ahora, Daniela puede registrar esta demanda, que es un pedido de amor.

Ablandando, ablandando, ablandando, Fabio pudo decirle a su madre que le tiene miedo. Daniela fue conectando poco a poco con su propio miedo. Con sus aspectos más frágiles. Después de unos pocos encuentros con su terapeuta, Daniela se encuentra tan abierta, desarmada y permeable, que le sugerimos que empiece a hablar con su marido sobre este proceso. Al principio rechaza esta idea. Luego se da cuenta de que no tiene nada que perder.

Tampoco sucede que por arte de magia las cosas cambian radicalmente en la vida cotidiana. Ella sigue sin comer, pero tiene más registro. Fabio le pide estar en brazos y tiene más registro de ese pedido. Por momentos se desborda y le pega a su hijo, pero tiene más registro. No siempre le sale bien, pero al menos **conecta con lo que le pasa**. Eso es un avance muy importante. No niega, ni minimiza, ni lo pasa por el tamiz de la moral. Simplemente asume internamente eso que le pasa. Por eso puede registrar más y más escenas sufrientes, de las que Daniela forma parte. También hay buenas noticias: Fabio le ha dicho varias veces que la quiere. En el jardín de infantes le han dicho a Daniela que Fabio está más contento y parece menos preocupado, y que adquirió más entusiasmo para jugar con los demás niños. No es poca cosa. El resto del trabajo prosiguió de la misma manera: acompañando el ejercicio constante de mirar la realidad tal cual es, ayudando a que no vuelva a refugiarse en su personaje, sino que vaya viviendo la vida de la manera más conectada posible con su yo verdadero.

¿Y su motivo de consulta? Llegó preocupada porque no le tenía paciencia a su hijo. Ahora se lleva mucho más que una mayor capacidad para mirarlo. Ahora es capaz de mirarse con menos miedo a sí misma, y desde esa experiencia, tomará sus decisiones a lo largo de su vida.

## 6 Fuera del surco

- La represión de las pulsiones básicas
- Todo lo que pensamos dentro del surco
- Amparo: la distancia entre lo correcto y la verdad interior

### La represión de las pulsiones básicas

Aunque todas las religiones y sistemas morales del mundo apuntan al desarrollo de la capacidad de amar, es decir, ponderan la inteligencia al servicio de la reciprocidad y el altruismo, para que cada individuo ofrezca al prójimo lo mejor de sí mismo en beneficio de la comunidad entera; la realidad es que colectivamente caminamos por un surco básico, estúpido y lineal del que tenemos muchas dificultades para apartarnos. La mayoría de las personas respondemos a “ideas comunes” que funcionan en automático, más ligadas al miedo que a cualquier otra cosa. Miedo a ser diferentes, miedo a pensar con autonomía, miedo a reflexionar y a hacernos responsables de nosotros mismos. Es más fácil ser parte del rebaño que hacerse cargo de la propia individualidad.

Sin importar qué área de la vida cotidiana abordemos, es sencillo registrar el nivel de automatismo de pensamiento que conservamos. Todos pensamos lo mismo con relación a la educación, la crianza de

los niños, la alimentación, la cultura, las escuelas, el valor que otorgamos al ascenso social ligado, obviamente, al incremento patrimonial. Todos pensamos más o menos lo mismo respecto al amor romántico, a la infidelidad sexual, a los celos entre hermanos, a la idea de justicia, a lo que es pecaminoso o ilegal, a la división entre el bien y el mal. Quiero decir que sin darnos cuenta opinamos lo mismo, organizamos nuestra vida sobre la base de los mismos parámetros culturales y sufrimos aprisionados por las mismas leyes autoimpuestas a falta de reflexión, autonomía y libertad.

Posiblemente, el hecho de que todos caminemos por el mismo surco en todas las áreas de la vida sea consecuencia de no haber tenido la oportunidad de **autorregularnos** desde el momento mismo del nacimiento. Es decir, **hemos perdido nuestra brújula interna, que es la madre de todas las brújulas**. Si no podemos comer cuando tenemos hambre, si no podemos negarnos a comer cuando simplemente el apetito no aparece, si no podemos resarcirnos en brazos de nuestra madre cuando la necesitamos, si nuestro pulso interno no se despliega y nos vemos obligados a acomodarnos a reglas externas, luego cualquier mandato, cualquier camino, cualquier decisión va a ser impuesto fácilmente, porque no tendremos registro del propio ritmo. Las pautas externas funcionan en nuestro mundo, porque no permitimos al niño recién nacido, ni al niño algo mayor, respetar sus impulsos básicos, **hasta que los olvida por completo**. Y a partir de ahí, estamos perdidos.

El desastre que ha ocurrido en el ámbito mundial con la lactancia da prueba de esto. Hace años que los “expertos” intentan que las madres aprendan a dar de mamar. Pero sigue siendo algo difícil de establecer, mientras se continúen proponiendo horarios a las madres y no se incite a la autorregulación del bebe, que es la única manera de que la lactancia se establezca espontáneamente. Lo mismo sucede con relación al contacto con el propio cuerpo y con el cuerpo materno, y con relación a la libertad de exploración del entorno. Obligamos a los niños a modificar cada pequeña actitud espontánea. Y de ese modo nos aseguramos la desconfianza hacia las propias intuiciones. Luego, necesitamos profesionales en quienes delegamos un supuesto saber, para preguntarles absolutamente todo. Y peor aún, cuando recibimos consejos o

indicaciones del orden que sea, no contamos siquiera con una cuota de intuición personal para chequear si esa sugerencia nos calza y si es positiva para nosotros, o no.

El éxito de este sistema que divide al mundo entre lo que es correcto hacer –siguiendo ciertas reglas– y lo que es incorrecto y tenemos que modificar, depende de la insensibilidad que los adultos tenemos con relación a las necesidades de las criaturas pequeñas. Los niños lloran desgarradoramente y los adultos no nos inmutamos. No nos damos cuenta. Claro, nos hemos adjudicado la jerarquía de ser grandes, y por lo tanto les infligimos ese sufrimiento. Asumimos una autoridad dominante, y simplemente nos parece adecuado reprimir los pulsos básicos. Estamos así garantizando que, en el futuro, esos niños, que hoy sufren, esperen el momento indicado para asumir su cuota de poder y herir a otros más débiles, en una cadena absurda y sin retorno.

Asumamos que **la privación del placer físico sensorial durante la primera infancia es la principal causa de la violencia social.** La violencia en gran escala solo acontece en las culturas y comunidades en las que somos represivos con los niños y, por supuesto, en las que también reprimimos la vida sexual en general. La privación de placer corporal en las criaturas es directamente proporcional al desarrollo de la violencia en todas sus formas.

El maltrato y el abuso sobre los niños es recurrente, banal, cotidiano y común, aunque solo cuando hay casos muy visibles, estamos dispuestos a reconocerlo. Lamentablemente, tengo la sensación de que aún no estamos listos para mirar de frente la sistematización del abuso, porque tendríamos que cuestionar todo el sistema comunitario en el que vivimos. Es decir, tendríamos que observar el surco completo con la lógica que lo sostiene para percibir que el abuso, la represión, al maltrato y la dominación de los más fuertes sobre los más débiles son una misma cosa. Y todas estas dinámicas humanas tienen un único objetivo: el dominio y la acumulación de bienes. Si la sociedad patriarcal está basada en el patrimonio, las guerras son parte necesaria de este sistema. Y la guerra obligatoriamente es fratricida, es decir, necesita que los hermanos nos matemos unos a otros con el único fin de obtener territorio, ganancias o poder. Para ello, necesitamos generar

guerreros, es decir, seres insensibles y capaces de matar. Eso es algo muy fácil de lograr: simplemente negándoles a los bebés y niños pequeños el cuerpo materno y el placer que ese contacto conlleva. No es verdad que nos importa el bienestar de nuestra cría. Por el contrario, el propósito es que el niño sufra en la medida suficiente para que luego sea capaz de reaccionar con ira para dominar a otros.

Para todos nosotros, el amor es una necesidad fundamental. Un bebé que no ha sido “humanizado” a través del amor y la sustancia materna al inicio de su vida, va a padecer un proceso de “deshumanización” con las consiguientes reacciones agresivas, ya que aprendió a adaptarse a un entorno carente en términos afectivos. Cada experiencia de vacío afectivo que sufre un niño humano ávido de cuidados y contacto materno, se suma a otras experiencias de muchos otros niños que se encuentran en las mismas condiciones, hasta que esa desesperación se plasma en una escala colectiva.

Alice Miller ha escrito que los daños que se infligen durante la infancia son **crímenes de la Humanidad contra la Humanidad**, ya que nuestros niños crecen almacenando la violencia que luego van a desplegar tal como la han recibido. Una vez que hayan alcanzado la adultez, ejercerán el poder contra los niños de la siguiente generación. La violencia se perpetúa gracias a **la banalización de la falta de amor primario**. Quiero decir, a ninguno de nosotros nos parece algo terrible ni nos horrorizamos con cada bebé que no encuentra el cuerpo de su madre mientras llora desgarradamente. Lo observamos cotidianamente alrededor nuestro y además nosotras mismas negamos nuestro cuerpo caliente a los niños. Simplemente estamos hartas de sus demandas. Nos aliamos con los demás adultos que nos dan la razón, y estamos de acuerdo con que los niños tienen que comprender que no es correcto ser “tan” exigentes.

Los tiempos modernos también nos juegan en contra. Las mujeres creemos que estamos accediendo finalmente a nuestra tan ansiada libertad, después de siglos de sometimiento al varón, por el hecho de trabajar y ganar dinero. Creemos que esta es una victoria del género femenino. Nada más alejado de la libertad.

Podemos trabajar y ganar dinero. Podemos acceder a puestos de poder político o económico. Pero si las mujeres seguimos caminando por el surco ciego de la represión y las limitaciones del amor primario, si no reconocemos la represión y la dureza que paraliza nuestros cuerpos, si no estamos dispuestas a escuchar nuestros latidos uterinos, si no ofrecemos nuestros pechos y nuestros brazos para el cobijo de la cría; entonces nos estamos constituyendo en artífices indispensables de la violencia en el mundo. Y resulta que **sin amor primario no hay libertad**. Solo habrá miedo y compensaciones desesperadas. Es decir, estaremos todos prisioneros de nuestra ira o nuestro terror.

Las mujeres somos la bisagra entre el pasado de represión, oscurantismo y odio; y el futuro que deseamos de movilidad, libertad y búsquedas creativas. Somos las mujeres quienes tendremos que comprender **la relación directa que hay entre el amor primario y la libertad. Entre la represión del amor y la violencia.**

## **Todo lo que pensamos dentro del surco**

Con este panorama, está claro que todos nosotros provenimos más o menos de realidades de vacío de amor primario. Y que hemos sobrevivido utilizando ciertos mecanismos de supervivencia. Estos mecanismos están descritos en mi libro *Crianza, violencias invisibles y adicciones*. El problema que subyace, es que **no tenemos otros parámetros**. No conocemos a nadie que provenga de una historia infantil de amor y sintonía corporal. Entonces, no sabemos cómo comparar. Solo conocemos nuestro surco, que es el mismo que transitamos todos.

Supongamos que frente a una enfermedad de cáncer, vamos a visitar un médico oncólogo alópata tradicional. Nos va a sugerir la ablación del órgano y luego algún tipo de radiación. Decidimos escuchar “otras opiniones”, entonces vamos a consultar a diez médicos diferentes, todos oncólogos tradicionales. Como todos opinan lo mismo, es decir, todos proponen la cirugía y la radiación, llegamos a la conclusión de que esa es la solución correcta para este problema, convencidos de que hemos consultado a un

“abanico” de profesionales. Sin embargo, es falso que hayamos consultado a muchos profesionales. Podemos visitar a cien médicos. Pero si esos cien médicos caminan por el **mismo surco**, no hay diferencias entre el criterio de uno y de otro. No tenemos con qué comparar. Creemos que hemos hecho una elección entre muchas opciones, pero eso es falso. Ahora bien, si fuéramos a consultar a un homeópata, un ayurvédico, un antroposófico, un médico chino y un sanador espiritual, quizás obtendríamos alguna otra propuesta. Porque entonces sí estamos buscando por algún **otro surco**.

Cuando pensamos en la condición humana nos pasa lo mismo. Creemos que tenemos objetividad para pensarnos, pero en realidad estamos todos dentro de un mismo surco, que es el surco del Patriarcado; al punto tal que suponemos que el ser humano “es” guerrero, depredador y manipulador, y que es propio de la especie sentir odio, rencor y ánimo de destrucción. Salir del surco es muy difícil, a menos que estemos dispuestos a cuestionar todo, todo el tiempo. Agotador, claro.

Cada discurso familiar forma parte de otro mayor y este forma parte de otro aún mayor hasta ser parte de las “ideas pertenecientes al Gran Surco General”. O al revés, podemos pensar que de las “ideas del Gran Surco General” se van desprendiendo las ideas que sostenemos en cada comunidad, cada familia, cada individuo, etc. Como en el juego de las muñecas rusas, las “matrioshkas”, que encajan unas dentro de otras. Dicho esto, veremos que “salir” del discurso sistematizado del Gran Surco es una tarea muy difícil, pero, a mi entender, es lo más interesante si queremos obtener una mirada global u original respecto de nuestros sufrimientos.

Por eso, sugiero desconfiar de todas las teorías, incluso de las más seductoras. Yo, Laura Gutman, me veo tomada por mis propias supuestas teorías repetidas en el “discurso colectivo alternativo”. Y resulta que personalmente no me interesan para nada. Ni lucho por la crianza con apego, ni defiendiendo la lactancia a ultranza, ni soy la defensora acérrima del co-lecho (por repetir algunas frases que han sido publicadas en medios de comunicación). Nada de eso. Lo único que importa es **escuchar** a cada individuo con sus dificultades, **escuchar** luego su discurso engañado y proponer revisar todo ese

discurso para llegar a la verdad íntima de esa persona. Y luego que ese individuo haga lo que quiera con ese nuevo punto de vista sobre sí mismo. Eso es todo. Pero para ello, tenemos que estar lo más lejos posible del surco, es decir, atrevernos a **cuestionar todo**, absolutamente todo: ¿no quiere ir a la escuela? ¿Y qué pasa si no va a la escuela? ¿Cómo? ¿Cómo no va a ir???? ¿Pero dónde va a dormir mi marido? ¿Y la relación de pareja? ¿Y si no toma leche, qué le doy??? ¿Y el calcio? ¿Y si se malacostumbra? ¿Pero cómo no lo voy a vacunar? ¿Y si le pasa algo, qué hago con mi culpa? ¿Pero cómo no va a ir a visitar a sus abuelos? ¿No le doy antibióticos? ¿Cómo voy a abandonar a mi madre? ¿Cómo puede ser que alguien quiera enfermarse? ¿Pero será tan así? ¿No es exageración? ¿Y si cuando sea grande me recrimina? ¿Irme sola?

En parte es lógico que todos transitemos por el surco habitual, porque es el camino que conocemos. También es verdad que nos acomodamos y luego nos decimos a nosotros mismos que es el único camino que existe. Es decir, nos mentimos con tal de no perder el confort obtenido. Pues bien, ahí sí tenemos una responsabilidad. La de decidir que no queremos enterarnos de qué hay más allá de “eso” que nos ha sido dado.

Personalmente, me llama muchísimo la atención que después de años y años de dar clases, las preguntas, las reacciones y las exclamaciones de quienes escuchan sean siempre las mismas. Como si fuéramos marionetas hechos en serie, pensando lo mismo, sosteniendo los mismos prejuicios y defendiéndonos a capa y espada... de ciertos pensamientos que en verdad no pueden dañar a nadie. Sin embargo, parece que el solo hecho de nombrar algún pensamiento fuera de lo común, nos pone en alerta como si fuera algo peligroso.

En verdad, no es necesario que otra persona piense igual que yo. ¡Lo interesante sería que piense lo que quiera, pero con **autonomía**! Paradójicamente, si permanecemos en el surco, no hay autonomía posible. Porque no hay ningún descubrimiento propio, sino que es “heredado” por el pensamiento colectivo.

Por eso, al profesional que acompaña procesos de indagación personal también le toca cuestionarse todo y luego tener la valentía de cuestionarle todo al consultante. No dar nada por sentado. No

compartir prejuicios. No aconsejar. No decidir qué es correcto y qué no. No opinar. No tener juicios de valor. No desear la cura de nadie. No suponer que lo que tiene para decir al consultante es una genialidad. No pretender que el consultante haga cambios. No anteponer sus propias creencias. No sostener ninguna ideología. No ejercer poder sobre el otro. No asumir ningún supuesto saber. No retener al consultante creyendo que lo mejor es continuar con el tratamiento. No convertirse en un referente ni en un aliado. No acomodarse en el rol de profesional admirado que el consultante proyecta. No estar seguro de nada.

## **Amparo: la distancia entre lo correcto y la verdad interior**

Amparo es administradora de consorcios, tiene 33 años y dos niñas, de tres y dos años: Sofía y Manuela. El sacerdote de su congregación le sugiere leer mis libros y consultar a nuestra institución (así es, hay sacerdotes cristianos que recomiendan mis libros). Ella está preocupada porque siente que se desborda con sus dos hijas y que le “sale un monstruo de adentro”. Tiene miedo de “hacer algo terrible”. Dice que no les pega a las niñas, pero que a veces le pega a la pared. Amparo es pequeña, habla en voz muy baja, tiene el cabello largo, lacio y prolijamente recogido y toda su apariencia física trasluce suavidad y orden. Le preguntamos por el vínculo que tiene con el sacerdote que la recomendó y cuenta que ella es muy católica, que la Iglesia ha sido históricamente su refugio, que ha hecho siempre retiros espirituales, pero que desde que han nacido sus hijas, no tuvo más oportunidad de hacerlos y eso la tiene desequilibrada, no tolera el ruido en la casa.

