

# En la búsqueda del otro.

## *In search of another.*

Raúl Velasco

Escritor • Barcelona

“Si bien se mira, todo es narración. Desde la infancia nos vamos configurando al mismo tiempo como emisores y como receptores de historias, y ambas funciones son estrechamente interdependientes, hasta tal punto que nunca un buen narrador creo que deje de tener sus cimientos en un niño curioso, ávido de recoger y de interpretar las historias escuchadas y entrevistas, de completar lo que en ellas hubiera podido quedar confuso, abonándolo con la cosecha de su personal participación. El desarrollo de nuestras aptitudes narrativas depende así, en gran medida, de cómo hayan sabido espolpearlas en esa edad primera los buenos narradores de nuestro próximo entorno, encargados de atizar y mantener encendida la llama de la santa curiosidad infantil, y a quienes, de una manera más o menos consciente, hemos envidiado y tomado por modelo”.

(Carmen Martín Gaité. *El cuento de nunca acabar*. Del capítulo 8, “El Gato con Botas”)

Resulta un tópico relacionar genialidad y locura, creación desbordada, pulsional, sin cauces que puedan contener la fuerza titánica de la pasión y de su culto obsesivo. Locura como temerario abordaje de lo oculto, de aquello que permanece en el interior, en ese terreno delimitado por lo inefable, supurando en forma de síntomas, partiendo el lenguaje en un ejercicio constante de subversión a la vida y a la muerte, a los sentimientos, a las conductas y las normas estable-

cidas en su normalizada arbitrariedad. Locura como atlas de lo ignoto, únicamente porque parecería que no alcanza el lenguaje, porque los significantes se transforman y se elevan hacia universos improbables, abandonando la mundana literalidad y despojándose de sus mundanos ropajes en un afán de ser, de trascender, de revelarse absoluto, porque sólo lo absoluto puede asemejarse con ciertas formas de sufrir.

En este campo, el del sufrimiento, todos los seres humanos tenemos experiencia. El sufrimiento suele ser la asignatura principal en la universidad de la vida, aquello que nos hace aprender de la peor forma y madurar, en ocasiones, hasta pudrirnos. Frente a este hecho se han elaborado las metáforas más peregrinas, alrededor de las cuales se han establecido las disciplinas psicoterapéuticas.

Durante la segunda mitad del siglo XX, abandonadas las metáforas terapéuticas de corriente más psicoanalíticas como la que presentaba al ser humano (con el hombre como modelo) siendo éste producto de una dinámica de fuerzas, que luchaban por la expresión de los impulsos frente a la represión de los mismos, y, superado el mecanicismo cibernético que comparaba el cerebro humano con la CPU de un ordenador, una computadora reprogramable, nos encontramos con el apogeo de una corriente constructivista, donde la realidad es modificada constantemente por el observador y su forma de mirar. Una mirada sobre el sufrimiento que pone el foco en el individuo y en la construcción de su soledad, en las diversas formas de sobrellevar la soledad y el

duelo ante las pérdidas que conlleva estar vivo y proyectarnos en nuestros deseos.

Obviando el hecho indiscutible de que la injusticia y la desigualdad social -por desgracia cada vez más generalizadas- influyen y en demasiadas ocasiones determinan el desarrollo de los seres humanos, lastrando sus posibilidades de cambio y de evolución según unos cánones de bienestar económico, sanitario y educativo, es en este territorio, donde los hombres y las mujeres construyen su soledad, donde el lenguaje y su uso literario ejercen de puentes que exorcizan el aislamiento y fijan aquello que nos atora, sacudiéndolo fuera del campo de lo no-dicho.

Es por esto que se empezaron a establecer talleres de creación literaria terapéutica, donde se invitaba a los usuarios de los mismos a estructurar narrativas alrededor de su sufrimiento y las causas del mismo. Talleres surcados por una ideología de la enfermedad, que miraban el sufrimiento mental como aquello que había que curar, y que como por arte de magia el acto literario fuera a ayudar a extirpar la úlcera que provocaba la disfunción y el trastorno. Quizás como en la relación que tuvieron el editor Jacques Riviere y el poeta Antolin Artaud, y que ya desarrolló mi querido Martín Correa Urquiza, el pasado lunes, no se trata de curar a la persona, sino de desenfermarla, de interpelarla, de ubicarla en el lugar de lo normal, de abrazarla, de historizarla, de acompañarla, de cuestionarla, de sufrirla, de generar conjuntamente un espacio que posibilite el pensarse más allá de una identidad exclusivamente enferma.

