

RECUPERANDO EL HONOR DE NUESTROS ANTEPASADOS.

Margriet Boom

Resumen

En el presente trabajo se presenta el análisis del efecto que tuvieron las preguntas de Terapia Narrativa que David Epston me hizo en una entrevista en vivo en la que recuperamos la memoria de la relación con mi padre. Con cada pregunta se iba haciendo quedaba más clara la trascendencia de esa relación y el haber podido recuperar los significados asociados a la importancia de la vida de mi padre se hicieron visibles. Hasta ese momento la confusión que sentía no me permitía ser una digna portadora de la bondadosa existencia de mi padre, en una visión realista, no idealizada, en donde pudiera integrarse su lucha contra la enfermedad así como su valiosa visión del mundo. Ese legado pudo hacerse mío hasta después de una hermosa conversación con mi padre a través de David Epston.

Palabras Clave: Terapia Narrativa, Preguntas del Otro Internalizado, recuperación de la experiencia vivida, significados alternativos.

Abstract

The present paper includes the analysis of the effect that the Narrative Therapy questions that were asked in a live interview by David Epston had in recuperating the memories of the relationship with my father. With each question asked, the transcendence of that relationship became clear and in that recuperation the meaning associated to the importance of my father became visible. Up to that moment the confusion I felt did not allowed me to be a worthy conveyer of the generous existence of my father with a realistic vision, not an idealized one, in which his struggle with sickness and his valuable word vision could be integrated.

His legacy could become mine after the beautiful conversation with my father through David Epston.

Key words: Narrative Therapy, The internalized other questions, recuperating lived experience, alternative meanings.

Desde muy pequeña, ocasionalmente, aparecía en mi vida una intrusa, que era como un torbellino que arrasaba temporalmente con todo lo que hallaba a su paso. Así, desde que tengo recuerdos, conviví solo por espacios de tiempo, con la locura. La sentí atravesar mi piel, meterse por mis poros, invadirme, llenándome de su incomparable vacío, de su ausencia omnipresente, de su dolor indescifrable..... Aunque no se apoderaba de mi persona, lo hacía de alguien tan querido, que hubiese dado lo que fuera para poder desterrarla para siempre. No acudía frecuentemente, pero yo presentía su llegada, la veía acercarse cautelosa y decidida, sintiéndome absolutamente impotente ante su presencia.

Conocía su olor a colchón enrarecido por el paso de los días sin visitar un cepillo. Reconocía su semblante: de ojeras acentuadas, de facciones estáticas; en una mueca donde uno puede marchitarse, intentando descifrar el sin sentido, en esa expresión que se petrifica, por lo que parecieran siglos. Identificaba su música: ese interminable andar que no se dirige a ningún lado, su incansable danza nocturna.... sin tregua, sin descanso, sin remanso.. .

Desayunaba con ella por las mañanas, y con esa pesada dificultad para tolerar la salida del sol y el reto de enfrentar un nuevo día para desperdiciar. Comí con esa agitada respiración, que inútilmente trataba de apaciguar el acelerado recorrido de las fantasías y el terror del desconocimiento del propio cuerpo.

Bebí su cotidiano y esclavizante trabajo : esa afanosa tarea de organizar en el afuera, lo que se rompió en el adentro.

Reconocía ese andar pesado y cansado, ese dar vueltas al mismo lado, ese ver sin poder mirar, ese no poder escuchar, en medio del griterío interno, imposible de acallar. *Y muchas veces me invadió su angustia inaguantable, su razón*

inexplicable, su pesadumbre inagotable y entendí por qué a veces no se quiere existir más, y entendí porque la muerte no es el peor lugar.

Cuando me di cuenta que era una intrusa recurrente, que contra mi deseo y el de mis hermanos, siempre regresaba, decidí tratar de descifrarla y así caminé con ella buscando un espacio donde estar, una morada donde habitar, donde existir, y agradecida, la locura, me regaló “la compasión”: esa hermosa capacidad de poder sentir con el otro, de querer estrecharlo en su fragilidad compartida, en su existencia dolorida. Y desde lo más profundo de los afectos de mi infancia, la estreche entre mis brazos, como una compañera que iba y venía con el calendario, con las estaciones del año, y aunque no puedo decir que la apreciaba, sí aprendí a mirarla diferente, a no sacar conclusiones rápidas, a tolerarla, y a escabullirme cuando su presencia me dolía más de lo que podía procesar sin confundirme.