Le explicamos –como es nuestra costumbre– de qué se trata el trabajo de la construcción de la biografía humana y damos inicio, preguntando por sus recuerdos de infancia.

Sus padres han sido trabajadores de clase media. Del padre tiene recuerdos de su mal humor, y de que pasó toda su infanciateniéndole miedo. La madre ha sido ama de casa, pero desde hace

varios años trabaja para una institución religiosa. Amparo es la última hija de ocho hermanos. Sus siete hermanos nacieron con muy poca diferencia de edad, en cambio ella nació mucho más tarde, por lo tanto ha sido criada casi como hija única, ya que sus hermanos se fueron de casa siendo jóvenes. Ella quedó en el discurso familiar como “la hija mimada”. Esto es lo que Amparo “dice”. Pero nosotros nos abocaremos a descubrir quién –en verdad– lo ha dicho y qué cerca o lejos está esta idea de la realidad vivida por Amparo.

Preguntamos por recuerdos de su primera infancia, y aparece el **miedo a papá**. Cuando escuchaban el ruido de las llaves, todos corrían a hacer algo que papá había dejado indicado. A los hermanos varones les pegaba mucho. A las mujeres, Amparo dice que no. También recuerda las peleas y los insultos verbales entre mamá y papá, pero no sabe por qué peleaban. Amparo pasaba bastante inadvertida dentro del caos familiar; aprende rápidamente que “por favor”, “gracias” y “disculpas” son palabras que le garantizan cierta calma. Las escenas a la hora de comer son horribles: gritos, retos, amenazas. Le hacemos notar que relata estos episodios sin conmoverse ni llorar. Piensa un poco y responde con franqueza que cuando el papá los retaba, agregaba: “Y ahora no llores”, por lo tanto Amparo sabe cómo retener las lágrimas. Una vez que le confiesa esto a la terapeuta, empieza a llorar y no hay modo de calmarla. Buena señal.

La terapeuta pregunta entonces **dónde cree ella que estaba mamá** mientras papá maltrataba. **No sabe**. Cree que mamá sufría por todo esto. Le mostramos entonces que había un acuerdo tácito entre mamá y papá, intentando explicar cómo funciona la violencia invisible. Acuerda con lo que va escuchando, llora y llora. Así que la terapeuta acompaña, llorando también un poco. Tratamos de traer recuerdos específicos con relación a la madre, pero no aparecen. Solo sabe que ella siempre intentó hacer lo correcto para que nadie se siga enojando. “¿Qué es hacer lo correcto?”. Amparo alza la mirada y no comprende la pregunta. “¡Sí, te pido que nombres algunas cosas correctas, por favor!”. Y Amparo no sabe nombrarlas, solo siente que hay “algo” del orden de lo sagrado que es correcto y

muchas cosas malas que son incorrectas, pero más no puede precisar.

Amparo se siente aturdida. Explica que no quiere hacer esta terapia para terminar enojada con su madre. Claro, tiene razón. Aprovechamos para decirle que imaginamos el impacto que debe estar sintiendo, al escuchar por primera vez que **mamá tiene algo que ver con la modalidad vincular dentro del hogar durante su niñez**. No hay “mamá buena”, ni “papá malo”. Nuestro trabajo no se centrará en dictaminar quién tiene la culpa, sino que el único propósito es que ella se vea a sí misma en ese escenario. Esto da pie para conversar un poco sobre “lo bueno” y “lo malo”, tan arraigados en la moral cristiana. Volvemos a revisar el funcionamiento de mamá y papá, quienes siguen juntos después de casi cincuenta años. Es decir, a ellos les funciona. Pero tendremos que averiguar si eso que a mamá y a papá les ha funcionado implica que Amparo haya recibido aquello que necesitaba.

Seguimos prolijamente con cronología: pasó por la escolaridad sin ruido. Relativamente buena alumna. Cursó en colegio de monjas, claro. Continuamos preguntando por amigas o dificultades, y aparece el recuerdo de que sus amigas la llamaban “la pedigüeña”. ¿Por qué? Porque no le mandaban merienda, ni plata para el kiosco, entonces pedía... al final le daba vergüenza pedir, así que pasaba hambre. Obviamente esto nunca lo contó en la casa. Y nunca nadie lo supo. No tenía muchas amigas, elegía recluirse en casa. ¿Alguien le preguntaba qué necesitaba? Nadie, por supuesto. Prefería ser invisible. Así no se generaban problemas.

Durante la adolescencia, su gran problema fue la mirada de los varones. Ella es preciosa. Morena, delgada y alta. Se sentía expuesta a la mirada de los hombres, entonces se recuerda vistiéndose con ropas muy holgadas. “¿Alguien en casa sabía que te pasaba?”. “No, nadie”. Amparo dice que la represión en casa era tan grande, que quizás por eso tenía mucho miedo. Sin embargo, todas sus hermanas tuvieron novios desde jóvenes y los padres nunca lo prohibieron. En verdad, nosotros creemos que nadie miraba a Amparo, por lo tanto deducimos que el “miedo” a los varones debía ser más una cuestión de autoprotección y de

aislamiento que otra cosa. Sí, Amparo pasaba mucho tiempo a solas.

Amparo se introduce en sus recuerdos con muy poca vitalidad. Parece que lo estimulante estaba en las peleas y los gritos del hogar. En cambio ella despliega vitalidad en **hacer las cosas bien**. Entonces le preguntamos una vez más, qué es “hacer el bien”. Se queda pensando, y promete encontrar una respuesta. Así concluye el primer encuentro.

A la segunda entrevista, Amparo trae una frase que ella había escrito a los 14 años: “Soy como una plantita a la que todos los años le exigían que dé flores, pero nunca la regaban”. Encontrar ese cuaderno la angustió mucho. Recuerda que en esa época ingresó en unos grupos misioneros con quienes viajaba al interior del país, y que fue lo mejor que le sucedió. Con ellos hizo muchos retiros espirituales, y hoy en día extraña ese silencio que le daba tanta paz. Hablamos un rato del significado que tiene para ella ese grupo. Luego hacemos un repaso del escenario visto la última vez y continuamos con cronología.

A los 23 años conoce a su actual marido, Miguel. Fueron novios durante siete años. Y tal como imaginarán, no tuvieron relaciones sexuales en todo ese tiempo. Le preguntamos bastante sobre la calidad de esa relación, pero Amparo no puede contar gran cosa. Miguel también proviene de una familia muy católica, en la que ocupa un lugar parecido al de Amparo en su propia familia ascendente: pasa inadvertido. Amparo dice que entre Miguel y ella hay muchísima comunicación, que conversan sobre todos los temas. Nosotros, claro, ponemos en duda esta aseveración, no imaginamos ni muchas conversaciones, ni mucho entendimiento. Entonces Amparo confiesa que han estado discutiendo por un asunto con relación a la niñera. Miguel no está de acuerdo con destinar dinero para “eso” y, por su parte, Amparo siente que sin la niñera, ella va a enloquecer. Miguel sostiene que trabaja demasiado y que el dinero lo podrían utilizar para otras cosas, si ella tuviera más paciencia para ocuparse de las hijas. Amparo se ofende, siente que hace todo bien, pero igual no alcanza. No sabe cómo hablar con Miguel, ni tiene contacto con sus propias necesidades y luego se avergüenza de sus desbordes. Le respondemos que debe ser muy

difícil tener necesidades y no poder expresarlas. Le empieza a doler la cabeza... trata de llorar... ¡Pero no le salen las lágrimas! Le recordamos que esa frase que escribió a los 14 años refleja un registro interesante de precisar mayor acompañamiento. ¡Entonces se larga a llorar!, e inmediatamente se desespera porque no logra contener el llanto. Le aseguramos que puede llorar todo lo que quiera, que este es un buen lugar para llorar. Entonces –avalada por ese permiso explícito– se desploma llorando y llorando, como si tuviera lágrimas guardadas desde hace años y necesitara desagotarlas todas juntas. Es impresionante. Pero allí estamos, esperando y sosteniendo ese llanto. Después de esperar en silencio, ofreciendo abrazos y caricias, la terapeuta le insinúa unas palabras cariñosas y le asegura que llorar es algo lindo. Que esa represión de sus deseos y necesidades le ha congelado el alma, y que ya no es necesario. Su padre ya no puede castigarla. En verdad, ya nadie puede castigarla, ahora es adulta y tiene la libertad de decidir hacer lo que quiera con sus lágrimas. Necesitó una hora más para poder despedirse y salir a la calle. Fue un encuentro donde no pudimos avanzar mucho en la cronología de su biografía, pero al menos pudimos abrir las compuertas de una prohibición obsoleta que aún estaba activa en su interior.

Un rato más tarde se comunicó con su terapeuta para decirle que había llegado a su casa, y que tenía mucho miedo, miedo de quedarse sola con sus hijas, miedo de hacer alguna locura, miedo de estallar tanto como las explosiones de su padre. Entonces la calmamos, le decimos a Amparo que ella quedó fijada en un nivel emocional de niña pequeña. Estas son algunas consecuencias de los desastres que fabrica la violencia encubierta por falsa moral cristiana. Este miedo a “todo” es infantil, manifestado en su cuerpo de mujer adulta. El maltrato experimentado durante toda su infancia se convierte hoy en ingenuidad, miedo y sensaciones peligrosas que inundan su vida cotidiana. Cuando uno es un niño maltratado, cualquier movimiento es escandaloso o temible. Hoy, el solo hecho de nombrar la realidad emocional parece que provoca un tambaleo emocional. Sin embargo, no es peligroso nombrar verdades afectivas. Lo dañino es no reconocer los hechos dramáticos que hemos vivido, porque al no haber sido nombrados, no los podemos

contar ni distinguir, entonces el cuerpo actúa por nosotros. Nuestra angustia o nuestro llanto aparecen sin permiso, no podemos controlarlos, parece que surgen del interior, pero a su vez se comportan como extranjeros, ya que no tenemos dominio sobre “eso”. Por lo tanto, vamos bien. Mientras el llanto reprimido surja y no atienda ninguna barrera, significa que estamos en el camino del encuentro con la propia sombra.

Cuando Amparo regresa a la siguiente consulta, con una sonrisa y un ramo de flores, conversamos brevemente sobre lo acontecido la última vez. Dibujamos un sencillo “mapa”, una niña llamada Amparo encerrada en círculos con distintas capas: la moral, las creencias, el discurso de papá, el miedo y la indiferencia de mamá. Todas esas capas “encierran” una Amparo pequeña y asustada. Amparo interrumpe. Dice que ella siempre se esforzó por hacer las cosas bien. La terapeuta le responde que vamos a tratar de **no pensar en términos de bien y mal**. Con todo el bagaje de moral cristiana y represión, esa es su costumbre. Pero en este espacio **no estamos juzgando**, estamos pensando libremente en lo que simplemente le pasa a ella. Amparo se queda pensando, sorprendida, como una niña... frente a un abismo de posibilidades. Conversamos sobre la desesperación que vivió después del encuentro anterior, sobre cómo se siente frágil por el solo hecho de nombrar sensaciones. Le mostramos que esas sensaciones existen, aunque no sean nombradas. Es decir, operan de cualquier manera. Agradece y continuamos.

Retomamos información sobre su familia ascendente. Según sus hermanos, ella es una especie de “princesa privilegiada”. Las hermanas mujeres le suelen decir: “Vos lo agarraste cansado al viejo, con vos fue diferente”. Con lo cual, a ella le queda obturada la posibilidad de sentir que **también** ha sufrido abandono, falta de mirada y maltrato. Sin embargo, Amparo ha “comprado” este personaje. En la dinámica familiar, asume el rol de mediadora, hablando con unos y otros para apaciguar los problemas. Amparo escucha a todos y siente que ayuda y hace el bien. Dice que quiere que “todos sean felices”. La terapeuta le muestra que una dinámica familiar es de todos, aunque ella conserve el deseo infantil de “solucionar” como si con su solo deseo pudiera modificar la realidad.

¿Qué sería “solucionar”? ¿Qué sería “hacer el bien”? ¿Qué sería “ser feliz”? Quizás signifique que la princesita con sus poderes mágicos pudiera hacer **que las cosas sean como a ella le parece que tienen que ser**. Esto probablemente se llame manipulación, simplemente. Es más. Probablemente mientras ella está atendiendo el teléfono para salvar a la humanidad de los grandes peligros, sus propias hijas estén de-sesperadas pidiendo presencia materna. Es posible que a sus hijas les falten muchas cosas que ella no alcanza a vislumbrar porque está ocupadísima escuchando las quejas de alguna hermana. En esta familia, todos han sufrido. En vez de repartirse el amor –que no hay– se reparten el sufrimiento –que hay mucho–. Haciendo un resumen, nos queda por delante revisar el rol que Amparo le asigna a la madre, que hasta ahora parece ser intocable porque hace obras de bien. Revisar cómo funciona su vínculo de pareja y la supuesta comunicación de la que descreemos. Y abordar la realidad de sus dos hijitas, de quienes aún no sabemos nada.

En un siguiente encuentro, retomamos desde el inicio de la relación con Miguel. A Miguel le encanta jugar al tenis. A Amparo le molesta que él juegue al tenis. Últimamente Miguel casi no juega, claro. Amparo espera algunas actitudes de Miguel que él no registra. Ella siempre le envía mensajes de texto cariñosos, pero esto a Miguel no le interesa. Ya tenemos una lista de cosas que a Amparo le gustaría que Miguel satisficiera. Entonces le preguntamos qué es lo que Miguel le pide a ella. No sabe. Titubea... y finalmente dice: “Creo que Miguel no tiene mucho espacio para pedir nada”. Muy bien. Hasta hace un rato Amparo se jactaba de una comunicación impecable en la pareja y de ser una excelente esposa. Pero después de diez años de matrimonio no es capaz de responder qué cosas necesita o reclama el marido. Mejor reír que llorar.

Ahora sabemos que nos compete trabajar sobre el mecanismo de satisfacer al mundo (al padre interno, bah) siendo la hija perfecta, pero Miguel queda afuera y sospechamos que las dos hijas también quedan afuera. Y hay algo sombrío que está activo: la manipulación sutil a través del tono bondadoso y “por tu bien”, que molesta a todos, especialmente a Miguel. Cuando hablamos sobre esto, le empieza a doler la cabeza nuevamente. Pero esta vez lo asociamos

a tantas sensaciones no nombradas y le damos la bienvenida al dolor. Amparo siente miedo y lo dice. También le damos la bienvenida a este miedo interno y ancestral. Así estamos, registrando y permitiendo que se exprese todo lo que existe en su interior.

Intentamos retomar la cronología de su biografía humana. Tras siete años de noviazgo con Miguel sin relaciones sexuales, se casan. Amparo tiene la idea de que ellos “hablan todo”. Luego vamos confirmando que en realidad ella monologa y Miguel asiente. Ella recuerda el primer período del matrimonio como muy feliz. Queda rápidamente embarazada de Sofía.

Preguntamos por el parto. Imaginable: el médico le dice que su útero es “muy finito” (¿quién sabe qué quiere decir esto?) y termina en una cesárea común y corriente de esas brutales, atada, con mucha gente alrededor, expuesta, un espanto. Ella lo recuerda como algo horroroso. Y no es para menos. Vuelve a casa con Sofía. Amparo recién ahora se da cuenta de que estaba sola, que no recibió ayuda de la familia ni de nadie. Sofía a los dos meses se enferma de bronquiolitis, y Amparo se queda prácticamente encerrada con la beba. Miguel trabajaba todo el día. Ahora Amparo puede decir que en ese momento no tenía ningún registro de lo sola y necesitada que estaba y que no sabe cómo se las arregló para ocuparse de Sofía y que ahora pone en duda si realmente pudo ocuparse bien. De hecho, no pudo amamantarla. Claro, es fácil imaginar ahora, que no tenía las condiciones externas ni internas para amamantar con alegría. Para colmo, durante el primer control obstétrico el médico le pregunta si ya tuvo relaciones sexuales. No. Amparo interpreta que eso está mal. La cuestión es que se encuentra sola, con la niña enferma, el marido que trabaja todo el día, con la obligación de tener que retomar una actividad sexual que no desea y atormentada por el recuerdo de una cesárea en la que fue maltratada. Cree enloquecer. No habla con nadie, ella trata de hacer lo correcto, como corresponde.

A los cinco meses de Sofía, queda embarazada de Manuela. Sí, una mujer alejada de su eje íntimo y alejada energéticamente de su beba pequeña, es frecuente que se embarace. En fin, a esta altura estamos observando junto a Amparo **la distancia que hay entre su**

**ser interior y su propia moral.** Entre su concepto de “hacer el bien” y lo que es verdaderamente beneficioso para su pareja, sus hijas y para ella misma. Esa es la hipótesis planteada. Ahora el trabajo se centra en ir poniendo palabras, en escuchar a los demás y en mirarse con mayor honestidad. Todo esto es bastante invisible, aunque se ve reflejado en sus hijas, quienes habitualmente se enfermaban mucho, pero últimamente enfermaron menos. A veces este “trabajo de hormiga” es lento y tedioso, ya que da cuenta de un sinnúmero de pequeños detalles cotidianos, que ahora Amparo registra pero antes le pasaban inadvertidos. No son grandes logros. Son pequeños e íntimos.