No se trata de curar porque hay formas de ser y estar en el mundo que por mucho que se considere una enfermedad, no lo son, y si lo son deben ser incurables, como lo son los espíritus irreductibles. Se trata por tanto de salvar a esa persona, de darle nombre y obra, cauces donde contener las mareas de su creatividad. Una identidad que evite la auto-exculpación que conllevan las categorías patológicas, que posibilite un ser, más allá del requiebro y la pirueta, más allá de la fractura, donde reconocerse y ser reconocido en tanto otro, abandonando la perversa deriva del anonimato interior.

Es por ello que la construcción de narrativas debería huir de cualquier espacio clínico, porque si

alejas la literatura de la salud, puedes conseguir salud y verdadera literatura, la que surge del alma de forma pulsional, sin ambages, corsés, ni demás condicionantes que talan la libertad expresiva del escritor. Desgraciadamente se ha confundido en demasiadas ocasiones la construcción de narrativas terapéuticas con la construcción literaria. Las distintas disciplinas y escuelas de la ciencia psi defienden una serie de herramientas como método válido de construir un relato que resulte sanador al hacer consciente lo inconsciente o lograr modificar la conducta en lo real, desde el momento en que da explicación y genera en el paciente un fenómeno de Insight. Me resulta cuanto menos curioso como todos estos métodos, que en no pocos casos resultan contradictorios e incluso antagónicos en un plano teórico entre sí, son defendidos como el método legítimo del saber, aquella que permite dar explicación a la condición humana y a sus misterios. En mi opinión si se quiere conocer los recovecos del alma humana uno sale ganando si lee la novela del s. XIX, a Dickens, Balzac, Stendhal, Dostoievsky, Tolstoi, Galdos, Víctor Hugo, por nombrar unos pocos, quizás, los más relevantes.

Además, de alguna manera, la mayoría de las grandes obras de la literatura abordan la locura de forma directa o indirecta en tanto ésta, la locura, se pudiera entender como la exaltación de las pasiones humanas, el sufrimiento y la angustia, por salirse sus protagonistas de lo considerado normal. Incluso me atrevería a decir que no sólo abordan la locura sino su superación. Más allá de que la mayoría de obras se estructuran desde el sentido del viaje. Quiero decir que podría deducirse que la mayoría de argumentos se reducen a la llegada de Pepito a un lugar o la marcha de Menganito en busca de aventuras. En ese viaje o en esa llegada el protagonista ya sea héroe o antihéroe se irá encontrando con aquellas personas y situaciones que le permitirán crecer como persona, pasando en no pocas ocasiones por momentos donde su comportamiento dista mucho de lo sensato, lo saludable y lo socialmente permitido, cuando no se hallen enteramente sumidos en el más absoluto delirio o en la más profunda melancolía.

¿Cuántas veces el protagonista, sobre todo en la tradición del héroe literario es aquel elegido capaz de enfrentarse a las más duras pruebas, al

escarnio, la tortura, los engaños; pruebas que lo sitúan al límite de sus fuerzas y sus capacidades, que en no pocas ocasiones les hacen trastabillar y perder la esperanza? Su condición de héroe se gana precisamente por su capacidad de superar todos esos obstáculos. Quizás el ejemplo más paradigmático de lo que estoy explicando sea el Ulises de Homero, en cuya odisea particular se enfrenta a la muerte y a sus propios miedos, a aquellos monstruos que hubiesen acabado con cualquier otro, y que no son otra cosa que representaciones de aquellos peligros que corría el ser humano de la época y lo alejaba de la sabiduría y la felicidad y, que por otro lado, en la mayoría de los casos, sigue alejando al ser humano actual por mucho que se disfraza con el sofisticado maquillaje de la tecnología y el supuesto progreso. El delirio de Ulises al escuchar el canto de las sirenas, su amnesia al reposar junto a Circe, serían síntomas inducidos por enemigos reales, situados en el campo de lo real, si entendemos el transcurso de una historia como la realidad a la que están sujetas sus personajes, algo muy alejado de la visión biologicista que triunfa hoy en día y que reduce el sufrimiento humano a simples alteraciones de la bioquímica cerebral sin tener en cuenta lo social y lo biográfico. Pero claro, toda esta visión del crecimiento humano no deja de ser producto de la subjetividad de Homero y de lo socialmente establecido en la Grecia del siglo VII a.C. Ni que decir tiene que si a día de hoy un hombre se va a la guerra, abandonando a su mujer y a su hijo, y no vuelve hasta al cabo de 20 años, cuando al fin regresa a su Ítaca se encontraría con una demanda de divorcio y una más que presumible cornamenta digna de un mamut del pleistoceno.