Así crecí: con un talentoso y cercano padre que, de vez en cuando, enfermaba. Y yo.... lo acompañaba. Era tanto lo que el cotidianamente me brindaba, que no podía ni quería alejarme cuando ella temporalmente lo atrapaba.

Buscando soluciones visitamos sabios, consejeros del destino humano, porque ya no queríamos, que él, que siempre nos confortaba y consolaba, que era dueño de tantas palabras sensatas, de pronto, sufriera de ese daño, que nos lo arrebatara y nos lo devolvía, después de meses, demacrado y cansado.

Buscando entender.... me rompí los ojos estudiando, y traté de explicarme a la manera, de los sabios, pero no hubo mayor cambio... sucedía con las estaciones del año, con las partidas, con los cambios.... y yo miraba mis manos, intentando, de acuerdo con las explicaciones que nos habían brindado aquellos sabios, encontrar el momento en donde la malignidad se nos había escapado y lo lastimaba tanto: robándose por un tiempo su encanto, su suavidad y su pensamiento sensato.

Y así, me marcó para siempre una necesidad de ayudarlo, de ayudarme a mi misma, a través de su llanto. Pero esto no era todo lo que él era, aunque lo dijeran los sabios... también, y mucho más ciertos eran su risa, su baile, su poesía, su generosidad y sabiduría; ese su hermoso encanto, que tantos quisimos y que quisimos tanto, y que regresaba siempre, como una promesa, como un regalo... con la certeza de que en algún lugar, seguía habitando y que esto también era tan cierto que podía sobrevivir a los embates de esta poderosa enemiga. Renacía siempre.... muy cansado, pero cada vez mas seguro.... más humano.

En medio de esta lucha, nos dimos la mano, aunque no podía saber entonces lo que hoy me parece tan claro, y que es lo que quiero relatarles. El legado que dejo mi padre parecía perderse.

Todo sabíamos que su existencia nos había hecho mucho bien y todos habíamos pasado por la dolorosa experiencia de su enfermedad y haciendo un honesto balance, su presencia nos había enriquecido: hijos, alumnos y compañeros de trabajo así lo sabíamos pero era difícil llevar esta certeza sin mutilar su historia. Generalmente presentábamos su cara amable y admirable: sus libros, su generosidad, su destacada labor científica o su profunda visión filosófica y espiritual de la vida y existía algo así como un acuerdo de guardar en secreto los embates con esta poderosa intrusa y también siempre existía el terror indescifrable de que el solo hecho de nombrarla fuera una especie de invocación, el presagio de su pronta llegada ó aún más, el miedo sobrecogedor de que se apoderara de alguien más. Ya lo había hecho de mi padre temporalmente y de mi hermana de forma más permanente. Era una enemiga peligrosa y de la que difícilmente se podía hablar pues cuando la nombrábamos, aún después de la muerte de mi padre, seguía haciendo estragos, pues parecía seguirse apropiando de su riqueza: en cuanto se le nombraba las aportaciones de mi papá eran descalificadas. La locura seguía adueñándose y destruyendo la valides de nuestros tesoros familiares, y nos seguían haciendo sentir diferentes, inadecuados, distintos, anormales... esconderla nos hacía sentir protegidos pero mutilados, tramposos, deshonestos; hablarla nos hacía sentir despojados de lo

nuestro, mal entendidos , juzgarlos; sin poder integrar lo que esta lucha generó en su persona y en nosotros mismos.

En los pueblos antiguos el legado de los antepasados es la base de la espiritualidad, la posibilidad de una vida buena para las siguientes generaciones. La confusión que sentía no me permitía ser una digna portadora de la bondadosa existencia de mi padre, en una visión realista, no idealizada, en donde pudiera integrarse su lucha contra la enfermedad así como su valiosa visión del mundo. Ese legado pudo hacerse mío hasta después de una hermosa conversación con mi padre a través de David Epston.