Hasta que un día, Amparo viene a su consulta **cambiada**. El cabello bien corto, moderno. Vestida con jeans y un aire juvenil. Segura de sí misma. Distinta. Se siente con “más conciencia”, puede anticiparse a ciertas escenas. Recuerda las entrevistas en las que ella terminaba con dolor de cabeza. Y ahora se da cuenta de que en el fondo no tiene que ver con Miguel o con las hijas. Tiene que ver con su mamá. Empezó a molestarse con eso de “pobre mamá”. Está tratando de vivir cada día como es, en lugar de tener un ideal de familia o un ideal de creencias y luego tratar de que encajen en la vida cotidiana. Compartieron unas vacaciones con toda la familia ascendente de Amparo, y pudo observar “*in situ*” todas las dinámicas que veníamos nombrando durante nuestros encuentros. Se miró a sí misma y constató que hacía grandes esfuerzos para acomodarse al rol históricamente asignado de la hija resolutiva. Pensamos en la posibilidad de tomar vacaciones con su marido e hijas, en lugar de quedar todos sometidos a las vacaciones familiares donde el automático se pone en funcionamiento.

Las niñas están empezando la adaptación al jardín de infantes, así que traemos la voz de esas niñas y Amparo está más receptiva. Aparecen permanentemente las opiniones de los suegros, que consideran que esas niñas van a terminar siendo muy caprichosas si les dan “tantos” gustos. Nosotros ponemos sobre la mesa la importancia que Amparo le da a esa mirada censurante. Reconoce que en el seno de su propia familia también dejaba que le dijeran cualquier cosa con tal de “no quedar mal”. Empezamos a vislumbrar a Amparo queriendo tomar sus decisiones pero “raya” en el mismo

surco una y otra vez: por un lado sale en automático la niña que “hace todo perfecto para que no la critiquen” y, por el otro, se siente atrapada en ese personaje y no le gusta. Sobre este pulso continuamos el trabajo, tratando de ayudarla a que encuentre su sí mismo profundo, con sus cabellos al viento y sus collares cada vez más coloridos.

Luego hubo períodos en que Amparo dejó de venir a estas entrevistas, y otros en que se organizaba y regresaba, pero luego se volvía a desorganizar. Lo tomamos como una buena señal: ella que hacía todo perfecto, esta vez fue permitiéndose cierta elasticidad. Esta flexibilidad la dejó más receptiva, y fue registrando algunas dinámicas de las que habíamos hablado al inicio, pero que recién ahora las “sentía interiormente”. Por ejemplo, con relación a su madre idealizada y abnegada cuidadora de tantos hijos, a quien no se le puede pedir nada porque siempre está ocupada. Con mucho llanto y mucho dolor, Amparo va ordenando cada cosa en su lugar.

Otra buena noticia es que Miguel aceptó un cargo suplente para ser entrenador de tenis. Recordemos que el tenis era su gran pasión, pero para no hacer enojar a Amparo, había dejado de lado esta actividad. Esta vez Amparo aceptó. De todas maneras tuvo que hacer grandes esfuerzos, porque una cosa es afirmar “me encanta que Miguel haga lo que le gusta” y otra cosa muy distinta es sostener el hecho de quedarse sola hasta medianoche, tres veces por semana, con las dos niñas a cargo. Pero pudo ir admitiendo lo que tolera y lo que no, y a través de conversaciones honestas, fueron encontrando juntos una cantidad de horas de entrenamiento que Amparo pueda sostener y que para Miguel sean suficientes.

A partir de esta instancia –con la hipótesis planteada– seguimos acompañando el proceso de Amparo, siempre apuntando a acortar la distancia entre su personaje y su sí mismo. Un modo fácil es trayendo la voz de sus dos hijas pequeñas. Resulta que, recién ahora, Amparo empieza a registrar que Sofía no quiere ir al jardín de infantes, lo pasa mal, dice que la maestra la reta. Amparo sabe que este año le tocó una maestra bastante rígida. Amparo reconoce que unos meses atrás, ella hubiera “defendido” a la maestra. Ahora... simplemente puede “sentir” lo que siente su hija. Al poco tiempo, Amparo decide retirar a las dos niñas de ese jardín, se dio cuenta de

que son aún muy pequeñas y que no tienen ninguna obligación de asistir. Decidió organizar con ellas algunas actividades durante la semana: gimnasia artística y natación. Y los sábados ir a una escuela de música. No puede creer que ahora nadie llora por las mañanas para levantarse, se da cuenta de que ella sostenía un nivel de estrés importante, y que no tenía sentido. O más bien, el sentido era “alimentar al personaje de la madre que hace todo bien y lleva a sus hijas a un buen jardín de infantes”. Cuando “se baja” del personaje, la vida fluye.

En definitiva, una vez que Amparo se comprende más, comprende sus mecanismos de defensa y puede entrar en contacto con su interioridad, puede tomar decisiones coherentes consigo misma. Por eso el marido, las hijas y el entorno en general acompañan sin traumas. Esto es, más o menos, acompañar procesos de indagación personal.

## 7 El abuso sexual como sistema vincular

- Reflexiones generales sobre el abuso sexual
- Belén, en busca de su femenino interno

### Reflexiones generales sobre el abuso sexual

Es un tema que nos “enciende”, cuando periódicamente aparece alguna noticia impactante en los medios de comunicación, que nos permite a la comunidad entera descargar nuestra furia sobre el maldito violador y compadecernos de la víctima que ha sido abusada. Creo no exagerar si afirmo que todos los días, absolutamente todos los días, hay al menos una noticia al respecto. Y según la espectacularidad del asunto, habrá un poco más de comentarios en radio y televisión. Quiero decir, si encontraron a un violador de cien mujeres, será más noticia que si hubo una denuncia común. Si un hombre es maestro y abusó de todos los niños de su clase, también. Todos nos horrorizamos con el horror, y listo.

El complejo tema de los abusos sexuales lo he descrito en mi libro *Crianza, violencias invisibles y adicciones*, pero quiero agregar algunas reflexiones. En primer lugar, el abuso sexual es intrínseco al Patriarcado. O a la “Androcracia”, si preferimos llamarla así. Que sea intrínseco significa que forma parte de una lógica funcional y

que entonces, en lugar de horrorizarnos, tenemos que comprender antes que nada cuál es la función del abuso dentro de un sistema determinado, para luego, tal vez, hacer algo para modificarlo. Pero no podemos pretender que no existan los abusos sexuales dentro de la lógica del sometimiento de unos a otros. Los hombres someten a las mujeres, los adultos a los niños, los fuertes a los débiles, etc.

Llevamos varios siglos viviendo en sociedades basadas en el Principio de Dominación –a diferencia de sociedades anteriores, basadas en el Principio de Solidaridad–, donde toda herramienta que permita someter al otro es considerada valiosa: la seudomoral religiosa que impone lo que es correcto y lo que no, las guerras para conquistar territorios, los cuerpos de las mujeres y de los niños como objetos de intercambio comercial, la esclavitud, las posesiones, etc. El sometimiento a través de la fuerza física del cuerpo de alguien más débil es parte de una lógica más amplia que, como tal, incumbe a muchos, muchísimos individuos –quienes se sienten en todo su derecho de ejercer el control y el poder sobre otros, porque eso es lo que han aprendido siendo niños– y no es fruto solo de algún individuo loco o desequilibrado, como transmiten los medios de comunicación cuando hay alguna noticia con algo de color que vende minutos o páginas aprovechando el morbo general.

Es importante saber que la gran mayoría de hombres y mujeres en la Sociedad Patriarcal han sido abusados sexualmente siendo niños. Y que hoy, quienes son niños, están siendo abusados.

¿Exageración? Me encantaría que fuera una exageración o incluso un delirio de mi mente atormentada. Lamentablemente, confieso que estoy intoxicada de realidad. Tengo un sistema de supervisión sobre todos los profesionales que trabajan dentro de mi institución, y por lo tanto sigo teniendo acceso a las realidades emocionales de cientos de consultantes, hombres y mujeres, todos los días. A medida que pasan los años vamos afinando y profundizando nuestro trabajo, y la prueba es que aparecen cada vez más rápidamente las historias de abuso que permanecían en el olvido con el propósito de alcanzar un equilibrio frágil para que los individuos logran vivir cada día sin desmoronarse. Comparto con los lectores, también, que estamos cada vez más entrenados en “pescar” el hilo por donde emerge la sombra. Por eso lo que hace unos años nos insumía muchos

encuentros terapéuticos lograr desentrañar, hoy “olemos” y buscamos el abuso velozmente, apenas tenemos algunos indicadores para ello. Lo más triste es constatar que cuantas más personas atendemos, más historias de abuso se siguen sumando. Y cuando creemos que ya hemos escuchado las vivencias más aterradoras, siempre aparece otra más cruel aún, con lo cual no dejamos de aprender sobre los alcances del horror y al mismo tiempo sobre la capacidad de supervivencia del ser humano.

Saber que **el abuso sexual es común y corriente** en nuestro sistema patriarcal es un primer paso para no sorprendernos y para tratar de comprender la realidad tal cual es. Que no nos haya acontecido personalmente no significa que no sea un tema recurrente y sin embargo totalmente ignorado. También es importante saber que un adulto abusador, obviamente, ha sido abusado siendo niño/a, y que hay abusadores hombres y abusadores mujeres. Que un hombre abuse de los niños es tan pero tan común, que si tuviéramos un verdadero mapa dibujado de los abusos en el mundo, quedaríamos pasmados. Que las mujeres abusen de sus propios hijos es menos común, pero mucho más devastador. Estoy a punto de llegar a una conclusión (aunque todavía quiero otorgarme unos años más de observación para estar más segura): estoy constatando –sin excepciones– que **cuando la madre abusa de su propio hijo o hija, estos enloquecen**. Literalmente. No ocurre lo mismo en individuos abusados por el propio padre, padrastro, tío, hermanos mayores, cura de la parroquia o vecinos. Pero si son abusados por la propia madre, en la psique se produce un desorden absoluto. Lo he constatado en individuos diagnosticados con esquizofrenia. Sin excepciones. Y al revés, lo he constatado en hombres y mujeres sin diagnóstico alguno, que han pedido asistencia en mi institución y con quienes nos resulta imposible ordenar el relato de la biografía humana, porque aunque la persona “parece normal”, se contradice en sus respuestas, se confunde, tiene un pensamiento totalmente desorganizado, miente o se retracta de lo que ha dicho. Entonces apuntamos directamente al abuso materno... y hasta ahora, en la totalidad de los casos, lo hemos constatado. Esto me ha sorprendido muchísimo, porque hace unos años, cuando los

consultantes se presentaban con niveles de confusión mental demasiado grandes, yo sostenía que no era posible hacer nuestro trabajo de organización de la biografía humana con ellos. Nos excusábamos con estos individuos derivándolos hacia otras instancias, generalmente hacia terapias corporales en las que la “memoria” del cuerpo podía funcionar allí donde la mente se confundía. Pero ahora sospechamos directamente **abuso materno**, lo abordamos... y enseguida damos en la tecla. Por supuesto, una vez que **nombramos el abuso**, el individuo que consulta inmediatamente lo reconoce, lo recuerda, ayudamos a poner palabras y se va armando un rompecabezas a una velocidad impresionante. Y lo más increíble de todo esto es que hablando y nombrando el abuso, el individuo deja de parecer loco. Es decir, puede hacer el intento de ordenar sus ideas o sus deseos, aunque el dolor sea inconmensurable.

Para abordar la dimensión del abuso del adulto hacia el niño, es necesario comprender que el niño es dependiente del cuidado de los mayores. **El niño busca amor. Pero encuentra abuso.** Ahora bien, si el adulto que lo cuida es –en su interior– un niño que a su vez ha sufrido desamparo en cualquiera de sus formas, no tiene condiciones emocionales suficientes para amar a otro, solo puede “alimentarse del otro”, porque –justamente– está hambriento. El adulto (supongamos el padre), proviene seguramente de una infancia aterradora –aunque puede no saberlo–. Es posible que recuerde que su propio padre era borracho, pero también justificará a la madre, quien se sacrificó por él y todos los etcéteras. Me importa señalar que puede tener recuerdos duros de su propia infancia, pero al mismo tiempo puede no tener registro del nivel de desamparo que vivió y que aún arrastra consigo. Ese hombre deviene adulto, deviene padre, y sigue tan necesitado de amor como cuando era un niño indefenso. Entonces aparece en escena su propio hijo, tierno, encantador, blando, amoroso y desprotegido. Por un lado, el padre siente atracción, porque su propio hijo se parece mucho a él. Y por otra parte, está convencido de que ahora ha llegado su turno para vengarse. Conserva un menosprecio absoluto por todo aquel que sea más frágil –porque ha aprendido muy tempranamente que todo lo que se parezca a debilidad es

despreciable— y, por lo tanto, se otorga el derecho de hacer con ese niño lo que le plazca. Este accionar a favor de su propia necesidad de ser satisfecho no le parece algo malo. Simplemente considera que así es “el orden sagrado”. Porque dentro de su realidad, siempre ha funcionado de un modo similar: cuando él mismo era niño fue despreciado por los adultos; ahora que él es adulto, pues merece vivir su revancha. En este sentido, un adulto que abusa de un niño a quien al mismo tiempo ama, no percibe que algo está mal. No hay moral externa que pueda hacer algo al respecto, porque lo que podríamos llamar “la moral interna”, respeta la lógica de la experiencia real del individuo. El abusador sencillamente siente que todo está en orden. Es decir, que el modo en que ha vivido en el pasado —en un sistema de dominación— ahora lo perpetúa siguiendo exactamente las mismas leyes. Y no puede haber nada malo en ello. Insisto en que para comprender la dimensión del abuso, necesitamos —en primer lugar— observarlo desde un punto de vista global, es decir, desde la lógica de un sistema en el que todos convivimos, que le otorga legitimidad a la dominación. En segundo lugar, precisamos comprender la lógica emocional del individuo que abusa, en lugar de ignorarlo y tratarlo de inadaptado social, porque entonces no seremos capaces de abordar con seriedad la vivencia de la víctima, que hoy tenemos enfrente convertida en un adulto que quiere comprenderse más a sí mismo.

Desde el punto de vista del abusador necesitado de cariño y satisfacciones primarias, es importante saber que ese adulto se enamora de un niño real, solo y desprovisto de cuidados maternantes. De un niño que busca amor y efectivamente **encuentra amor pero dentro del abuso. El adulto no cree estar haciendo daño. Mientras se nutre del cuerpo del niño, se** convierte por un instante en el bebé necesitado que fue, succionando al fin la leche tibia de su madre. Y no siente que haya nada malo en eso. No registra, ni escucha, ni reconoce ninguna queja ni dolor en el niño. Como un bebe de pecho que solo está atento a su propia satisfacción. Por otra parte, llena al niño abusado de cariño, de regalos, de promesas y, sobre todo, le ofrece el extraordinario regalo de ser el niño elegido y privilegiado dentro del deseo de alguien en este mundo. En la carencia amorosa de la que

proviene ese niño, cualquier cosa que obtenga, aunque sea ilusoria, es un torrente de agua cristalina en medio de su desierto emocional.

Por este motivo, el abuso sexual puede perdurar durante años. El adulto (en realidad el niño en cuerpo de persona grande) satisface sus necesidades primarias inconscientes. El niño, por su parte, cree que obtiene amor, o al menos es el único lugar donde obtiene algo que cree que puede llegar a parecerse bastante al amor. Lo que ninguno de los dos sabe es que están equivocados: el adulto no logrará satisfacer sus necesidades pasadas aunque destruya el cuerpo del niño elegido. El niño no obtendrá amor aunque entregue su propia integridad en medio de la desesperación por obtener cuidados. La confirmación de que esto funciona así, es que los abusos sexuales contra los niños suceden "intramuros", es decir, en el interior de los hogares; y son llevados a cabo por personas que tienen un vínculo afectivo con el niño en cuestión: habitualmente los padres, padrastros, hermanos, primos o tíos. Lamentablemente, muchas veces los abusos que se perpetúan en el tiempo son aquellos ejecutados por los maestros amados o los sacerdotes amados, que además llevan consigo el poder de nuestros más íntimos y recónditos secretos.

Vale aclarar que no hay grandes diferencias entre niños y niñas abusados/as. Me refiero a que no hay mayoría de abusos en niños de un sexo en detrimento del otro. La preferencia por un sexo o por el otro no cuenta, como no cuenta para un bebé necesitado de leche materna y de brazos, otra cosa que llenar su propia escasez. Lo que resulta más difícil de abordar dentro de esta dolorosa realidad, es que el adulto no reconoce que algo malo le ha hecho al niño, porque ese niño es alguien amado. Además, los abusos suceden dentro de familias o instituciones donde siempre hay otros individuos necesitados de salvarse primero. Si el que quedó atrapado fue el niño porque no corrió lo suficientemente rápido, pues bien, será su problema. Todos los demás hacemos oídos sordos, porque obtenemos ventajas si la víctima es el otro.

Desde el punto de vista del niño, él no logra comprender lo que le sucede: no hay palabras que describan el dolor, el desgarró, el miedo, la tortura y la confusión de algo que le sucede, pero que al mismo tiempo no existe en el mundo. Por otra parte, viene mezclado

con el amor, la confianza y el secreto impuesto por el adulto abusador. La fe, la entrega, el respeto y la lealtad que tienen los niños hacia sus respectivos abusadores solo son comprensibles si tomamos en cuenta que dependen emocionalmente de ellos, y que si les fallaran, perderían la presencia incondicional del único ser que tienen en el mundo, que es ese adulto que los tiene en cuenta constantemente.