Por otro lado, sobre las historias de llegadas, por regla general podríamos hablar de un personaje que llega a un lugar y lo transforma o acaba siendo él el que es transformado por el lugar. En no pocas ocasiones tanto el lugar como el protagonista se van transformando simultáneamente. Ejemplos que me vienen ahora mismo a la cabeza serían Robinson Crusoe, Pedro Páramo o Hamlet. Me detendré brevemente en éste último.

Hamlet vuelve a Elsinor al enterarse de la muerte de su padre. En este caso resuelve volverse loco o fingir su locura como estrategia para vengar el asesinato de su progenitor. Me parece interesan-

te esta historia, entre otras cosas, porque la locura del príncipe de Dinamarca tiene en cuenta la decisión, la voluntad de enloquecer, de abandonarse a la locura, dejándose arrastrar por los lúgubres senderos del rencor y la sed de venganza. Esto contradice o al menos matiza los supuestos mecanismos inconscientes que nos llevan a enloquecer y sobre todo a la tesis dopaminérgica que mania a los pacientes al suponer que éstos no son capaces de manejar sus propios síntomas. En la misma obra encontramos otro ejemplo de locura. Ofelia, seguramente el personaje más amable de la trama, se quita la vida incapaz de superar el asesinato de su padre en manos de su amado, recordándonos las limitaciones humanas cuando somos estirados en direcciones contrarias por fuerzas opuestas: ama a Hamlet, pero éste mató a su padre, por lo que debe odiarlo; la dicotomía amor-odio impediría por tanto a Ofelia hallar consuelo, un lugar en el mundo que la ampare, un lugar amable donde superar la tristeza generada por el doble duelo que supone la muerte del padre y la pérdida de su amado. Ofelia se abandona a su locura hasta morir, porque todas las personas necesitamos de un otro que nos sostenga, que nos sujete en momentos de angustia, que nos permita creer que más allá de la violencia y el tremendo absurdo que resulta la existencia humana, podemos darle un sentido a la misma, aunque éste sea una mera construcción basada en la proyección de nuestro deseo. Al fin y al cabo un hombre o una mujer solos no son nada, son la nada tras la puerta.

Capítulo aparte ocupa la historia del loco más famoso y tierno de la historia de la literatura. Hablo de Don Alonso Quijano. El viaje que emprende el bueno de Don Quijote junto a Sancho es una búsqueda del propio sentido. Como dice el antropólogo Ángel Martínez “la locura no se opone a la razón, sino al sentido común, a un común compartido, a una convención social que por compartida no deja de ser igual de arbitraria. En ese marco el loco emprende la búsqueda de su propio sentido común”. Cuánta verdad hay en las palabras del Quijote, cuanta sabiduría comparte con su leal Sancho, hasta el punto en que éste último llega a admirar a su amo.

Como el científico busca lo común en lo diverso y separa lo esencial de lo superfluo: Sancho Panza busca respuestas sensatas a los disparates

de Don Quijote. Y no hay nada más sensato que ante un Quijote cuerdo y moribundo, intentar espolpearle con estas palabras:

- ¡Ay! -respondió Sancho, llorando-: no se muera vuestra merced, señor mío, sino tome mi consejo y viva muchos años, porque la mayor locura que puede hacer un hombre en esta vida es dejarse morir, sin más ni más, sin que nadie le mate, ni otras manos le acaben que las de la melancolía. Mire no sea perezoso, sino levántese de esa cama, y vámonos al campo vestidos de pastores, como tenemos concertado: quizá tras de alguna mata hallaremos a la señora doña Dulcinea desencantada, que no haya más que ver. Si es que se muere de pesar de verse vencido, écheme a mí la culpa, diciendo que por haber yo cinchado mal a Rocinante le derribaron; cuanto más, que vuestra merced habrá visto en sus libros de caballerías ser cosa ordinaria derribarse unos caballeros a otros, y el que es vencido hoy ser vencedor mañana.