Me sentía profundamente orgullosa de mi padre: un médico reconocido, que hablaba siete idiomas, bailaba como digno representante del Caribe, era afectuoso e inteligente, pero al mismo tiempo señalada por la presencia de su enfermedad.. Sí era cierto como decían los especialistas consultados hasta entonces que todas estas habilidades eran solo mecanismos, y que, mi padre solo se defendía de su enfermedad, entonces se defendía como un valiente. Yo no quería negar su problema pero. ¿Por qué había que descalificar sus intentos y explicar toda su riqueza solo como reactivos propios de su estructura psicopatológica? ¿Por qué me arrebataban parte de mi misma, al destruir lo que había sido la base sobre la que se construían mis afectos, mi confianza, mi capacidad de estar cerca. Todo esto que había aprendido de él, le era expropiado. Lo que la locura no había podido hacer en vida, lo hacían ahora con su memoria con estas interpretaciones, porque ella no lo despojaba, sino temporalmente de estos atributos, lo que sí hacían estos especialistas que explicaban todo en función de su enfermedad. La locura se convertía así en la gran soberanía del relato y al intentar vencerla el ejército al que habíamos acudido para destronarla se convirtió en su más fiel aliado.

Entonces este legado quedó oculto, y mutilado. Roto y desvirtuado. Yo sabía que la presencia de mi padre había sido una afortunada ocurrencia en mi vida y había aprendido a mantener para mí y algunas gentes muy cercanas esta certeza, y así había resuelto esta lucha desigual.

Me sentía satisfecha con el trabajo generado cuando de pronto, en un taller de Narrativa que daba David Epston se nos ofreció la oportunidad de trabajar sobre alguna cuestión que sintiéramos habíamos resuelto de alguna forma. Siéndoles sincera esta lucha entre el orgullo y la vergüenza nuevamente hizo aparición, pero la cariñosa y respetuosa manera en que David había conducido a la otra compañera me había conmovido profundamente. Además me intrigaba que nuevo aprendizaje podría surgir. Había aprendido a trazar mi propio rumbo y me sentía cómoda con mis respuestas, por lo menos, en un ámbito suficientemente protegido, abrir toda esta información me inquietaba, pero la cálida y brillante manera de reconstruir la historia de mi compañera me jalaba como un imán. Fue entonces cuando empezó esta hermosa conversación que me llevo en un viaje mágico a través del tiempo y en donde pude sentarme en las rodillas de mi padre.

El inicio de la conversación en si mismo ya marco un cambio detonante.

David Epston: “¿Que le hacían las crisis psicóticas a tu papá?”.

Por primera vez alguien podía verlo con claridad. Mi papá no era las crisis. Ellas eran el problema, pero ellas no eran mi padre. Mi padre era otras cosas, y sufríamos juntos las crisis. Esta sola pregunta hizo un cambio abismal. Sentí como si me transportaran de pronto a otra dimensión de análisis. Alguien , desde fuera, me ayudaba a ponerle nombre a un evento en donde yo me encontraba metida, tan confundida quizás como papá, porque de pronto la persona de mi infancia con quien mas identificada me sentía, se volvía alguien irreconocible. ¿Había hecho algo yo para provocarlo? ¿El lo había ocasionado por que no me quería? ¿Entones en realidad mi padre no era el hombre cariñoso y bueno que yo imaginaba? ¿El amor y calidez que mostraba cotidianamente eran una farsa? Aceptar esto no solo me llevaba a aceptar la dolorida existencia de la enfermedad, sino que me arrebatava de tajo todo lo bueno que había tenido de él. Otra explicación, había sido la existencia de un personaje que las provocara: quizás yo misma ó mi madre o mis hermanos, o alguien del trabajo. Entonces se sacrificaba el honor de los otros para rescatar a mi padre. Tampoco me satisfacía.