Hay muy pocos niños que han intentado relatar a alguien lo que les está sucediendo. Este hecho confirma que no hay nadie confiable en quien reposar, que están desamparados y solos. En los casos en que alguien –a veces por fuera del hogar materno-paterno– denuncia lo que pasa, los padres suelen cerrar las trincheras y enojarse con el niño o la niña que “buscan problemas”. Entonces el niño en cuestión queda aún más solo, confirmando una vez más que ese espacio de abuso sea posiblemente lo mejor que ha logrado conseguir, y por lo tanto se acomoda como puede. Como “eso que le pasa” es imposible de traducir, la conciencia lo niega, lo relega a la sombra. Es decir, **no quedan recuerdos conscientes del abuso**, porque ese hecho **no es nombrado** por nadie. Por eso cuando ese niño se convierte en adulto, no solo no recuerda, sino que además no cuenta con palabras concretas para describir sensaciones que aparecen permanentemente sin forma y fuera de contexto.

Algo más que es importante saber: el abuso sexual forma parte de una dinámica que es más global. Es decir, encaja siempre en una **dinámica familiar** de abusos, dominación, desprecio, mentiras, secretos, venganzas y batallas históricas. Por lo tanto, sepamos que dentro de un panorama general, nuestro consultante no ha sido el único niño abusado en esa familia. Habitualmente todo aquel que es débil entra en el sistema de ser dominado. Por eso, es harto frecuente que si un niño ha sido abusado por su padrastro, por ejemplo, todos los hermanos hayan corrido la misma suerte. Esta suele ser toda una novedad para el consultante, ya que obviamente ha guardado como el mayor de los secretos “eso” que le ha acontecido y que recuerda vagamente. Lo mismo le ha sucedido a cada uno de sus hermanos o hermanas. Ninguno sabe nada sobre el otro. Por eso, en el transcurso de la organización de la biografía

humana, puede ser enormemente revelador “compartir” por primera vez con los hermanos lo que le ha sucedido y comprobar que algunos hermanos se desmoronan, otros intentan negar, otros encuentran finalmente alivio y complicidad. Lo que me parece importante expresar es que el terapeuta tiene que saber de antemano cómo es la lógica general en los sistemas de abuso, para “informar” al consultante algo que aún no sabe y abrir así el campo de observación para ayudar a una mejor comprensión del mapa global.

Hay algo más dentro de la dinámica del abuso, que es expresión fehaciente de la lógica de dominación: El **deseo del otro, no tiene lugar**. Esto también es algo “mamado” desde la primera infancia, tan “normal”, tan obvio que simplemente se actúa con total descaro. Después del padecimiento de que nadie nos haya escuchado durante largos años, devenimos grandes. Y ahora sí estamos en condiciones de proclamar que solo nuestro deseo será puesto en juego, perpetuando de este modo un sistema donde mi deseo prevalece sobre otro, y al que no le guste, que espere y crezca, que ya tendrá tiempo para dominar a alguien más débil cuando llegue su turno.

Las historias de abuso sexual se perpetúan a lo largo de toda la infancia. Personalmente, considero que es más devastadora **la poca atención** que los padres han puesto en el asunto, que el abuso en sí mismo. Y aunque parezca muy duro lo que quiero explicar, el abuso necesita indefectiblemente **el aval de la madre**. Sí, la madre abusada, humillada, sometida y desamparada históricamente, necesita salvarse a sí misma y para ello entrega a su hijo/a. **No hay abuso posible sobre un niño o niña sin el consentimiento de la madre**. Lamentablemente, los adultos recién podemos constatar esto cuando somos grandes y tenemos más fortaleza para tolerarlo.

## **Belén, en busca de su femenino interno**

Belén tiene 44 años y consulta porque ha pasado por muchos tratamientos de fertilidad sin resultados positivos. Esto ha generado

una grave crisis con su pareja, y pide ayuda al respecto. Alega que ella querría poder conversar mejor con su marido para que él la acompañara más dispuesto a los múltiples exámenes, análisis e intervenciones.

Es una mujer muy atractiva, de ojos verdes y muy bien vestida. Parece una muñeca, en parte porque es demasiado linda y en parte por su dureza corporal y su mirada gélida. Le explicamos de qué se trata el trabajo de organización de la biografía humana y accede sin problemas.

Ella proviene de una trama familiar de clase muy humilde del interior del país. Hay abuelos policías, violentos, machistas, familias muy numerosas, alcohólicos e historias típicas de pobreza y desarraigo emocional. El padre de Belén no fue a la escuela, trabajó desde los seis años. Se casa con la mamá de Belén –también de una extracción muy humilde– y tendrán ocho hijos. Belén es la quinta (hasta ese momento, todas mujeres; después de Belén nacen tres hermanos varones).

Preguntamos por recuerdos en relación con su mamá. Belén cuenta que “siempre estaba atenta a que comiéramos y estuviéramos limpios”. El padre era albañil, el nivel económico y cultural era muy bajo. Vivían en un barrio de obreros. Nos queda claro que el valor de estos padres estaba puesto en poder comer y estar limpios –lo cual ya era un avance muy importante con relación a sus propias infancias–, por lo tanto, nombramos que no había lugar para imaginar “algo más”, como, por ejemplo, el cariño, las palabras o la comprensión de los procesos internos.

El padre era temido. Cuando regresaba a casa después de trabajar, volaban los golpes para todos, sin discriminación. Si alguno de los hijos desobedecía o hacía algo incorrecto, todos los hermanos recibían los golpes. “¿Tu mamá hacía algo al respecto?”. “No, no podía”. Le pedimos que relate algunas escenas y, en verdad, son todas escalofrantes. Belén describe con lujo de detalles cómo el padre afilaba sus herramientas para azotarlos, cómo se esmeraba con las puntas de los hierros y cómo les dejaba las marcas sobre la piel. Lo narra sin gestos de conmoción ni angustia. La profesional le hace notar que la piel en la que se clavaban esas puntas era de ella. “Sí, todos recibíamos por igual”. Le mostramos

que se escuda en un “todos” indiferenciado, y que estamos tratando de individualizar a esa niña golpeada. No entiende. La profesional se muestra visiblemente conmovida... pero tampoco entiende. Le decimos que parece que le creció una piel de cocodrilo. Sigue sin entender qué es lo que le queremos transmitir.

Seguimos preguntando por las rutinas cotidianas durante su infancia: no fueron al jardín de infantes. No se relacionaban con vecinos ni con otros familiares. El padre los tenía encerrados en la casa. No había vacaciones ni salidas de ningún tipo.

¿Enfermedades? No recuerda. Ya tenemos un primer panorama desolador. Preguntamos por las relaciones con todos sus hermanos. Se recuerda jugando siempre sola con sus muñecas. ¿Muñecas? ¿No eran muy pobres? Sí, pero había un tío materno que siempre le llevaba muñecas a ella. “¿Solo a vos?”. “Sí”.

Muy bien. Si somos profesionales entrenados, **ya sabemos que el abuso sexual** estuvo presente. En primer lugar, por el nivel de violencia activa sumada al desamparo reinante. Y en segundo lugar, porque a partir de ese desamparo, va a buscar refugio en un hombre, que proviene del mismo circuito que toda su familia, y que obviamente se va a nutrir de esta niña. Por lo tanto, formularemos preguntas directas en ese sentido: “¿Este tío alguna vez te tocó, te hizo algo raro, mantuviste algún secreto con él, intercambiaron favores?”. A Belén se le transforma el rostro, pero no le cae una sola lágrima. Está perturbada pero intenta que no se note. “Esto nunca se lo conté a nadie”. Inmediatamente después de esta **habilitación** de la terapeuta, relata una serie de atrocidades. Abusos no solo por parte de este tío materno que le traía muñecas, sino también por parte del abuelo paterno. La escuchamos y también habilitamos que pueda haber una lista más extensa de hombres de su familia que se hayan otorgado el derecho de disponer libremente del cuerpo de Belén, y seguramente de sus hermanas y hermanos también.

Para sorpresa de la terapeuta, Belén no parecía estar conmovida. Estaba acostumbrada a vivir con su piel de cocodrilo a cuestas. De cualquier manera, explicamos a Belén, en términos generales, la dinámica del abuso y la entrega necesaria de la madre, a quien le corresponde la función de proteger y amparar a sus hijos. Más allá de que la realidad emocional de la madre de Belén haya sido mucho

más devastadora aún, en este espacio estamos tratando de vislumbrar a Belén-niña. Aclaremos brevemente cómo funciona la dinámica del olvido de la conciencia, lo que explica que difícilmente podamos abordar la dimensión de los abusos sufridos. Por lo tanto, tendremos que suponer que –sin saber detalles– ha sido una niña golpeada, humillada, abusada sexualmente y que ese ha sido el precio que tuvo que pagar para obtener migajas de amor. Belén parece comprender mentalmente, pero se mantiene alejada sentimentalmente.

De pronto irrumpe en esta entrevista su pareja, y lo hacemos pasar. Es más joven, tiene 35 años, pelo largo, viene en moto y vestido de cuero. A primera vista, parece alguien que no tiene nada que ver con Belén. Le preguntamos a ambos si quieren continuar juntos con la entrevista. Ambos aceptan. Ramiro supone que esta es una consulta más sobre la infertilidad de la pareja. Explicamos brevemente de qué estábamos hablando y aprovechamos para hacer un repaso de lo que habíamos visto en relación con la infancia de Belén: desamparo, abuso, abusos sexuales, olvido de la conciencia y piel de cocodrilo para sobrevivir. Ramiro parece no inmutarse, cosa que deja perpleja a la terapeuta. De todas maneras, decidimos continuar.

Belén a los 13 años decide dejar el colegio ya que aparentemente el padre le dijo que no la iba a mantener más. Ella decide trabajar porque quiere tener su dinero. “Empecé a trabajar y a disponer de mi propio dinero. En cambio mis hermanas mayores se quedaron teniendo hijos y no hicieron nada”. Se compara con sus hermanas, de quienes considera que han malgastado sus vidas y que son “un desastre”. Ella se concentró en el trabajo y se siente orgullosa de todos sus logros materiales. Desde muy joven empezó trabajando en productoras de televisión, hasta llegar a puestos de relativa importancia. Le respondemos que aún no sabemos si es discurso paterno, materno o propio, pero en su interior... tener hijos es “ser un desastre”. Luego retomaremos este concepto interno, cuando nos toque abordar su aparente infertilidad.

Tratamos de seguir una línea cronológica... y hasta llegar a la primera productora de televisión, pasó por trabajos mucho menos glamorosos, donde obviamente sufrió abusos sexuales por parte de

diferentes patrones. Pero esto formaba parte de su realidad, es decir, era “lo normal”. Varias de sus hermanas quedan embarazadas de sus novios entre los 16 y los 18 años. El padre le advierte a Belén que si ella llegara a quedar embarazada, le iba a “volar los sesos”. Le explicamos que más allá de que su padre efectivamente haya dicho esta frase y muchas más, Belén muy tempranamente decidió no convertirse en “un desastre que tiene hijos” y dedicarse a trabajar, ser autónoma e independiente.

A los 18 años ingresa a trabajar en la primera productora de televisión. Le preguntamos por novios en ese período, y responde segura de sí misma que no le interesaban y tenía mucho miedo de tener un novio y quedar embarazada. Claro, le respondemos, las que quedan embarazadas son las estúpidas de tus hermanas. Para finalizar el primer encuentro, hacemos un resumen de lo visto, dejamos en claro que Belén se refugia en su trabajo y su incipiente independencia económica. Ramiro parece aliviado de haber terminado con este trámite, y le proponemos que conversen si realmente ellos consideran que vale la pena que Ramiro regrese a este ámbito, porque no hay ninguna necesidad, si no es un deseo y un interés genuino de él.

En el siguiente encuentro –al que acude sola– retomamos brevemente su identidad puesta en el progreso económico y la polarización con relación a sus hermanas mujeres, quienes se embarazan, tiene hijos y desperdician sus vidas. Asiente y dice, con mucho orgullo, que ella logró comprar la casa donde viven en la actualidad sus padres, en un barrio de más nivel y sobre todo “seguro”, dando a entender que el barrio de la infancia era “inseguro”. Más allá de que esto sin duda sea verdad, le decimos que lo más peligroso estaba adentro de su casa, no en el vecindario, pero por ahora Belén no lo entiende. Debe ser su piel de cocodrilo que no le permite “sentir” este drama. Belén insiste en que sus hermanas tienen vidas horribles, algunas de ellas siguen pasando necesidades económicas, tienen maridos que las golpean y ellas pegan a sus hijos. A medida que Belén fue ascendiendo económicamente, fue aportando dinero a cada una de sus hermanos y hermanas. Muchos de ellos viven en la casa materna, algunos a pocos metros de allí. En definitiva, hay muchos sobrinos

dando vueltas en el mismo espacio, la violencia activa es moneda frecuente y todos gritan, se insultan, se pegan y se amenazan.

Tratamos de regresar a nuestra cronología: consigue finalmente un novio, un muchacho con quien va a convivir desde los 22 hasta los 42 años. Es decir, veinte años de su vida. Hasta ayer nomás, ya que Belén tiene 44 en la actualidad. Sergio era un amigo histórico del barrio, conocido por toda la familia. También fue un niño víctima de violencia activa en su hogar. Le preguntamos si Sergio ha sufrido abusos sexuales, y Belén no lo sabe. Sergio es un trabajador nato, es pintor y trabaja para la misma empresa constructora desde hace muchos años, es prácticamente la “mano derecha” del dueño de esa empresa. Haciendo muchas preguntas –ya que con relación a esta pareja tan importante, las respuestas de Belén se limitan a “sí” o “no”– logramos identificar que Belén y Sergio se unen en el sacrificio, en el valor puesto en el trabajo y en un profundo deseo de prosperidad económica sumado al proyecto de lograr tener una casa propia. Ambos trabajaban muchas horas por día con el objetivo de juntar plata para comprar primero un terreno y luego construir una casa. Con Sergio va a tener sus primeras relaciones sexuales consensuadas. No puede contar gran cosa sobre esas experiencias. Nosotros le decimos que posiblemente se sentían más hermanos que pareja, unidos en un proyecto en común. No aparece un deseo sexual importante, sino un apoyo mutuo para lograr un objetivo que era compartido. A los 28 años de Belén ya han juntado suficiente dinero para comprar el terreno que soñaban. Un año más tarde ya habían logrado construir parte de la casa, y comienzan a habitarla. Ambos siguen trabajando mucho. Tratamos de indagar qué otras instancias unían o proyectaban en esta pareja, pero no aparecen. El deseo de un hijo, tampoco. Solo el firme deseo del ascenso económico los mantiene unidos.

La cuestión es que a pesar de muchas y muy variadas preguntas sobre esos veinte años de matrimonio, no aparece nada que valga la pena destacar. Lo cual nos llama la atención, porque Belén es una mujer fuerte, decidida, emprendedora, valiente... aunque parece desarrollar todas esas cualidades en su ámbito laboral. Le decimos algo de todo esto: que ese matrimonio debe haber sido una gran compañía para lograr sus metas. Asiente. Describe a Sergio como

un hombre de hielo, que nunca le preguntaba a ella cómo estaba. Le preguntamos a Belén si ella sí le preguntaba a Sergio frecuentemente cómo estaba. No. Entonces tenemos a dos personas de hielo conviviendo. Se ríe nerviosamente y acepta esta idea. Insistiendo más, aparecen muchas peleas con Sergio durante los últimos años de matrimonio. Belén le reclamaba que ella trabajaba más, aportaba más dinero, no descansaba nunca, etc. Finalmente, logramos armar un esquema de esos años: el trabajo en la productora de televisión le abre a Belén no solo posibilidades económicas, sino también mucha circulación social. Y Sergio no la acompañaba en ese circuito. Era un hombre más bien tímido, de pocas palabras, rudo y seco. Belén empieza a tener bastantes amigos pero por fuera de su pareja. ¿Por qué termina este matrimonio? Porque lo conoce a Ramiro, que trabaja en publicidad. Con Ramiro empieza otra etapa. En primer lugar, la atracción sexual la descoloca. Con 42 años, tiene la sensación de querer atragantarse de vitalidad. Decide abandonar a Sergio. ¿Cuál fue la reacción de Sergio? La nada misma. “Me dijo que haga lo que yo considere bueno para mí”. Confirmamos que funcionaban como hermanos y que hacía mucho tiempo que habían cumplido con el propósito que los había mantenido unidos. Simplemente Belén se fue de la casa. Quedó pendiente resolver los asuntos económicos, ya que ambos eran propietarios de esa casa en común.

Ramiro proviene de la clase media. Más refinado. Se atraen mucho sexualmente. A los pocos meses se van a vivir juntos, alquilan un pequeño departamento. Ramiro es más inestable laboralmente, y no le importa. Tiene padres que lo respaldan cuando lo necesita. La novedad es que apenas empezaron a estar juntos, Belén se obsesionó con el deseo de tener un hijo. Como ya estaba al borde por su edad, empezaron a intentarlo casi inmediatamente. A los pocos meses, al no quedar embarazada, iniciaron las consultas médicas y rápidamente les propusieron diversas técnicas de fertilización asistida. Nos da la sensación de que todo se precipita, entonces decidimos dejar el abordaje de la actualidad para el próximo encuentro.

Al tercer encuentro, Belén se presenta ansiosa y verborágica, quiere hablar solo de su problema de fertilización, pero nosotros

tratamos de poner cada elemento en su sitio. No tenemos claro aún cuál es el juego que juega Ramiro en todo esto, más joven y aparentemente más ingenuo. Preguntando algunos detalles sobre su historia, nos enteramos de que cuando Ramiro y Belén se conocieron, Ramiro acababa de terminar una relación amorosa con una mujer con quien perdieron un bebé recién nacido.