Estas palabras esconden una doble lectura, como dijo Montalbán: Cuando Sancho propone a Don Quijote continuar la aventura es porque sabe que si Don Quijote no existiera también él dejaría de existir. Pero para el tema que nos ocupa lo que da sentido a la vida de ambos son sus locas aventuras, sin ellas la vida deja de ser un lugar habitable, por lo que sólo cabe esperar la muerte. El delirio de don Quijote cumple una función auto-curativa, como diría Freud es un intento de darle cuerpo al deseo, huyendo del malestar y el absurdo de una sociedad abominable. Sin ese delirio que focalizaba el deseo de Alonso Quijano que le daba una identidad, un lugar, un nombre y una narrativa, la existencia de éste se colma de vacío.

La actitud de Sancho resulta llamativa además por lo difícil que resulta imaginar al cuidador de una persona diagnosticada espoleando el delirio. La mayoría de cuidadores toman un papel castrador o paternalista, igual que el mismo Sancho al principio de la obra, demasiado ocupados en mantener el frágil sustento que aguanta sus rutinas) se alarman -porque lo incomprendible está codificado para ser alarmante, peligroso y objeto de temor- ante la imposibilidad de entender de donde vienen estas conductas extrañas, que han erupcionado partiéndolo todo: estructuras, len-

guajes, significados, sentimientos, relaciones, etc. En la vida real, esta situación es mucho más hiriente, pues es muy difícil explicar cuales han sido las causas reales que llevan a una persona a perder la cabeza. Ante la falta de explicaciones sólo cabe la incompreensión o la empatía, siendo la segunda muy difícil de encontrar por lo extraño de la experiencia psicótica.

Me gustaría que se entendiera bien lo que estoy intentando decir. Estoy reivindicando el derecho a enloquecer sin ser por ello rechazado, estigmatizado, discriminado, castrado o drogado con sustancias neurotóxicas de venta en farmacias. No quiero decir tampoco que no necesitemos ayuda durante los peores momentos de una crisis.

Simplemente apuntar, más adelante ya desarrollaré un poco más este tema, que la ayuda que se suele dar en occidente se aleja mucho de lo que realmente necesitamos.

Aquello que tenemos en común la mayoría de personas que hemos pasado por una experiencia de extremo sufrimiento mental es el sentirnos profundamente solos. Es una soledad descarnada, hiriente, vertiginosa, que nos sitúa a la deriva en un mundo que nos hace zozobrar al no hallar tabla de salvamento ni cuerda de riel a la que asirnos. En ese marco nos aferramos al delirio y su certeza como si fuera el único pilar capaz de sostener la realidad, para que no caiga sobre nosotros aplastándonos. Como Ulises, como Hamlet, como Ofelia o El Quijote necesitamos poner palabras a todo ese magma, construir una narrativa, alrededor de lo que estamos viviendo, que lo haga comprensible, que le dé un lugar en este mundo, para así poderlo compartir sin miedo. Porque lo peor de la locura no es su proceso, ni sus síntomas, sino la tremenda dificultad que tenemos en ocasiones las personas para explicar con precisión lo que estamos sintiendo. En cuantas ocasiones sentimos los seres humanos que el lenguaje no alcanza para explicar aquello que nos azora, como de aterrados nos sentimos cuando no sabemos explicar los fenómenos que estamos sintiendo en nuestro interior. No es el delirio, ni la obsesión, ni la manía, ni la más profunda tristeza lo que nos invalida, es el aislamiento social, el rechazo, lo que nos aleja de un otro que nos contempla sumido en la extrañeza.

Es por ello que la literatura resulta una maravillosa forma de fijar todo aquello fuera del campo de lo inefable. Personalmente creo que todo escritor escribe, entre otras cosas, para exorcizar su propia locura.