Ninguna de estas respuestas era reconfortante, y de pronto todas estas posibilidades se resolvían de una manera tan sencilla en una sola pregunta. Tantos años de estudio de psicología y neurología, que me habían permitido fundamentar la característica funcional de estas crisis se resumían en 8 palabras sensatas. No había ejecuciones, no había justificaciones, no había acusaciones ni acaloradas defensas..... no eran necesarias.

Desde este inicio la dignidad de mi papá, de mi familia y la mía misma estaban salvadas, no había que hacer una elección entre ellas. Ahora sí no me importaba hablar sobre las innumerables carencias y limitaciones que sufríamos debido a la enfermedad, porque me habían situado en un lugar tan digno como el de cualquier otra persona que no tuviera un papá con crisis, por que el no era las crisis. Podía ser igual que cualquiera de mis amigas: a sus papás también les daba dolor de cabeza, gripa, úlcera.... En una pregunta me devolvía el derecho a ser una gente común y corriente. En una pregunta me otorgaba el mismo derecho que los otros a mis emociones y fantasías, le daba el mismo valor a mis palabras que el de cualquier otro, mis palabras no eran simplemente más las de una hija desesperadamente buscando al padre que nunca tuvo. Mis palabras tenían validez en un nuevo universo de significados. Es como si me devolviera la voz. Capaz de narrar los sucesos, me hacía sujeto del discurso, me permitía narrar mi historia y no ser narrada por otros.

Esa pregunta me hacía ciudadana del mundo de la gente normal, donde siempre había pensado que me habría colado, por mis habilidades para el engaño. Sentía que había usurpando un lugar que no me correspondía y con esta pregunta David me daba la bienvenida. Todo esto sucedía con una simple pregunta, era toda una revolución interna.

David Epston: “¿Qué le hacían las crisis a tu padre?” Me volvió a preguntar David.

Me parece que dándose cuenta del enorme torbellino que se estaba generando en mi cabeza, y dándome tiempo para poder responder.

Conteste claramente - “Lo hacían distante y enojado, triste y desconfiado.”- No tenía miedo de decírselo, por primera vez podía quejarme de la crisis con

confianza y hablar de todo el dolor que significaban pues ellas no eran mi padre, podía desahogarme “Lo hacían perder todas las cosas que nos permitían acercarnos..... No era agresivo, pero la expresión de su cara se endurecía. Sus facciones generalmente amables se volvían duras, su sonrisa que generalmente salía al encuentro...se perdía. Su alegría y su música dejaban de sonar. Lo hacían molestarse por cualquier cosa, sin la tolerancia cotidiana que el nos inculcaba. Lo hacían resentido y burlón. Yo sentía miedo cuando él entraba en crisis. No quería tomar su medicamento y esto alargaba el proceso de recuperación unos tres meses; yo trataba de convencerlo, me enojaba, me angustiaba. Todo era tan difícil. Tenía miedo de que hiciera algo incoherente como atravesar una calle sin mirar, prender un cerillo en la gasolinera. Cuando salía de viaje casi siempre enfermaba. Siento que cuando perdía el contacto con su mundo cotidiano las crisis lo hacían desorganizarse mucho.”

“Cuando entraba en crisis se volvía tremendamente vulnerable y apagado. No podía cumplir con tareas tan cotidianas como su autocuidado. No me gustaba que mis compañeras y amigas lo vieran en ese estado, me daba vergüenza y después me sentía mal por haberme avergonzado de él, pues lo amaba profundamente”.