Comprendemos entonces que con Belén, él también está ansioso por reparar esa pérdida. Ramiro le trae a Belén cierto “glamour”, cenas en restaurantes, paseos en moto, veraneos en Brasil y un ambiente de amigos de clases más acomodadas. Tienen muy buen sexo y están focalizados en lograr un embarazo. Ambos están dispuestos a embarcarse en los tratamientos de fertilización asistida que Ramiro sostiene económicamente.

Después de un año y varios intentos frustrados de tratamientos, se resquebraja la pareja. La disponibilidad de dinero merma, el entusiasmo también. Empiezan las peleas –tomemos en cuenta que la pelea es la moneda de cambio aprendida por Belén durante la infancia, por lo tanto debe ser su reacción automática ante las dificultades– y se vislumbra que los acuerdos eran endebles en la pareja: buen sexo y deseos de tener un hijo. El hijo no llega y el sexo se enfría. Le mostramos este panorama... que no es muy alentador para encarar las fertilizaciones asistidas, ya que habitualmente son muy difíciles de atravesar y requieren mucha madurez, compañía, comprensión y paciencia. Belén lo reconoce y “dice” estar triste, pero no manifiesta su pena ni se “desarma”, sino que, por el contrario, mantiene su apariencia de cristal. Nos parece oportuno volver a hacer un pequeño repaso sobre lo que hemos visto de su biografía humana: desamparo atroz y abusos durante su infancia, refugio en el trabajo, superficialidad en los vínculos y metas objetivas sin pasarlas por el tamiz de su naturaleza emocional. La obsesión por lograr un embarazo parece desconectada del resto de su realidad interna. Asiente, afirmando que es “tal cual”, que ella siente que si no trabaja, “se muere”. Asimismo, se reconoce en su “piel de cocodrilo”, que en cualquier circunstancia, ella reacciona subestimando lo que pasa. Continuamos mirando juntas el panorama que hay hasta ahora: con Ramiro, tiene la fantasía de salvarse para siempre formando parte de un rango social y

económico más alto. Y con un hijo en común, el cuento de la Princesa estaría completo. Por primera vez, a Belén se le transforma el rostro. “Sí, sí, es así –atina a responder–. No quiero más sufrir, quiero ser una princesa de un hombre que me cuide. Ramiro es mucho más joven que yo, si no tenemos un hijo, lo voy a perder”. Los ojos se le humedecen, pero seca rápidamente cualquier indicio de debilidad.

A partir de este punto, Belén cuenta con detalles los padecimientos a los que se sometió en el marco de las muchas fertilizaciones asistidas que ya ha realizado. Todos sabemos que pueden ser muy cruentas a nivel corporal, ya que hay que soportar importantes de-sequilibrios hormonales. Y para afrontarlos se requieren una clara convicción y cierta madurez emocional que compensen los desarreglos físicos permanentes. Entonces nos dedicamos los siguientes encuentros a abordar con profundidad el complejo tema de las fertilizaciones, que fueron dejando en evidencia que los acuerdos de pareja con Ramiro eran nulos, que ya ni siquiera mantenían relaciones sexuales, que el enojo de uno hacia otro era permanente y que la pelea era el último bastión de acercamiento que los unía. Un panorama complicado. Una vez más, volvemos a mirar el “cuadro completo”: su historia plagada de sufrimientos y su manera de defenderse. Ella de repente quiere un hijo porque sí, Ramiro quiere también un hijo para compensar la pérdida de otro, se juntan con ese objetivo. El objetivo falla. La pregunta es: ¿hacia dónde quieren ir, si es que quieren ir hacia algún lugar? ¿Por qué en lugar de obsesionarse con más y más tratamientos costosos a todo nivel, no detenemos esa carrera y pensamos qué es lo que cada uno quiere hacer con su vida? Al menos planteamos que sería razonable detenernos, pensar y volver a enfocar con algo más de claridad. Belén está de acuerdo. De este modo seguimos adentrándonos en este complejo tema hasta descubrir que Ramiro ya no estaba destinando más dinero para las fertilizaciones, y que las dos últimas Belén las estaba encarando sola, desde todo punto de vista.

Le mostramos esta realidad a Belén (con frecuencia, una situación que puede ser totalmente evidente para la profesional que asiste, puede quedar al mismo tiempo “velada” para el individuo que juega

la escena) y le decimos que ella tiene el derecho de someterse a todas las fertilizaciones que quiera, tener diez hijos, adoptar niños, en fin, es libre de hacer lo que se le dé la gana. Nuestra tarea es mostrar “lo que hay”, en un escenario lo más completo posible, para que el individuo sea capaz de tomar decisiones más conscientes, o al menos, menos “ciegas”. Es importante aclarar que nuestra tarea no emite juicios sobre absolutamente nada ni tiene posiciones tomadas sobre ningún aspecto de la vida humana. En este caso, que Belén se siga realizando fertilizaciones, con o sin el aval de su pareja, es asunto de ella. Nosotros nos abocamos seriamente a mostrar dinámicas vinculares globales, para que cada individuo se pueda mirar a sí mismo funcionando dentro de ese escenario. Eso es todo, ni más ni menos.

En la medida en que más claramente mostramos lo que pasa, Belén más se enfurece y repite que ella quiere tener un hijo con Ramiro. Le respondemos que ella insiste en creerse la Cenicienta según su fantasía, pero que hace rato la carroza se convirtió en zapallo. Belén se desploma. “Es verdad”. Y luego un largo silencio. “¿Entonces qué tengo que hacer?”, pregunta con desesperación. Nosotros no lo sabemos. Pero podemos mirar juntos el escenario. Es la primera vez que vemos a Belén desorbitada, con los ojos llorosos y a punto de explotar de rabia. La dejamos partir asegurándole que estamos para acompañarla en lo que ella decida, pero velando por la verdad, que nunca es más dolorosa que lo que tratamos de esconder.

Pasaron dos meses hasta que Belén regresó a la consulta. Nos adelantó que estaba más tranquila con Ramiro y que por el momento pararon todos los trámites para una nueva fertilización. Los valores hormonales no estaban bien, y el médico les recomendó esperar seis meses. Esto descomprimió un poco y ambos se sintieron aliviados. Cuenta que está preocupada por su mamá, porque tuvo un pico de presión y ella tuvo que hacerse cargo de internarla. Además a Belén le toca comprar la comida, llevársela a la madre y comprar la medicación, ya que en esta familia la única que tiene condiciones económicas es ella. Lo novedoso es que ella recordó su “mapa familiar” e hizo el esfuerzo de mirar a su padre, su madre, sus hermanos, cuñados y sobrinos y no le gustó lo que vio.

La misma dinámica de su infancia, el mismo descrédito entre unos y otros, y ella como único sostén económico de ese circuito. Lo llamó a Ramiro pidiéndole ayuda, pero Ramiro no acudió. Regresó a su casa después de haber pasado una jornada atosigada por los problemas de salud de su madre, pero Ramiro estaba ensimismado frente a su computadora, y ni siquiera le preguntó cómo estaba. Belén quiere empezar a quejarse de Ramiro pero no se lo permitimos: simplemente mostramos el mapa, el tipo de emparejamiento y los acuerdos tácitos. Hasta ahora, nunca vislumbramos que hubiera acuerdos de cobijo, cuidado o comunicación dentro de la pareja, por lo tanto, no hay lugar para la queja. Ella insiste en quejarse de Ramiro. Le explicamos con paciencia que no tiene sentido. Que si ha regresado a estas consultas, solo nos importa constatar si ha logrado pensar algo diferente, observar algo diferente... de lo contrario, podemos dejar pasar un tiempo hasta volver a encontrarnos.

Entonces relata que intentó mantener una conversación con Ramiro. Con medias palabras, le dijo que en algún lugar sentía rechazo hacia él, o al menos era atracción pero al mismo tiempo rechazo. Le respondemos que es entendible, sobre todo si tomamos en cuenta su coraza de hielo para no sentir. “Sí –continúa Belén–, nunca pensé que ‘eso’ me iba a afectar así. Por eso lo quise olvidar”.

—¿A qué te referis cuando decis “eso”?

—A lo que me pasó.

—¿A los abusos sexuales?

—Sí.

—¿No lo puedes decir?

—No.

—Entonces te lo voy a nombrar yo. Abuso sexual. Ese es el nombre.

Suspira. Alguna vez habló al pasar sobre esto con Ramiro, pero cree que él no pudo siquiera imaginar la dimensión de lo que le aconteció a Belén durante su niñez. Luego, pide tomarse un respiro y regresar un mes más tarde.

Efectivamente, un mes más tarde recibimos a Belén. Entra a la habitación ansiosa avisando que tiene mucho para ordenar en su

cabeza, pero tiene la certeza interior de que algo está empezando a ordenarse, y siente que eso es algo bueno: decidió reunirse con sus cuatro hermanas mujeres. Les contó que había iniciado un proceso terapéutico y que había algo que no podía seguir callando. Acto seguido les cuenta sobre los abusos sexuales sufridos durante su infancia. Pudo decirlo así, nombrando palabra por palabra. Poco a poco, cada una de las hermanas comienza a hablar. Obviamente, todas ellas pasaron por las mismas experiencias, algunas incluso algo más atroces, sobre todo la mayor. Ninguna de ellas lo había compartido nunca con nadie. Se escucharon atentamente, mientras cada una iba agregando detalles de su propia experiencia. El abuelo paterno fue protagonista en todos los casos. El padre, en algunos. El tío paterno se ensañó particularmente con la mayor, trayéndole incluso otro hombre más, vecino de la familia, durante interminables años. Esta hermana mayor fue quien contó más crudamente sus padecimientos. Belén lloraba mientras lo relataba. Por primera vez lloraba. No solo sus ojos lloraban, toda su alma lloraba.

Aparentemente conversaron durante horas, las cinco hermanas abrazadas. Uno de los maridos llegó a la casa, escuchó los llantos de todas estas mujeres y entró a abrazar a su mujer, sin saber aún qué era lo que estaba aconteciendo. Algunos sobrinos, sin comprender qué sucedía, llevaban agua fría y dulces. La hermana inmediatamente mayor que Belén contó también que durante años pidió ayuda a su mamá, y mamá la trató invariablemente de mentirosa. Era la confirmación de la entrega, necesaria en toda situación de abuso. Belén seguía llorando y la terapeuta acompañaba amorosamente este llanto verdadero, conectado y saludable.

Después de más de una hora de drenar el relato y el llanto, la terapeuta le dice que se siente increíblemente orgullosa de Belén. Había activado un movimiento que desbloqueaba energías antiguas y anquilosadas en toda su familia. Estaba abriendo la puerta de la sombra familiar y todos se iban a poder beneficiar. Efectivamente, entre ellas iban surgiendo más recuerdos; por ejemplo, a la hermana que intentaba pedir ayuda desesperadamente a la madre, la mandaron a una escuela diferencial porque las maestras le decían a la madre que no se concentraba y no iba a poder aprender. Recién

ahora Belén pudo asociar y decirle cariñosamente a esta hermana que ahora se daba cuenta de que esos supuestos problemas de aprendizaje eran producto del caos psíquico que estas niñas vivían. La terapeuta no podía creer que tan rápidamente Belén hubiera hecho un movimiento de tal magnitud, implicándose ella para luego permitir que sus cuatro hermanas se implicaran sin negar, ni esconderse, ni pelear, ni amenazar, ni tildar a nadie de loca. Cosa que podría haber sucedido, perfectamente.

Aprovechamos este acontecimiento tan revelador y valiente para explicar algo más de los mecanismos familiares violentos, las ventajas de tratar a alguien de demente o infradotado, y el propósito de dividir para reinar. Rápidamente Belén acotaba con anécdotas que confirmaban la entrega de la madre y el sistema de abuso generalizado. También Belén fue diciendo, ella sola, que sentía que ya era tiempo de “soltar” a su madre, dejar de cuidarla en todos los aspectos, amarla pero sin tener que hacerse cargo de ella. Y así, quizás podría llegar a recorrer un camino saludable para alguna vez convertirse ella en madre. Le sugerimos que intentara volver a encontrarse con sus hermanas periódicamente, que había mucho para compartir, sanar y superar.

En el siguiente encuentro, ahondamos sobre la posibilidad de generar reuniones con los hermanos varones para seguir aportando piezas al rompecabezas. Estaba en sus planes, pero quería otorgarse algo más de tiempo y reflexión. Todo esto le insumía mucha energía y terminaba sus días literalmente agotada. Belén vino con la decisión de despedirse de la terapeuta sabiendo que tenía mucho trabajo por delante, y que quería hacerlo a su ritmo. Por supuesto, la alentamos a usar este espacio cuándo y cómo quisiera. Pero antes de hacer un resumen de todo lo trabajado, contó que se reunió con un hermano varón, el que le sigue a ella en orden de edad, que es policía. Le contó con detalles no solo los abusos sufridos por ella, sino también lo que sabía de las experiencias de sus hermanas. Parece ser que al hermano se le desfiguró la cara, y gritando decía: “Yo soy policía y me la paso defendiendo a otras personas, y ¡no fui capaz de defenderlas a ustedes!”.

Inmediatamente después lo llamaron desde la Comisaría, el hermano se fue a cumplir con su trabajo y cuando llegó al lugar del hecho, se encontró con que se trataba de una niña que había sido violada. El hermano no pudo reaccionar, se desmayó primero, y cuando se recuperó, empezó a vomitar. Sus compañeros no entendían qué pasaba. Belén no había podido retomar esta conversación con el hermano, pero las puertas ya estaban abiertas.

La terapeuta la tocó suavemente a Belén, le explicó que este hermano también había sido salvajemente violado cuando niño, y que las palabras de Belén le trajeron a la conciencia muchos recuerdos relegados a la sombra. Eso fue lo que hizo intolerable para el hermano atender a la niña violada. Pero todo esto era bueno, era saludable, era verdadero. Y efectivamente recién ahora ella estaba focalizada en su vida, para confrontar con su realidad, y luego, hacer aquello que tuviera ganas. Belén estaba actuando en su familia como una “descubridora de velos”, y eso la beneficiaba tanto a ella como a todo aquel que quisiera conocerse más.

Así llegó la hora de la despedida. Fue con lágrimas, abrazos y emoción. Al fin, sí, con mucha emoción. Esas lágrimas eran el resultado de la intensidad y el compromiso con este trabajo, recordando tiernamente a la mujer de hielo que se había presentado la primera vez.

## 8 Las palabras que sanan

- Lo que el discurso materno no dice
- Las biografías humanas realizadas a través de Internet
- Joan y su falta de palabras
- La función de las palabras que describen realidades internas
- Guadalupe y su hija adolescente

### Lo que el discurso materno no dice

Lamentablemente, todo **aquello que no ha sido dicho**, la conciencia no lo registra. Por supuesto, podemos vivir sin recordar y sin saber prácticamente nada sobre nosotros mismos, nuestras infancias o nuestros deseos. De hecho, casi todos vivimos así y el mundo no se detiene. Ese es el mayor obstáculo cuando pretendemos organizar una biografía humana. Porque se supone que esta es una modalidad basada en conversaciones. Al principio, el terapeuta pregunta y el consultante responde. Pero si aquello que responde es “no sé”, “no recuerdo” o peor aún, responde algo totalmente inverosímil, ¿qué hacemos? He aquí la mayor dificultad. De todas maneras, lo más importante es reconocer que hay una

cantidad importante de sucesos que no han sido nombrados por la madre –o por quien detentó el discurso oficial de esa familia– y que hay mucho material relegado a la sombra. Ese es un buen primer paso.

A partir de allí, el terapeuta precisa desplegar una gran creatividad. Porque tenemos que **inventar palabras** a sucesos o vivencias internas que podemos imaginar, pero que iremos tanteando como si estuviéramos en una habitación oscura: con delicadeza y lentitud; hasta “tocar” algún sitio que nos ofrezca una nueva pista. Tal vez lo más importante sea aceptar que aquello que el consultante dice **no nos interesa**. Suena antipático, ¿verdad? Pero si está teñido de algún discurso ajeno, desvía nuestra búsqueda. Es probable que la madre de nuestro consultante haya dicho muchísimas cosas. Pero a nosotros nos importa solo aquello que **no ha dicho**. Está claro que si no lo ha dicho, es muy difícil saberlo. Pues bien, ese es el desafío.

Lamentablemente no tengo una lista de preguntas pertinentes para ofrecerles, de modo que ustedes las puedan utilizar frente a un consultante que repite un montón de historias poco creíbles. Tendrán que inventarlas *in situ*. Lo más importante es saber que el individuo no puede nombrar hoy aquello que nunca fue nombrado cuando niño. Y que esas palabras que nosotros –en nuestro rol de terapeutas– diremos, tendrán un significado trascendental.