Podría decirnos que escribo y ponerme poético, responder que es mi particular forma de volar, religioso y explicaros que al enfrentarme al folio en blanco me gusta jugar a ser dios, biólogo y confesaros que vivo de la palabra de forma parasitaria, analista y contaros como al escribir doy rienda suelta a lo que reprime mi inconsciente, y un largo etcétera. Lo cierto es que si he llegado a ser escritor es porque estoy enganchado desde hace mucho al antiguo arte de contar historias. Esto es así porque desde hace mucho, mucho tiempo, he tenido el privilegio de ser receptor de pequeñas y grandes historias que me han ido moldeando tal y como soy hoy en día.

De niño, mientras devoraba fascinado casi todos los libros, cómics y películas que caían entre mis manos, soñaba que algún día pudiera generar en alguien las mismas inquietudes que conseguían mantenerme atrapado a la historia, hasta el punto de retar -con el riesgo de ser reprendido duramente- las ordenes maternas de apagar la luz e ir a dormir; hasta que acabara el capítulo aquí no se apagaba nada, ni la luz ni mi mirada. Mi obstinación estaba más que justificada. Aquellas historias de supervivientes en islas desiertas, de héroes que se enfrentaban a la muerte por conseguir un beso de su amada, de personas que se transformaban en insecto de la noche a la mañana, eran la compañía más fiel y el consejero más preciso para un chico solitario como yo, con la cabeza llena de sueños y preguntas sobre lo que le rodeaba. Para mí, desear ser escritor era la forma más natural de devolverle a los libros una pequeña parte de aquello que me habían regalado desde bien pequeño.

Ahora mediando la treintena puedo afirmar que el tiempo y tantas lecturas me han aportado oficio, que a falta de un mayor talento o inspiración, me permite resolver ciertos obstáculos que se presentan cuando el flujo de la narración se atora y a uno le entran ganas de abandonar. Como pasa también en la vida uno se las tiene que ingeniar para no dejarse arrastrar por el desánimo, respirar hondo, fumarse un cigarro o tomar un

té, dar un paseo, echar un polvo, para distraer a ese mal consejero que todos llevamos dentro y que pretende disuadirnos con dudas y miedos de que persigamos nuestros sueños, mientras decidimos qué camino nos sacara de este entuerto: ¿a la izquierda o a la derecha de esa vieja fuente?

En realidad no hay nada que pase en la vida que no pueda ser narrado, que no pueda adquirir la dimensión epopéyica de una Odisea. Recuerdo que con 4 años un día que mi abuela estaba enferma me envió a comprar una barra de pan solo. Estábamos en un pueblo muy pequeño y todos me conocían, por lo que se podía decir que tenía tantos cuidadores como vecinos. Pero lo cierto es que todo eso a mí me importaba más bien poco. Era un niño confiado y me habían asignado una misión. Por lo que allí fui a la aventura, con mi capa de superman y mi espada de madera en una misión que veía digna del mismísimo Llanero Solitario. Me enfrenté a moscas como aviones, a un perro con fauces infernales y a la mirada sanguinolenta de una hechicera que vivía justo al lado de la panadería y que quiso invitarme a un dulce. Cuando regresé a casa de mi abuela con la barra de pan era un niño feliz. Aquel día comprendí la importancia de tener una misión en la vida, algo que guíe nuestros pasos, una ilusión que nos motive a seguir adelante sin temor.

Este aprendizaje se volvió imprescindible en algunos momentos de mi vida en los que el sufrimiento mental parecía que fuera a hacer zozobrar todo aquello que me había sostenido en el mundo, aunque fuera sujetándome a la fantasía y la imaginación. Curiosamente, ahora que todas aquellas experiencias quedan tan atrás, puedo decir que quizás me ayudó a superar aquellas circunstancias el hecho de que jamás perdí la esperanza de alcanzar mis sueños. Porque incluso cuando la presión de las camisas de fuerza químicas me ahogaban y no me permitían hilar cuatro ideas seguidas, la literatura, el acto ritual de ponerme escribir me permitía reconciliarme con quien realmente era. Alguien que tenía mucho que contar.

En medio de un sistema de salud castrador de voluntades y discursos, la complicidad del folio en blanco me permitía interrogarme con honestidad, a desnudarme ante el espejo de la palabra sin miedos ni ambages. Lo que tenga que salir

saldrá. Lo importante, lo verdaderamente importante era y es conseguir detener ese run-run que a veces se me instala en la mente, como si ésta se viera sacudida por una tempestad capaz de hacer naufragar al marino más experto. En esos momentos, el hecho de fijar con palabras fuera del campo de lo inefable, aquellas emociones que me sacuden consiguen un efecto balsámico. En demasiadas ocasiones lo que realmente nos hace sufrir no es tanto la emoción en sí misma, sino la narración que la acompaña. Por eso es tan importante ser fiel a uno mismo a la hora de construir cualquier relato, y más si se pretende que éste sea leído por terceros y cuartos. Al fin y al cabo en toda narración o poema se esconde la personalidad de una persona que necesita compartir aquello que le ha hecho emocionar. Es esa emoción la que nos hace empatizar con aquello que leemos, es esa emoción la que hace que empaticen con aquello que escribimos. Porque más allá de la validez de una narrativa concreta, todas y cada una de ellas sirven para lo mismo, para sentirnos menos solos, para comprendernos, para consolarnos. Los profesionales del mundo Psi llevan casi dos siglos buscando esa ecuación que defina el alma humana, y, olvidan -como están demostrando los últimos avances en neurociencia- que el resultado es indeterminado. Que resulta hasta cierto punto absurdo hablar del ser humano como especie, pues si algo nos caracteriza es la singularidad.

Podemos hablar de ciertas personas, y de ciertas formas de mirarse y mirarlos, de las múltiples maneras que nos aporta el lenguaje de explicar su historia, una historia que ante todo conoce su protagonista, y que por mucho que se vista al observador con los más académicos ropajes, esto es algo inamovible. Como mucho -que no es poco- la mirada del observador puede llegar a modificar la realidad condicionando desde su punto de vista el relato y su construcción, pero esto es más una prueba de la inconsistencia, del vacío, de la permeabilidad hacia distintos discursos, que poseemos las personas, tan ocupadas en encontrar las palabras y los roles que al fin nos identifiquen. La esencia humana se basa en esa búsqueda de cierto equilibrio -a veces desequilibrado-, caminante no hay camino se hace camino el andar que decía Antonio Machado. Todas las metas, todos los objetivos que nos marquemos como individuos están motivados por

la necesidad que tenemos de sostenernos en el abismo del sinsentido, el absurdo cosmogónico de un universo cruel y caótico en el que estamos suspendidos sin causa conocida. Todas nuestras creencias y todas nuestras certezas sólo son una forma más o menos torpe de poner orden en ese enredo sin fin. Hay poetas como el mismo Artaud (Correa Urquiza, 2010) que al mirar cara a cara al sinsentido del que estoy hablando se quedarán para siempre atrapados en una deriva infinita (Pessoa, 1921), aferrándose a las viscosas paredes del lenguaje, como única respuesta al caos que percibía. No hay intención de escapar de la trampa de la duda, desde el mismo momento en que no hay con quien compartirla. Hablo de la trampa de la duda, del conflicto con la incertidumbre, del estallido del desasosiego. Porque existimos desde el momento en que otro piensa en nosotros y no al revés. El teorema cartesiano del cogito, ergo sum, habría que modificarlo por cogitare nos, ergo sum, nos piensan, luego existimos.

De todo lo que podemos tener en común aquellas personas que hemos pasado por una experiencia de grave sufrimiento mental es una profunda experiencia de soledad. Una soledad que nos atrapa en la certeza, que nos inculca el germen del aislamiento al saber que no vamos a ser comprendidos, que por mucho que lo intentemos -cuando lo hacemos- sólo recibimos incompreensión y rechazo, segregación del grupo, exclusión. Es en esos casos cuando la búsqueda de un interlocutor ideal (Martin Gaité, 1978) se vuelve perentoria. Como decía la autora salmantina: “Cuando vivimos, las cosas nos pasan, pero cuando contamos las hacemos pasar”. Al contar nuestra historia estiramos del hilo de la madeja de la misma, hilamos el tapiz que le da forma y contenido, recordamos, anudando los distintos hechos y sensaciones, porque a la vez que la contamos a un otro atento nos la contamos a nosotros mismos, le damos un orden.

“Un antes y un después que la hacen real. Al fin y al cabo, las cosas nunca son de una manera o de otra; sólo son como nos las contamos. Somos en función de nuestro interlocutor”.