## **Las biografías humanas realizadas a través de Internet**

Creo que esta es una buena noticia para mis lectores. Admito que durante unos años me negué sistemáticamente a probar cómo funcionaría el acercamiento íntimo entre un terapeuta y un consultante con la mediación de una computadora y una cámara. Finalmente, para responder al pedido entusiasta de personas interesadas –especialmente en España– decidí hacer la prueba. Me encontré al principio con la negativa de mi propio equipo. Pero alguien en algún momento dijo: “Yo pruebo”. Probó. Funcionó. Y

resultó fácil. El programa Skype parecía estar hecho a nuestra medida. Una vez encarado el trabajo, a los pocos minutos nadie se da cuenta de que nos separan 10.000 km o la distancia que fuere. Entonces otros terapeutas empezaron a animarse a hacer la prueba. Y los resultados son perfectos. La intimidad no tiene que ver con poder tocarse físicamente, sino con la capacidad de abrir el corazón y llegar intelectual y afectivamente al otro. Este “darnos cuenta” de que el trabajo de construcción de la biografía humana podía atravesar fronteras, nos otorgó entusiasmo y nuevas experiencias. Hoy atendemos personas que viven en todos los rincones del mundo (hispanoparlantes, por el momento) y para nosotros significa también un aprendizaje inabarcable sobre otras culturas, pensamientos y modos de vida. No sé qué otras fronteras podremos traspasar en el futuro cercano. Quizás cuando este libro esté en sus manos ya habremos instaurado muchos otros modos de indagación, que nos faciliten aún más el acercamiento entre unos y otros.

## **Joan y su falta de palabras**

Joan es español. A decir verdad, es catalán. Su trabajo de construcción de biografía humana se realizó vía Skype, por Internet. Tiene 34 años, una novia y no tienen hijos. Me escuchó en una conferencia que ofrecí en Barcelona. Está interesado en saber más sobre sí mismo. Su mayor preocupación es que se siente inseguro, es muy tranquilo, y si no lo empujan, no hace las cosas. Le explicamos brevemente cómo encaramos el trabajo y damos inicio.

Sus padres son originarios de Castilla, pero emigraron a Cataluña. Primero nace Joan y después de tres años, nacen mellizos: Manel y Antonio. No recuerda nada de su infancia. Nada de nada. Por lo tanto, la terapeuta se dedica a hacer preguntas cada vez más acotadas y concretas, pero aún así, logran poquísimos relatos infantiles. De mamá no recuerda nada. Salvo que siempre trabajó. No recuerda que mamá estuviese en casa cuando él despertaba. Papá preparaba el desayuno y los llevaba a la escuela. Tratando de sacarle alguna información, la terapeuta nota que Joan responde todo en plural, y se lo hace notar. Esto le causa impacto y dice que

efectivamente, siempre estaban los tres hermanos juntos. Nadie los miraba como individuos separados. Funcionaban como un bloque. Esta mínima observación lo deja tan impactado que no puede volver a decir nada más por un rato largo. Parece que los tres niños eran muy responsables, por lo tanto nadie tenía que hacerse cargo de ayudarlos con la tarea de la escuela, por ejemplo. En cambio, parece que mamá era muy desorganizada. A pesar de que la terapeuta inventa más y más preguntas o situaciones, las respuestas de Joan se limitan a “puede ser”, “tal vez”, “sí” o “no lo sé”. Le hacemos notar que tanta falta de palabras llama la atención y que posiblemente así haya transcurrido toda su niñez.

Aparentemente no pasaron penurias económicas. Había incluso una herencia familiar que administraban. Parece que mamá tenía carácter fuerte. Papá cocinaba. Pero no pudimos saber mucho más que eso. Preguntamos por relaciones afectivas de sus padres, y nos enteramos de que no tenían vida social. La madre era fría, no había espacio para los sentimientos. Preguntamos por peleas entre sus padres, pero no recuerda, solo dice que él era bueno, callado y que no discutía. Joan, de hecho, no puede expresarse, tiene un rostro pálido y muy poco expresivo. Al ver que no tenemos mucha información, la terapeuta le dibuja un pequeño “Mapa” con tres niños indiferenciados, madre y padre, no sabemos aún. No hay palabras.

Joan dice entonces que recuerda estar a gusto en la casa. Sin embargo, le mostramos que su opción era estar quieto, “sin causar problemas”. Le mostramos que debe haber reprimido muchos impulsos primarios con el propósito de responder a sus padres, y que esas limitaciones que se autoimpuso probablemente lo hayan dejado débil, sin iniciativa y necesitando que lo empujen; tal como describió al inicio de la consulta. Se asombra muchísimo, como si fuera la primera vez que relaciona dos hechos entre sí. Le decimos que tendremos que trabajar para averiguar quién es él en verdad, y abordar qué es lo que lo dejó tan desvitalizado. Probablemente no solo a él, sino también a sus dos hermanos varones.

Seguimos preguntando por el vínculo entre los padres. No solo no había peleas, sino que no había nada de nada. Nombramos “escasez” a todo nivel. Y le mostramos que es muy complejo lograr que Joan diga alguna palabra. Fue un adolescente tranquilo, claro.

No tuvo novias y eso fue un gran problema para él. No se sentía capaz de enfrentarse a una chica. Por supuesto, en casa nunca pudo hablar de ese tema. A los hermanos les pasaba lo mismo. Le nombramos algo de represión sexual. Se asombra, dice que no comprende. Le explicamos. Se asombra más. Le repetimos que el mayor problema es la falta histórica de palabras. No hay nada que haya sido nombrado en ese hogar. A los 18 años va a Inglaterra a estudiar inglés por cuatro meses. No puede relatar nada especial sobre ese viaje. Preguntamos por la relación con sus dos hermanos mellizos. Ustedes ya imaginan que la respuesta es: “Todo bien”. Durante la adolescencia tampoco recuerda peleas con sus padres.

Es tan poco lo que logramos que Joan diga, que intentamos traer las voces de los demás: amigos de la escuela secundaria, por ejemplo. “¿Qué decían de vos?”. Que era impuntual. Y que nunca se involucraba en nada.

–¿Y qué te pasaba a vos con eso que decían tus amigos?

–Nada.

–¿Nada? ¿Tus amigos padecían tu impuntualidad, tu falta de compromiso y a vos no te importaba nada lo que generabas en ellos? Allí hay un solo deseo... el tuyo. El otro no existe. Como vos no existías dentro del deseo de tu madre.

Joan lo entendió perfectamente. Continuamos el trabajo siguiendo la cronología, pero ya tomando en cuenta que aprende a vivir en su propia burbuja sin mirarse a sí mismo pero tampoco sin mirar a nadie más. Ingresa a la universidad en Barcelona. Veía cómo sus compañeros hablaban horas por teléfono con sus padres, él en cambio casi no los llamaba, y si lo hacía, no tenía nada para decirles, hablaba dos o tres minutos. Tan poca vitalidad nos llama la atención. No encontramos por dónde “entrar” en su mundo emocional. Joan la pasó bien, pero no tenía novias. No se sentía guapo, no era capaz de entablar una conversación. Tenía muy poca experiencia, muy poco “mundo”. Le preguntamos si pensó en ese momento en “hacer algo”. No, se quedó así.

Finalmente antes de terminar su carrera pide un traslado para Venezuela. Allí conoce a su actual novia y única mujer en su vida. Patricia es una venezolana simpática, encantadora y de carácter fuerte. No logra decirnos qué es lo que Patricia vio en él. Se inicia

sexualmente con ella, y va adquiriendo cierta confianza en sí mismo. Viviendo en Venezuela, Joan se “suelta” un poco más. Se siente libre, independiente, seguro. Le propone casamiento a Patricia. Ella acepta y deciden regresar juntos a España. Patricia ni había terminado su carrera, pero le aseguran que podría concluirla en España. Decidimos dejar el primer encuentro haciendo un resumen de todo lo visto.

Durante el siguiente “encuentro” virtual, le preguntamos si pensó en lo conversado la vez anterior. Sí, le impactó observar su incapacidad para relacionarse. Pregunta cómo continúa este “trabajo”, porque no le gusta lo que está viendo. Explicamos pacientemente que esto es un proceso que requiere tiempo, hacer conscientes nuestros mecanismos, observarlos, comprenderlos para luego tomar las decisiones que queramos. Le recordamos lo visto, con una madre con poquísimos recursos emocionales y sin palabras, hay escasez afectiva por todos lados y mucha soledad. Joan se sobreadapta y que ese parece ser el pulso de su vida. Busca aprobación externa desde una valoración muy pobre de sí mismo. Acuerda. Dice que siempre sintió que su vida pasaba frente a sus narices, y él solo observaba. Agregamos que él permaneció pasivo. Le decimos que llegó la hora de revisar los beneficios ocultos de este personaje: este comentario desata ideas reveladoras para Joan. Empieza a hablar con entusiasmo, ¡al fin!, reconociendo que usualmente echaba la culpa afuera, no se hacía cargo de lo que le pasaba... siempre alguien o algo era el culpable. “¡Necesito cambiar!”, dice sin que lo incitemos. (“¡Al fin! –murmura su terapeuta—... lo hemos despertado”).

Entonces recuerda palabras de su propia madre, “que no quiso ser absorbente como su propia madre” (abuela de Joan). ¡Finalmente un recuerdo de algo pronunciado por su madre! Lo festejamos, de verdad. También agrega que su madre decía que Joan era “igual a ella”. Esto nos hace pensar (y lo compartimos con Joan) que quizás Joan haya quedado atrapado por esta madre, sosteniendo una mirada hacia ella. Esta madre no hablaba pero Joan solo la miraba a ella, a su silencio, a su tristeza o a su ira. Hacemos hincapié en el desamparo del que proviene, en cómo queda suspendido en el aire sin ser registrado, sin palabras y sin

registro personal de qué es lo que quiere, puede o precisa. Nadie le pregunta, nadie lo nombra, por lo tanto no existe necesidad o deseo alguno. Joan dice que se sorprende de escuchar esto. Le respondemos que no estamos inventando nada, que solo estamos poniendo palabras a lo que ha sucedido. Luego reflexiona: “¿Será que fiel a mi personaje voy a usar esto que me dices para depositar la culpa en mi madre?”. Festejamos este “*insight*”. Al menos empieza a darse cuenta de su automático: su pasividad le otorga el derecho de no ser responsable de sí mismo. A medida que lo haga consciente, él decidirá si desea permanecer en ese pulso. Seguimos en cronología.

A Patricia no le va bien en España, no le reconocen sus estudios, tiene que volver a cursar materias que ya había aprobado en Venezuela, en fin, ella es activa y no se detiene ante los obstáculos. Los padres de Joan no la acogieron amablemente. Le preguntamos si él hizo algo a favor de Patricia. No. Volvemos a mostrar cómo él trae a su país a su mujer y no logra siquiera defenderla de la agresividad de sus padres. Realmente, tiene escasísimos recursos emocionales y, hasta ahora, se ha acomodado a esa realidad. Empieza a vislumbrar a su madre como controladora, a su padre como rígido y xenófobo... y se ve a sí mismo sometido, anulado y desvitalizado. Aparentemente. Patricia le había mostrado en muchas ocasiones la actitud de sus padres, pero Joan ni siquiera podía admitirlo. Nos llama la atención y se lo decimos. Finalmente se larga a llorar. Es fuerte sostener el llanto de un hombre en los encuentros terapéuticos, pero en este caso, se trata de una liberación, porque es el derrumbe evidente de un niño contenido, aferrado al silencio de mamá, defensor a rajatabla del control materno y muerto de miedo. Confiesa que recién ahora acepta aquello que le mostraba Patricia.

Entonces nos dice que Patricia decidió regresar a su país de origen. Él no discutió, ni reaccionó, ni le pidió que se quedara, ni le ofreció nada. Le decimos que sigue fiel a su personaje. Patricia desea, pero él no desea nada. Joan reacciona y nos dice que acaba de decidirlo, tomará un avión e irá a encontrarse con ella. Muy bien, lo que sea, pero que se active, que sea responsable, que tome su vida en sus manos y que decida por sí mismo. Lo despedimos. Nos

mandó un *e-mail* dos días más tarde para avisar que estaba viajando a Venezuela, que se sentía feliz por la decisión, que no sabía si Patricia iba a querer reanudar la relación con él, pero que estaba dispuesto a ver qué le deparaba el futuro. Le respondimos que tratara de relatarle lo poco que había comprendido de sí mismo en estos dos encuentros terapéuticos. Y que estando en Venezuela, podía volver a comunicarse con nosotros, porque el mundo globalizado tiene eso: donde haya una computadora y conexión a Internet, podemos acompañar. Recibimos a un muchacho que llegó sin palabras, sin expresión, sin registro, pasivo y sometido. Y ahora despedimos a un joven que tiene algunas cosas para decir.

## **La función de las palabras que describen realidades internas**

No quisiera ser reiterativa, pero uno de los aspectos más complejos para “aprender” a construir biografías humanas es la capacidad de “inventar” palabras que nombren todo aquello que no ha sido nombrado por quien detentaba el discurso oficial. Palabras que describan realidades internas pasadas, contradictorias, infantiles, negadas o sublimadas. Por eso, es tan importante –desde mi punto de vista– **nombrar**. Nombrar todo lo que no ha sido nombrado. La palabra justa y pertinente, da un sentido exacto a la maraña de sensaciones ambivalentes que no pueden existir porque están desorganizadas y sobre todo, porque contradicen el lugar de identidad que nos da refugio. Por ejemplo, si somos reprimidos en relación con la sexualidad, no seremos capaces de nombrar la excitación feroz que se apodera de nosotros descontroladamente con relación a alguien que nos vuelve locos –literalmente– y que enciende los rincones inexplorados de nuestra piel. No hay palabras en nuestro léxico emocional para explicar tal cosa. Sin embargo, si alguien las nombrara, podríamos identificarlas.

Con relación a una realidad tan frecuente como el desamparo emocional durante la infancia, es obvio que nadie ha nombrado tal cosa. Con seguridad no lo nombró nuestra madre, ni nuestro padre,

ni ningún adulto allegado. El desamparo emocional, el maltrato, el abandono, el abuso en todas sus formas, la soledad durante la niñez, la sensación de injusticia, el miedo, las fobias, y todas las evidencias de falta de amor, solidaridad y cobijo, serán las palabras que más utilizaremos en el armado de prácticamente todas las biografías humanas. A veces nos puede resultar reiterativo. Claro que en cada historia, el abuso y el maltrato se presentan bajo modos distintos. Pero nos competen a los profesionales registrarlos, ubicarlos en el escenario y nombrarlos.

Una vez que el consultante escucha palabras a las que nunca antes le había dado un significado trascendental, sabrá rápidamente si se corresponden con su realidad interna o no. Es algo automático. Porque no importa si ha relegado a la sombra la totalidad de sus experiencias. **La sombra no es un lugar donde desaparecen las vivencias.** Simplemente es un refugio donde pueden permanecer aguardando detrás del telón, hasta que se las invita a participar de la fiesta. Todo trabajo de indagación personal da la “clave”, la “señal” o “toca” de algún modo la campana para que esa instancia aparezca de manera más visible.

Desde mi punto de vista, es importantísimo no solo nombrar aquello que vamos percibiendo –que espera ser nombrado–, sino que además es imprescindible ser especialmente cauteloso. **No se trata de interpretar.** No, no estamos interpretando algo que el consultante no sabe. Ni estamos sacando de la galera teorías grandilocuentes. Estamos solo poniendo palabras a algo que el consultante dice sin saber que lo está diciendo. Por ejemplo, si un consultante recuerda con lujo de detalles todo lo que le preocupaba a mamá, nosotros pondremos palabras a ese “mirarse a sí misma de mamá” y a esa “no mirada de mamá hacia el niño que nuestro consultante fue”. No estamos interpretando nada. Estamos nombrando con palabras nuevas algo que el individuo ya dice, amparado en su discurso del “yo engañado”.

Personalmente, las interpretaciones de las que los terapeutas nos valemos para desconcertar al consultante, me ponen muy nerviosa. Porque generalmente están basadas en nuestras opiniones, juicios, estudios puntillosos sobre otros autores, pensamientos y moral, que pueden ser extraordinarios para nuestro propio devenir, pero que no

tienen nada que ver con el territorio del consultante. No creo que un terapeuta sepa nada, absolutamente nada, que el consultante no sepa. Nuestra función es similar a la de un director de orquesta que trata de escuchar la totalidad de instrumentos, intentando encontrar la mejor melodía del conjunto. Pero no sabemos más que el pianista ni que el violinista. Ni tenemos opiniones sobre lo que cada músico debería hacer. Solo trabajamos para ofrecer a cada individuo una **visión de su propia totalidad.**

## **Guadalupe y su hija adolescente**

Guadalupe es empleada pública, tiene 40 años y una hija de 14, que se llama Malena. Está separada del padre de su hija y convive con otro hombre con quien no ha tenido hijos. Vive en la parte de atrás de una casa donde también residen su madre y su hermano. Pide la consulta porque ya no sabe qué hacer con Malena, que está siempre de mal humor y además no acepta a su pareja actual. Más allá de la tentación de decirle que es “normal” que una adolescente se muestre de mal humor con su madre, le explicamos brevemente de qué se trata el trabajo de construcción de biografía humana, acepta y damos inicio.

Sus padres provienen ambos de familias numerosas, mucha rigidez y autoritarismo. La madre ha sido ama de casa toda su vida, quejosa y víctima. Tienen dos hijos: la mayor es Guadalupe y el menor es Ernesto. La madre polariza completamente a estos dos hijos: Ernesto es malhumorado, obeso, no le gusta trabajar, aún hoy vive con la madre. Guadalupe, en cambio, siempre hizo lo correcto, buena, trabajadora y no trajo problemas. Tuvo una infancia sin sobresaltos, en un pueblo chico, jugando en la calle, tratando de no generar problemas a su madre. Preguntando más detalladamente, logramos saber que la madre no solo era quejosa, sino que tuvo muchos intentos de suicidio. ¿Sobre quién cayó la responsabilidad de cuidarla? Sobre Guadalupe, claro. Ponemos palabras a lo que debe haber sido para una niña creerse responsable del deseo de vivir de su madre... Entonces Guadalupe empieza a reconocer y recordar algo ligado a lo caótico durante su infancia. Ya no estamos

hablando de una niñez “normal” ni feliz. Sino de algo más cercano a lo que fue su realidad interior. Preguntamos por el padre, pero no aparece en escena. Hasta ahora nombramos a una niña que hace todo correcto para que su madre no tenga una preocupación más. Que además sostiene a esta madre creyendo que depende de ella que su madre no se haga daño a sí misma. Guadalupe llora mucho al escuchar decir estas palabras. Quiero recalcar que nombrar, nombrar y nombrar con nuevas palabras, siempre es un pivote importante de la construcción de la biografía humana. Le dibujamos un pequeño mapa, con Guadalupe pequeña, mirando a su mamá. Y le hacemos notar que no aparece nadie mirando a Guadalupe. Guadalupe se queda pensativa un rato, y acota que sus cumpleaños nunca eran festejados, porque siempre sucedía algún imprevisto con mamá. Esto confirma el mapa. Pero básicamente, vamos confirmando que esto que la terapeuta nombra realmente encaja en la vivencia interna de Guadalupe.

Seguimos con cronología. Termina el colegio secundario, hay unos cuantos episodios más con mamá, más o menos parecidos. Luego decide estudiar enfermería, pero ejerce esporádicamente. A los 22 años consigue trabajo como recepcionista en una empresa importante. Allí tiene su primera relación con un hombre casado, pero no puede relatar nada significativo. Termina esta relación, y a los 26 años conoce a Esteban y se deslumbra. Dice que Esteban tenía mucha personalidad, era seguro de sí mismo y estaba bien parado en la vida; en contraste con ella, que se sentía ingenua, insegura y complaciente. A los pocos meses él le pide casamiento, ella acepta, él organiza la fiesta y decide a quién invitar y a quién no (dejando a muchas de sus amigas afuera), decide dónde van a vivir, decide el destino de la luna de miel. ¡Decide todo! Guadalupe lo relata con brillo en los ojos, diciendo que era como un sueño.

—Pero no existías en esa relación.

—Es verdad. Pero en ese momento lo único que yo deseaba era complacerlo.

—Como a tu mamá.

—No entiendo.

Al regresar de la luna de miel, Esteban pierde su trabajo. Se deprime, se pone de mal humor, y Guadalupe solo intenta aliviarlo.

Le mostramos el mapa, y allí donde estaba escrito “mamá”, lo reemplazamos por “Esteban”. No lo puede creer. Nos da la sensación de que empieza a entender lo que estamos mostrando. Hasta ahora tenemos a una joven que busca amor a través de la complacencia. Esteban quiere un hijo. Ella no. Obviamente, queda embarazada inmediatamente. Según relata, transita un “embarazo hermoso”. El lector ya sabe, a esta altura, que tendremos que investigar esta aseveración, porque no creemos nada, en principio, hasta tanto lo confirmemos. Llega la fecha de parto, la beba viene de nalgas, inducen el parto, no hay avance, va a cesárea.

Le reiteramos lo que hemos visto hasta ahora: ella parece estar en el lugar de quien nutre o alimenta el deseo de otro, pero no aparece con un deseo diferenciado. Le proponemos, durante el próximo encuentro, abordar el nacimiento de Malena a partir de este esbozo de mapa. Antes de despedirla, pregunta:

—Sería bueno que mi mamá venga a hacer su biografía humana ¿verdad?

—¿Tu mamá? ¿Qué edad tiene?

—Ochenta, pero, pobre, le han pasado tantas cosas en la vida...

—(Mostrando mapa) Por favor, Guadalupe, dejemos de mirar a tu mamá por unos instantes y focalicemos en vos y en Malena, que es tu hija.

Fue un shock. Luego se repuso e hizo unas bromas sobre sí misma, consciente de lo que acababa de suceder.

Al siguiente encuentro llegó una hora más tarde, entonces hubo poco tiempo para avanzar en el trabajo. Se distrajo cuando viajaba en tren y “se pasó” de la estación. Muy bien, es su tiempo, su dinero y su disponibilidad. Fue un encuentro forzado, ya que Guadalupe casi no podía emitir palabra. Intentamos detectar el beneficio oculto del personaje que complace, pero que al mismo tiempo no se hace cargo de nada. No desea, por lo tanto, no asume ninguna responsabilidad. Se refugia en un lugar infantil, es la que no sabe, no anhela, no decide, por lo tanto, delega la madurez y las dificultades en alguien que resuelva. Al poner palabras a estas primeras sospechas, a Guadalupe “se le ponía la mente en blanco” y se dificultaba el trabajo en conjunto. Entonces decidimos ir lentamente, evocando las épocas en que Malena era una beba.

Guadalupe no recuerda casi nada: si lloraba, si dormía mucho o poco, no recuerda las visitas al pediatra. Solo recuerda vagamente que Esteban la infantilizaba y le mostraba todo lo que ella era incapaz de hacer. La sexualidad –reconoce– había sido muy pobre y se empobreció aún más desde el nacimiento de Malena. Más o menos en ese momento ella sospechó que su marido tenía una relación con otra mujer. Efectivamente, años más tarde Esteban legalizó esa relación con quien luego tuvo dos hijos más. Le preguntamos si en ese momento encaró a Esteban, si habló del asunto. No. Volvemos a confirmar **el personaje de quien no sabe ni se entera.**

A pesar de haber formulado muchas preguntas respecto a su maternidad con una beba pequeña, Guadalupe casi no tiene registro de nada. Vuelve a trabajar a los tres meses de su hija y deja a la niña al cuidado de su madre, quien le dice cotidianamente que ella no sirve para nada, que es mala madre y que Esteban la va a dejar. Es decir, la madre y Esteban la infantilizan, y Guadalupe se acomoda en ese rol. Entrega su hija a su propia madre, quien tampoco puede hacerse cargo. Al año de la beba, Esteban se va del hogar conyugal y Guadalupe se va a vivir a casa de su madre. Esteban formaliza rápidamente su pareja con su actual mujer, y la lleva a Malena varios días por semana a vivir con ellos. Guadalupe no cuestiona nada. Guadalupe comienza a llorar diciendo que Esteban le fue arrebatando a la niña. Le mostramos que en verdad ella la fue entregando. Ese mismo año conoce a Charly, su pareja actual. Tratamos de mostrar un panorama realista: ella poniendo su libido en un hombre a quien acababa de conocer, una niña de un año de quien no tiene registro, un ex marido con una mujer que se hacen cargo de la niña varias veces a la semana y que la amenazan con sacarle a la niña por completo. Posiblemente esa pareja se hacía cargo más maduramente de Malena que Guadalupe.

La cuestión es que a medida que pasan los años, Guadalupe trabaja cada día más, y Malena pasa más tiempo en casa de su padre. De hecho, de lunes a viernes está en casa del padre y los fines de semana con Guadalupe. Indagamos sobre qué sucedía con Malena en todo ese tiempo, si iba a un jardín de infantes, cómo empezó la escuela primaria y, llamativamente, Guadalupe sabe muy

poco. La terapeuta le dice, claramente, que esa ingenuidad esconde un nivel de violencia invisible muy alto. Cuando alguien está al lado de un individuo que nunca se entera de nada, la impotencia y la ira crecerán sin límites. En ese momento le suena el celular. La terapeuta le hace un gesto, invitándola a que responda si lo desea. Se escucha el llanto desbordado de Malena explicándole que el padre no le da permiso para ir a una fiesta, que en esa casa todos están peleados con todos, que quiere volver a casa de la madre. Guadalupe escucha sin emitir sonido, incapaz de ofrecerle una palabra de aliento, una idea o una propuesta. La terapeuta le sugiere que acuda inmediatamente al sitio donde se encuentra su hija. Al cortar la comunicación, Guadalupe dice que a Malena le faltan límites. Y que entonces ella no sabe qué más hacer.

A esta altura, el nivel de infantilismo, incapacidad y falta de recursos internos de esta mujer de 40 años es abrumador. Se lo decimos, y le decimos que nuestro trabajo se va a centrar en apoyarla para que madure interiormente. Es su decisión. Le decimos claramente que mientras ella hizo su vida, formó otra pareja, estudió, se divirtió y trabajó, hubo una niña que durante catorce años vivió un calvario. Sola. Con un padre maltratador visible. Y una madre entregadora.

Durante el siguiente encuentro, Guadalupe da muestras de sus primeros registros de la entrega de su hija. Cuenta algunas anécdotas que muestran cómo Malena cuida a su madre, invirtiendo los roles. Tendremos que trabajar para que Malena vuelva a ocupar su lugar de hija que merece ser cuidada. Vamos recorriendo –con tropiezos y mucha falta de recuerdos– la realidad de Malena mientras fue niña. Le formulamos preguntas muy concretas, muchas, variadas, respecto a todos los ámbitos de la vida de una adolescente. Pero Guadalupe no sabe prácticamente nada sobre la vida de su hija. Se lo hacemos notar. Le proponemos que genere algún encuentro a solas con su hija Malena y que trate de escuchar algún pedido. Le preguntamos si se siente capaz. Cree que sí. La despedimos.

Al siguiente encuentro, viene preocupada porque su pareja, Ricky, se lleva muy mal con Malena y ella “no sabe qué hacer”. Sospechamos que es Guadalupe quien –mirando siempre para otro

lado— es la generadora de las peleas y discusiones. Resulta que a Malena le regalaron un cachorrito, y le preguntó a su madre si lo podía traer a su casa. Guadalupe aceptó, sin siquiera consultarlo con Ricky. La cuestión es que Ricky detesta los perros. Entonces rápidamente se instala el conflicto aparentemente a causa del perro. Preguntamos más exhaustivamente sobre el rol de Ricky dentro de esa casa y aparece bastante desdibujado. Guadalupe sabe perfectamente que su marido no tolera a los perros. Sin embargo, no se le ocurrió preguntarle qué pensaba él sobre traer un animal al hogar que comparten. Huelgan los comentarios. Le mostramos cómo, en este aparente “no enterarse” de Guadalupe, es ella quien instala un conflicto entre su hija y su marido, y luego se “lava las manos”, diciendo que no sabe qué hacer. La coloca a Malena en el lugar de la adolescente terrible y a su propio marido en un lugar de niño inhabilitado sin voz ni voto dentro de la familia. Lo nombramos claramente, para poner palabras al funcionamiento, que opera, pero que nadie registra.

Luego siguió con más quejas: que Malena está gorda, que no para de comer, que no quiere ir a la casa del padre, que no hace caso. Le decimos que no estamos dispuestos a escucharla. Malena es una niña de 14 años madura, pidiendo mirada, respeto y apoyo. Y todo lo que obtiene es una madre que mira para otro lado. Entonces Guadalupe llora mucho, la abrazamos, le decimos que este trabajo es muy duro, pero que tenemos la obligación de nombrar la realidad tal cual es. Que hay una niña sufriendo una enorme soledad y que no hay tiempo que perder. Le decimos que, en verdad, ya hemos respondido a su motivo de consulta: ella quería averiguar por qué Malena estaba siempre enojada. Ya lo sabemos. Podemos dejar aquí el trabajo o continuar. Guadalupe muy emocionada dice que se da cuenta de que no quiere entregar más a su hija, que quiere recuperarla.

Preguntando más específicamente sobre la vida cotidiana de Malena, nos enteramos de que se va en taxi todas las mañanas, sola, al colegio. Le preguntamos a Guadalupe por qué no la acompaña. Nos mira con cara de asombro. No se le había ocurrido. Le sugerimos que le proponga cada mañana acompañarla, a ver si Malena acepta. Le sugerimos también que hable con Ricky sobre el

perro, y que conversen hasta encontrar juntos una solución que respete a todos en esa casa. Y la despedimos con una tarea muy concreta para efectuar.

A la semana siguiente, nos cuenta que Malena se burló de ella cuando le propuso acompañarla al colegio por las mañanas. Le dijo directamente que era una broma, que sabía perfectamente que esa “intención” no iba a poder sostenerla más de dos o tres días. Qué sabios que son los niños y los adolescentes. Malena tenía razón, tiene una madre inconsistente. ¿Y llegaron a algún acuerdo respecto al perro? Ricky habló con Malena. “¿Por qué Ricky y no vos, que sos la madre?”. Guadalupe se queda muda, como una niña pequeña. Volvemos a mostrar el personaje de niña ingenua que no se puede hacer cargo de nada, y los desastres que produce alrededor, sobre todo en su hija, quien está obligada a asumir el rol de quien decide, sabe y se responsabiliza. Guadalupe se promete a sí misma acompañar a su hija todas las mañanas al colegio, pase lo que pase. La alentamos, le decimos que sería un gran movimiento, concreto, cotidiano, silencioso y contundente. Y que nuestro trabajo es acompañarla a ella en ese proceso invisible pero poderoso.

En los siguientes encuentros, empieza quejándose de Malena, la profesional le desarma las quejas, la vuelve a poner en el lugar de ser parte responsable y a partir de dejar bien establecido el panorama –como si fuera un reajuste cada vez– retomamos el trabajo. Resulta que Malena quiere acompañar a su madre a nuestros encuentros. Guadalupe le dice espontáneamente que eso no es posible. La terapeuta le pregunta por qué no sería posible. Otra vez se queda muda. Le decimos que si Malena quiere acompañarla, es porque percibe que algo está sucediendo en este ámbito, algo que beneficia a todos. Parece que Malena siente que aquí hay un espacio nutritivo, y obviamente, desea participar. Le proponemos que la invite, por qué no. Nuestro objetivo está centrado en sacar a Guadalupe de su rol de niñita pequeña y en que asuma su lugar de adulta y de madre. Todo espacio que quiera ser ocupado para pensar más a favor de todos, es bienvenido.

Efectivamente, al siguiente encuentro, Guadalupe vino con su hija Malena. Malena estaba un poco intimidada, le dolía la cabeza, estaba enojada porque le había ido mal en un examen en el colegio,

pero poco a poco va tomando confianza. La profesional le pregunta si ella sabe de qué se trata este espacio. Dice que la profesional es alguien que está ayudando a su mamá. Le decimos que es así, que su mamá está buscando ayuda para tratar de relacionarse mejor con ella. Entonces Malena se larga a llorar. Por momentos son sollozos que la dejan sin respirar. Malena tiene un poco de sobrepeso, es muy inteligente, vivaz, sensible y, desde ya, sobreadaptada. También está muy enojada con su mamá. Entonces comenzamos a hablar sobre varios temas, a saber: su vínculo con su mamá. Malena dice: “Nunca está y cuando está se desentiende, cada vez que la necesito no puedo ni ubicarla por el celular. Mamá llega tarde a todas partes”. Lloro y llora. Guadalupe trata de defenderse. Pero no contradice a su hija. También habla sobre su relación con Ricky: “Con Ricky no existe vínculo, es horrible convivir con una persona con la que ni te hablás. Perdón, él solo me habla para ladrarme”. Guadalupe intenta defender a Ricky. Malena no acepta disculpas. Cuenta también una situación de enorme abuso emocional de parte de su abuela materna y tío materno. Sobre su vínculo con su abuela y tío maternos, dice: “No los soporto, mi abuela agota con sus quejas, tal vez tenga razón, está vieja y mamá le delega muchas cosas. Pero no es conmigo con quien tiene que quejarse ¿no, mami?” (gira su rostro mirando irónicamente a su madre). “Mi tío es un vividor: se lleva a la novia y a su hija de 12 años todos los fines de semana a dormir a mi casa, la hija duerme en mi cuarto, yo tengo que aguantarla, mamá no dice nada, y (otra vez mirando a su madre) ni siquiera nos pregunta si puede venir con esta gente, no sé cómo tolerás esto, mamá, es nuestra casa”. Guadalupe se queda muda. Sobre la abuela Lucía (paterna): “Es la única persona con la que me siento bien, me conoce, sabe cómo soy, siempre me da amor”. Luego empieza a sollozar con mucha angustia, hasta no poder articular más ni una sola palabra. Guadalupe está muda y paralizada. La terapeuta espera hasta que Malena puede dejar de llorar; y empieza a nombrarle con palabras simples algo sobre la historia de su mamá, sobre cómo fue siempre tratada como una niña (cosa que no le facilitó hacerse cargo de su vida). Pero también agrega que es una mujer llena de ternura y muy valiente, y que quiere tomar el timón de su vida y recuperar con ella

el tiempo perdido. Sabe que es responsable de muchas cosas que pasaron, pero también es verdad que siempre la quiso mucho y por eso ahora está haciendo este trabajo, que no le está resultando nada fácil. Malena mira a su madre con ojos grandes, como si por primera vez encajaran sus sentimientos con las palabras. Malena se va calmando a medida que escucha palabras llenas de comprensión y cariño.

Para terminar este encuentro, la profesional le pregunta a Malena si tiene algún pedido especial para su mamá. Malena no lo duda, y dice: “Mamá, vos ya sabés que quiero irme de vacaciones con vos, las dos solas, una sola vez en la vida. Vos y yo”. Muy bien, el pedido ha sido claramente formulado. Las despedimos, esperando que por una sola vez en la vida, Guadalupe pueda responder a este pedido concreto de su hija. Le decimos que es llamativa la madurez de Malena y cómo puede expresar con sencillez y contundencia lo que le pasa y lo que anhela. Con una mamá tan infantil, su única opción es asumir el rol de la madura. Nuestro trabajo estará centrado en poner en juego las capacidades altruistas de la madre, para que la adolescente pueda jugar lo que le toca: un período de exploración, diversión y relaciones entre pares, sin tener que estar cuidando a su madre.