Bajo esta premisa queda clara la responsabilidad del observador como puente hacia la salud o hacia la enfermedad. Como según el enfoque

que imponga el observador se puede promover una forma naturalizadora de entender el sufrimiento mental como algo propiamente humano o, por el contrario, formar parte de los engranajes de la patologización de la sociedad. No resulta baladí desde el momento en que el sistema de salud actual, focalizando el problema únicamente en la paliación de síntomas y no en la reestructuración de la subjetividad identitaria, parece más una industria de la enfermedad que un sistema generador de salud. Con naturalizar no me refiero a negar, sino a realizar un acto de no segregación, ni destierro de los espacios más comunes y cotidianos de la comunidad, un acto de responsabilización del propio relato. El sufrimiento mental es vivido por todos y cada uno de los seres humanos en algún momento de sus vidas; la culpa, la melancolía, la tristeza, el duelo, la obsesión, la manía, el delirio, son, básicamente, percances de ser humano, y no en pocas ocasiones percances de ser buena gente. Esta sociedad hipernormativizada, hasta el punto de la normopatía, castiga con la exclusión a aquellas personas que muestran ciertas dificultades para integrar una realidad que agrede de forma cruel a sus individuos. ¿Realmente queremos vivir en un mundo sin sentimientos, ni memoria, sin sueños, ni ilusiones?

Con la perspectiva que nos da la crisis actual, donde la pobreza, la desnutrición, el desamparo, la soledad y la desesperación que se desprende de los desahucios, el paro, el no llegar ni a mitad de mes, la falta de perspectivas, etcétera, la cultura debe ser una herramienta que nos invite a imaginar colectivamente un futuro mejor, que acerque el sufrimiento humano a aquellas personas que no lo han vivido con ese grado de intensidad o desestructuración, que universalice la diferencia, las diferentes diferencias que, en ocasiones, somos y que promueva el encuentro y la colectivización de los cuidados.

Del mismo modo que la ciencia psi tuvo que luchar por desinstalar del dogma y de la certeza a una sociedad oscurantista devota de dios y de María, para aportar una nueva mirada más rigurosa sobre los problemas humanos, hoy es desde el humanismo, desde la flexibilidad, desde la escucha y el acompañamiento, desde la empatía y la comprensión, desde el cuestionamiento y la autocrítica desde donde se puede ayudar a

desinstalar a una ciencia que se ha convertido en la nueva religión, desacralizarla para poder acercarla así de nuevo al ser humano y a sus angustias y sus heridas. Ni que decir tiene que un antidepresivo o un ansiolítico no le va a devolver su casa a alguien a quien han desahuciado, ni pondrá un plato en la mesa para que sus hijos o ellos mismos puedan comer. Desgraciadamente se lleva demasiado tiempo asociando sufrimiento mental y patología mental, como si una y otra fueran el mismo fenómeno. No se entiende la problemática mental sin una cierta dosis de sufrimiento, pero sufrir no implica necesariamente que exista un trastorno de base. Se lleva demasiado tiempo diagnosticando con etiquetas psiquiátricas problemas de índole social, económica, sentimental, existencial, familiar, laboral, biográfico, etcétera; reduciendo el problema real a sus consecuencias sintomáticas en la persona afectada, de la que poco importa su historia, su entorno, sus circunstancias; una canallada, en definitiva, cuando toda conducta humana es reducible a la categoría de síntoma, que invita a la confusión al trasladar el foco del sufrimiento de una sociedad enferma al cerebro. Estar desamparado es en realidad el síntoma del fracaso de todos como sociedad al no poder generar colectivamente los recursos necesarios para sostener el sufrimiento de nuestros familiares y vecinos. Es el fracaso del individualismo y el consumismo que nos impide acercarnos a los demás de forma altruista. El hecho de que en el tercer mundo gracias a los lógicas que rigen sus comunidades se recupere el doble de afectados de un brote psicótico (OMS, 2010) que en Occidente es una prueba palpable del enorme desperanto que sin querer promovemos al patologizar ese desamparo en una pirueta rocambolesca y execrable. En otras palabras: “Los problemas colectivos del malestar se convierten en un problema de salud personal, en un conflicto privado. El sufrimiento individual, resultado de una contradicción social, aparece oculto en el momento que este sufrimiento es confinado en un espacio técnico-sanitario, aparentemente neutral. Tanto el neoliberalismo como cierta ideología psiquiátrica y psicológica coinciden en esta tendencia a ocultar los problemas sociales detrás de los sufrimientos personales. Se propugna un reduccionismo psicológico o biológico de fenómenos y realidades que son mucho más complejas y se empañan

otras perspectivas que explican mejor y de forma más global el sufrimiento de las personas.” (Ortiz Lobo, 2013).