Al siguiente encuentro, Guadalupe cuenta con alegría –y esperando nuestra aprobación– que ya compró un paquete de vacaciones, que incluye una semana de hotel y comidas en el destino que Malena quería. Pero con un detalle... incluyó a Ricky. La profesional le pide que se detenga. La mira. Le pregunta a Guadalupe qué cree que está haciendo. Guadalupe no comprende, ella está feliz, sintiendo que cumplió con lo acordado. La profesional vuelve a mostrarle cómo, frente a un único pedido de su hija adolescente de estar una semana **las dos solas** –es decir, pidiendo que su madre le dedique algo de tiempo exclusivo– ella no logra “hacer carne” ese pedido. Infantilmente, compra las vacaciones para los tres, respondiendo a su propio deseo, no al deseo de su hija. Guadalupe le resta importancia. La profesional insiste. Explica que de este modo, Malena vuelve a perder. Guadalupe, con sus actos “inocentes” le dice a su hija, una vez más, que no le interesa satisfacerla. En cambio, hubiera sido una muestra de autonomía

emocional hablar con Ricky y explicarle que va a llevar por una vez en la vida a su hija de vacaciones, las dos solas, para dedicarse completamente a ella, porque lo está necesitando. Eso era todo lo que necesitaba hacer. Pero todavía se refugia en su personaje de niñita inocente que no se da cuenta de lo que hace. No hizo el movimiento. Lo dejamos planteado, y desde el rol profesional, con una hipótesis clara, solo perseguiremos mostrar la misma dinámica, una y otra vez, mientras la consultante esté dispuesta.

## 9 La búsqueda del sí mismo

- Cada biografía humana es un universo
- en sí mismo
- La búsqueda del sí mismo

### **Cada biografía humana es un universo en sí mismo**

Podríamos multiplicar hasta el infinito los relatos de los desarrollos de las biografías humanas de las personas, pero, incluso así, sería imposible abordar la magnitud de experiencias personales, sentimientos, descubrimientos, ambivalencias y, sobre todo, creatividad a la hora de pensar y pensarse a sí mismo. Al recibir a una persona que busca ayuda, nos encontramos como un artista frente al lienzo blanco: con todas las posibilidades dispuestas para desplegar. Por eso, lo mejor es escuchar –activamente– y poner toda nuestra capacidad intuitiva al servicio de una instancia más espiritual, más bella, y en busca de un sentido profundo.

Suelo sugerir que la mejor manera de recibir a un individuo que consulta, es dándonos unos minutos para meditar o para el recogimiento interior, de modo de alinearnos con la energía que está por ingresar en nuestro campo de experiencia. El propósito es que nuestra energía esté abierta y lo más limpiamente posible, en lugar

de estar intoxicada por una consulta anterior, por nuestras preocupaciones personales o cargadas de prejuicios o cansancio. Ya sé que no siempre las cosas son tan ideales en la vida cotidiana. Pero al menos sepamos que acompañar procesos de indagación personal de otros individuos requiere una limpieza espiritual mayúscula. No es imprescindible que tengamos vidas perfectas ni todas las cosas resueltas –además si lo creyéramos, sería desde el personaje del negador empedernido–, pero sí tenemos que ser conscientes de nuestra realidad emocional para poder mirar realidades ajenas.

Cada vez que abordamos con respeto y tacto la interioridad herida de un ser humano, estamos emprendiendo un camino sin saber adónde nos conduce. Lanzarse a la aventura es parte de la cuestión. No tenemos objetivos, no hay resultados que esperamos lograr, no emitimos ningún consejo ni ofrecemos ningún alivio. La propuesta es: **caminemos juntos**. Es mi propósito –en próximos libros– continuar ofreciendo ejemplos y más ejemplos, no porque tengan un significado especial ni porque sean casos excepcionales. Sino porque creo que en la sumatoria de experiencias, nos vamos entrenando más y mejor.

## La búsqueda del sí mismo

Obtener seguridad es la necesidad básica cuando nacemos. Si no obtenemos aquello que necesitamos, pronto aprendemos a defendernos de aquellos impulsos que no coinciden con la realidad externa. Por ejemplo, si sentimos cólera hacia nuestra madre, rápidamente inhibiremos este sentimiento, porque necesitamos de ella para que nos cobije y nos ampare, de manera que no es muy prudente ponerse en contra de ella en épocas tempranas. Lo que hacemos entonces es generar mecanismos de defensa, para hacernos creer a nosotros mismos que **no nos pasa aquello que sí nos pasa**. Así es como organizamos nuestros personajes, que son nuestro mejor refugio. Por eso, no importa tanto qué es lo que nos pasa, sino **qué nos decimos a nosotros mismos sobre eso que nos pasa**.

Todo eso que sí nos pasa, lo podemos **reprimir, proyectar, desplazar o sublimar**. A veces precisamos reprimir formas positivas de autoexpresión para adaptarnos a la realidad circundante. Por eso, eliminamos tanto aspectos positivos como negativos de nuestro ser interior. A veces desplazamos incluso nuestras mejores virtudes, las más elevadas o espirituales. Es interesante revisar cómo nos arreglamos para hacer desaparecer de la conciencia nuestra propia grandeza interior, porque nuestra sombra no se constituye necesariamente juntando aspectos negativos, sino muy por el contrario, a veces está repleta de aspectos positivos que entran en contradicción con aquello que se espera de nosotros. Es decir, con “eso” que se va a constituir en nuestra **identidad**.

Hay un primer paso, entonces, en todo proceso de búsqueda personal, que es la intención de observar la distancia que hay entre el “sí mismo profundo” y el personaje con el que “salimos a la calle”. Para ello, he intentado describir, muy escuetamente, algunos ejemplos cotidianos y comunes sobre los que podremos fácilmente identificarnos, con la intención de ir acercándonos a un abordaje posible, a través de la construcción de la biografía humana. Claro está que hay tantas biografías humanas como personas en el mundo, y que cada historia es única y original. Por lo tanto, me resulta difícil condensar en pocos ejemplos la enorme gama de desafíos que se nos presentan ante cada “discurso de yo engañado” y los trucos para poder desarmarlos. Pero con paciencia, tacto, sensibilidad y entrenamiento, podremos hacerlo cada vez con mejor “puntería”.

Una vez que podamos mirar nuestro entramado con mayor amplitud, y reconocernos como una pequeña parte de un Todo Universal, quizás nos interese sumarnos a una búsqueda más amplia, a través del impulso por encontrar el **significado de nuestra vida**, es decir, la capacidad de atribuir cierto sentido a los acontecimientos o a las experiencias. De hecho, en todas las culturas, organizamos símbolos y creencias para otorgar un significado a eso que nos pasa. Supongo que esa es una buena estrategia para soportar épocas difíciles o sufrientes. Habitualmente precisamos que nuestras experiencias se inserten dentro de un

marco explicativo, que abarque múltiples variables, para contemplar lo que nos está pasando desde una perspectiva ampliada. Es decir, no solo desde nuestra **evolución personal**, sino también desde la **evolución colectiva**. Esa visión en conjunto nos da tranquilidad y, sobre todo, mayor comprensión. Ahora bien, ¿por qué algunas personas nos inclinamos más a pensar globalmente y otras parecemos estar atascadas en nuestra pequeña vida privada?

Los individuos tenemos múltiples necesidades. Las más básicas se refieren a las puramente fisiológicas, las relacionadas con el oxígeno para respirar, el alimento, el sueño o la satisfacción sexual. Luego hay necesidades algo más elevadas, como por ejemplo las de estabilidad y alguna forma de seguridad. Luego tenemos necesidades de amor, pertenencia, contacto físico o amistades. Seguimos en una espiral ascendente, necesitando autonomía, competencia y cierto grado de reconocimiento. Hasta llegar a las necesidades de orden superior, como la realización personal, la búsqueda de la verdad, la creatividad o el deseo de justicia. Claro que estas necesidades varían según la edad, ya que a un niño le van a interesar más los niveles inferiores, pero en cambio los adultos tendemos a ir “ascendiendo” en las necesidades, a medida que las anteriores han sido cubiertas. Es probable que el deseo de **alcanzar niveles espirituales sea innato en el ser humano**, tanto como deseamos amar y ser amados, alimentar y ser alimentados. Claro que a medida que vamos escalando, se torna más exigente, los desafíos son mayores y tenemos que tolerar la angustia por la pérdida de seguridad a medida que nos introducimos en áreas desconocidas de la conciencia.

Justamente, el propósito –creo yo– de todo proceso terapéutico, es ir abordando el camino hacia el **Sí Mismo Superior**, es decir, hacia esa parte de nosotros mismos que anhela **trascender** mientras busca la verdad, intenta comprender cuál es el servicio que le ha tocado a favor del prójimo y cómo acceder a la unión con todas las cosas. Habitualmente partimos de un lugar mucho más simple: partimos de un problema personal. De un sufrimiento mundano. Cosa totalmente legítima, si al menos intentamos contactar con el **Sí Mismo Verdadero**, ese que se encuentra escondido detrás de la máscara, o del personaje, tal como hemos

visto en los capítulos anteriores. Todos usamos máscaras en la vida cotidiana, es la imagen **positiva pero falsa**, de cada uno de nosotros. **Por debajo, reside la sombra**. Al mismo tiempo, todos tenemos sospechas del material que se juega en nuestro interior aunque los demás no lo sepan. Nuestra máscara está hecha de fragmentos de nuestro sí mismo, y a veces escondemos las partes más valiosas de nuestro ser interior. Muchas personas rechazamos las terapias o los sistemas de indagación interior, porque tenemos miedo de no saber cómo enfrentar lo que consideramos negativo en nosotros. Incluso habiendo iniciado algún proceso terapéutico, presentamos resistencias cuando nos toca mirar más en profundidad. El problema es que para llegar **al sí mismo verdadero**, es imprescindible despojarnos de nuestra máscara y enfrentarnos con lo que hay. Lo interesante es que hay tanto de positivo como de negativo. Pero no lo sabemos. Todo proceso de indagación personal empieza buscando el **sí mismo verdadero**.

Contactarnos con el sí mismo verdadero o auténtico no nos garantiza un estado de dicha o beatitud, sino simplemente la posibilidad de vivir nuestra vida con los dolores y las alegrías sin tener que ocultarnos. Ya hemos visto cómo, desde niños, hemos aprendido a vivir una fachada para no hacer enojar a nuestros padres o para responder a lo que ellos esperan de nosotros. Es un mecanismo que venimos aceitando desde el día de nuestro nacimiento. Por eso, será necesario modificar los condicionamientos y las pautas que hemos adquirido siendo niños. A quienes acompañamos procesos de encuentro con la propia sombra, nos sucede a menudo que nos encontramos “dando permiso” a otro adulto para que se otorgue el derecho a vivir como quiera, sin continuar respondiendo a los deseos inconscientes de mamá o papá. Es posible que haya partes de su sí mismo que no fueron reprimidas, pero que sencillamente nadie estimuló. Hay personas que necesitan permiso para autoafirmarse, otras, para reconocer sus aspectos más vulnerables. En todo caso, hacerles ver que lo que fuere que encuentren en su interior **es válido** y merecen vivirlo, puede ser el primer paso para conectarse nuevamente con las partes del sí mismo que habían rechazado. En verdad, todo esto no

es más que un camino posible hacia la **aceptación del sí mismo auténtico**.

Decíamos entonces que el sí mismo verdadero refleja la parte más íntima de nuestra naturaleza individual. Encontrarlo no es fácil, porque estamos obligados a **desprendernos de nuestro falso sí mismo** que fuimos asumiendo a lo largo de nuestra existencia (lo que en capítulos anteriores he llamado “personaje” o “identidad” o “máscara luminosa”). Tendremos que confrontar con viejos modelos de personalidad, y eso es probable que nos genere miedo e incertidumbre y que sintamos que no tendremos más defensas. Ahora bien, incluso en este proceso de contactar con el sí mismo auténtico no tenemos garantizado el contacto con el **sí mismo superior**. Mirar nuestra sombra no trae implícito la trascendencia ni la fusión con la Totalidad. Quiero decir, tocar el Sí Mismo Verdadero no es la revelación definitiva ni mucho menos. Hay aún mucho camino por recorrer. Claro que podemos ir más allá, a través de la meditación, la religión, la introspección y muchos otros recursos para atravesar las fronteras del sí mismo individual hasta tener la vivencia de otro **Sí Mismo más profundo**. Encontrar el **Sí Mismo Superior** tiene que ver con la trascendencia, con sentir que en un nivel muy profundo estamos hechos de la misma esencia que el resto del Universo y que formamos parte de algo mucho más vasto que nosotros mismos. Cuando llegamos a ese punto, el Sí Mismo Superior nos anima a usar nuestra energía en aras de algo mayor que nosotros mismos. Es allí cuando **nos vemos inclinados por el servicio**, porque sabemos que nos corresponde desempeñar un papel para que el mundo sea un lugar mejor. Sentimos la entrega hacia algo superior. Entonces pasamos de la autorrealización a la trascendencia. Claro que en estas búsquedas, solemos renunciar a identidades obsoletas, por lo tanto, es lógico que pongamos resistencia a entrar en contacto con nuestro costado sublime.

Todo esto parece bonito, pero requiere muchísimo trabajo y dedicación. También es preciso que seamos capaces de reconocer cuándo la espiritualidad funciona como un refugio infantil, en lugar de ser consecuencia de haber entrado en contacto —previamente— con el Sí Mismo Auténtico. Esto es hartamente frecuente, y es común que hagamos parte del engaño colectivo. Muchas personas —en nombre

de la espiritualidad— **reprimimos lo que creemos que hay de negativo en nosotros**. Pero en esos casos, **no será posible trascender** ni dominar nada, ya que, simplemente, estamos asustados. Hay una delgada línea entre **trascender** y **reprimir**. Podemos reprimir creyendo que es un área que está bajo nuestro dominio. Sin embargo, es ridículo creer que dominamos algo cuya existencia hemos negado. Antes tenemos que haber aceptado el dolor, la rabia, la frustración o lo que fuere, porque son partes de nuestro sí mismo. Tenemos que enfrentarnos con nuestra sombra, con el desamparo, con el dolor por aquello que no obtuvimos, por la esperanza de que mamá nos quiera tal como hubiéramos necesitado. Desde mi punto de vista, es indispensable que transitemos los aspectos oscuros de nuestra identidad de la mano de alguna persona experimentada, generosa, abierta, sabia y contemplativa. La construcción de la biografía humana es una manera posible. No es la única ni la mejor. Es una entre muchas otras modalidades. Todos estos sistemas de indagación son como “hojas de ruta” que el ser humano ha desarrollado a lo largo de la historia, para guiarnos en el proceso de conocimiento interior. Una vez abordada nuestra historia personal y nuestro entramado familiar, el rol que hemos ocupado en nuestro mapa, los beneficios de nuestro personaje y los juegos vinculares; entonces sí, en profunda comprensión de nuestra realidad emocional, quizás estemos en condiciones de trascender y ponernos al servicio de la humanidad.

Prepararse para acompañar a otros individuos en sus propios procesos de indagación personal es esto: estar dispuesto a enfrentarse con sus propios demonios. No es imprescindible que tengamos vidas perfectas, ni felices, ni sin conflictos. Pero sí es ineludible que conozcamos el dolor de la oscuridad y que entrenemos la mirada para observar las realidades globalmente, generosamente, abiertamente, a favor de la evolución de todos. Solo entonces sabremos que los consejos son inútiles, que no sabemos más que nadie, sino que simplemente tenemos la capacidad de mirar la realidad desde la sombra, es decir, desde un sitio donde no estamos enceguecidos por el exceso de luz. Ni por la luz de los discursos bonitos, ni por la luz de las personalidades avasallantes ni simpáticas, ni por la luz de de las identificaciones.

Ayudar al otro a conocerse a sí mismo es llevarlo de la mano hacia su propia oscuridad. No sé si hay algo más amoroso que un ser humano pueda hacer por otro ser humano.

Es verdad que una vez que encaramos nuestra vida con este compromiso emocional hacia nosotros mismos y hacia la humanidad toda, acabaremos cultivando nuestros aspectos más elevados, que luego se integrarán con la totalidad de nuestra personalidad. Son épocas de fluctuaciones, entre luz y oscuridad. Hay momentos en que estallamos de júbilo, como si de pronto viéramos claramente y supiéramos todo, pero momentos después caemos en las mismas tensiones y el mismo estrés que las personas a quienes acompañamos. Es así. Estamos **fusionados** con todo el sufrimiento y todas las esperanzas. También puede suceder que no tengamos mucha paciencia para las actividades puramente sociales, sobre todo cuando son falsas, es decir, cuando está establecido que hay que vincularse solo **de personaje a personaje**. Esas máscaras que nos han servido durante tanto tiempo y nos han protegido, caen en desuso y nos lastiman. Y peor aún, somos testigos de cómo las máscaras limitan a los demás individuos con relación a la comprensión de sí mismos, pero sin embargo se aferran a ellas porque es todo lo que han conocido hasta el momento. Según las “normas” sociales, nos comportamos educadamente, haciendo lo que nuestro personaje sabe hacer. Lo conocido, siempre es más seguro para un alma infantil. O para un alma muy herida. Hay un momento en el que ya no podemos dejar de ver eso que vemos. Vemos las almas desnudas, vemos el miedo, la necesidad de ser amados de tantos hombres y mujeres que transitan la vida atascados en una herida infantil: esa de la cual no podemos despegar, porque aún estamos esperando el amor de mamá. Saberlo, confirmarlo, estudiarlo, conocer nuestra realidad emocional –por más sufriente o carente que haya sido– es el primer paso hacia la trascendencia.