El crecimiento por tanto partiría de la conciencia colectiva y de una revolución que lleva retrasándose demasiado tiempo. Es desde el encuentro desde donde podemos transformarnos, desde la movilización activa desde donde podemos cambiar las cosas. No hablo únicamente de manifestaciones callejeras, hablo de que la cultura de la transformación invada las consultas, los hogares, las casas, el trato y las relaciones. De que rescatemos a ese niño ávido de historias que olvidamos en el desván de nuestra memoria, y que le preguntemos si quiere ayudarnos a hacer de este un mundo mejor.

Porque la conciencia del problema que se nos supone sólo llega desde el conocimiento ideológico, desde la política, desde la salud. Es increíble como se ha movilizado en una inmensa y corrosiva marea blanca tantísimos trabajadores en defensa de la sanidad pública, como en algunas ciudades se han abierto consultorios gratuitos para inmigrantes, como se han organizado espontáneamente asambleas donde discutir y repensar el futuro de una forma de entender la salud única en el mundo por su universalidad y calidad. Mientras las instituciones políticas hablan de un sistema de salud enfermo y deficitario, tantísimos profesionales han dado muestras

de su salud al asociarse, para defenderlo y defenderse, en un acto de responsabilidad y rebelión. Sería maravilloso que este mismo espíritu de construcción colectiva contagie a los profesionales y a los dispositivos de salud mental, y les ayude a abandonar el paternalismo y la coerción. Que se empiece a contar con quien se llama pacientes, sin cosificarlos, desde el mutuo compromiso de colaboración. Quizás para eso sólo haga falta generar esos espacios de libertad donde las historias, los relatos de tantas historias, ocupen el lugar de tanta etiqueta desacreditadora. Sólo se me ocurre un motivo para no querer escuchar una buena historia, aunque esta parezca descaalgada y haya que jugar a detectives para recomponer las piezas sueltas que nos regalan, y es el hecho de no haber tenido tampoco nadie que haya escuchado la nuestra. Contar nuestra propia historia, compartirla con alguien a quien valoramos, muchas veces es la mejor forma de acercarse a lo que realmente somos, limpiar los estantes de nuestra memoria, allá, en la trastienda de los ojos. Como demuestran tantísimas novelas y poemas es necesario conocerse a uno mismo para poder conocer a los demás. Si no nos conocemos, si sólo nos acercamos al otro a través de la teoría no estaremos promoviendo un mundo más humano, sino como diría Aldous Huxley: Un mundo “feliz”.

Lugo, 6 de noviembre de 2013.

## Bibliografía

- Martín Gaite C. El cuento de nunca acabar. Madrid: Ed. Anagrama, 1988.
- Correa-Urquiza M. La rebelión de los saberes profanos. Textos URV. Tarragona 2010.
- Lobo Ortiz A. Hacia una psiquiatría crítica. Madrid: Grupo 5, 2013.
- Goffman E. El estigma. La identidad deteriorada. Buenos Aires: Amorrortu, 1988.
- Foucault M. La arqueología del saber. Buenos Aires: Amorrortu, 2003.
- Pessoa A. El libro del desasosiego. Madrid: Acanalado, 2007.

- Deleuze G, Guattari F. El Antiedipo. Capitalismo y esquizofrenia. Barcelona: Paidós, 1998.
- Homero. La Odisea. Madrid: Alianza Editorial, 1997.
- Martínez A. ¿Has visto como llora un cerezo? Barcelona: Univ. de Barcelona, 1998.
- Cervantes M de. El ingenioso caballero Don Quijote de la Mancha. Madrid: Alianza Editorial, 1995.
- Páramo P. Juan Rulfo. México-Barcelona: Editorial RM, 2005.
- Shakespeare W. Hamlet. Madrid: Colección Austral, Espasa Calpe. 1996.