“Su expresión cambiaba tanto que esa mirada apacible y generosa parecía la de un pequeño en medio de un campo de batalla, buscando un refugio y percibiendo al entorno como tremendamente hostil y peligroso. Su rostro, atractivo, se volvía lejano.... dejaba de comer y parecía consumirse.” -Eran tantas las imágenes guardadas que parecían salir a borbotones.-

El hecho de que David no buscara un culpable me permitía por primera vez hablar de lo que pasaba en sus crisis sin necesidad de defenderlo. Por primera vez no me sentía dividida entre hablar de mi dolor y temer hacerlo por estar atacando su memoria. La pregunta de David me permitía ser una persona simplemente hablando de su dolor y no tener que ocuparme al mismo tiempo de cuidar la dignidad de mi padre. Podía atender a mis propias heridas, mi padre estaba a salvo. Pues él no estaba siendo atacado, entonces yo podía, sin miedo, aunque sí con dolor, hablar de su manera tan distinta de estar en esos momentos. De como sentía perder el contacto con su amoroso cuidado y de cómo las crisis

me generaban miedo y vergüenza. Podía hablar de mi propio dolor sin temor de dañarlo con mi queja. Éramos los dos juntos contra las crisis, éramos un equipo, como siempre, pero me hacía mucho bien poder decir todo esto y por primera vez en mi vida dejar expresarse este profundo dolor. Esta conversación generaba una nueva manera de percibir esta misma realidad y nos liberaba a todos, podía respirar profundo y hondo, podía llorar con todas mis lagrimas, podía ser débil y frágil, podía necesitar cuidado y pedirlo, podía decir lo mucho que estas crisis me lastimaban a mi también y me dañaban, de cómo habían aumentado mi miedo e inseguridad. Al no necesitar proteger la memoria de mi padre, podía atender a mi propias limitaciones y carencias.

David Epston: “¿Había alguna manera en que tu papá podía ayudarse a salir de estas crisis?”

Otro detonante. Mi papá dejaba de ser un discapacitado para convertirse en alguien capaz. Esta sola pregunta ya situaba a mi papá en otro lugar de respeto y honorabilidad. Los recursos con los que contaba, que eran muchos, dejaban de ser descalificados y encasillados como meros actos defensivos para convertirse en herramientas válidas. Éste cambio interno se generó inmediatamente, aún antes de poder articular la respuesta. Era la primera vez que un sabio del comportamiento humano se dirigía a mi padre con respeto y calidez. Me sentía profundamente agradecida. El espíritu de mi padre parecía rondarnos en el sentido de los pueblos primitivos y estar satisfecho con saber que su recuerdo era tratado con respeto.

Entonces vino una respuesta fácil y rápida, “Todas las mañanas, él se despertaba muy temprano, a las 5 y media de la mañana y se dedicaba a leer libros con lo que decía podía cultivar a su espíritu. Entre ellos Gandhi ocupaba un lugar central, pero también estaban Martín Buber, Theilard de Chardin y los últimos años el Dalai Lama.

Hablaba de que los hombres teníamos que trabajar en nuestro espíritu como lo hacemos para fortalecer los músculos y que estas horas de lectura y meditación lo llevaban a una paz interior.”

“Decía que el amor a los demás tenía que expresarse en actos concretos y que los momentos de reflexión le permitían ver en que momentos del día había dado demasiada importancia a cosas que no debían tenerla.”

“Cuando me levantaba para ir a la escuela, en la tenue luz del amanecer dentro de su estudio, lo recuerdo con sus ojos cerrados y un libro en las piernas.” Cuando oía mis pasos solo levantaba sus ojos, sonreía y volvía a lo suyo, yo sabía que no debía interrumpirlo, pero esa mirada era un saludo.

“Nos llevaba a la escuela y él se iba a su trabajo. Cuando crecí un poco más lo acompañaba todas las vacaciones al Hospital, donde trabajaba. Era un médico muy reconocido y querido por sus pacientes. Era gastroenterólogo, pero había leído mucho de psicoanálisis. Decía que en el estómago se sentían muchas emociones y que muchos de sus pacientes necesitaban más que una medicina para curarse.”

“El trabajo era otra de sus herramientas para salir de sus crisis. Cuando estaba en crisis y empezaba a trabajar se recuperaba rápidamente.. Creo que el curar a otros lo ayudaba a curarse a él mismo, quizás de ahí surgió mi vocación por las neurociencias y el cerebro, y la sincera convicción de que la curación es un proceso en el que necesitamos ser acompañados, pero que la ejercemos cada uno con nuestro propio ser.”

David Epston: “Entonces tu papá era un pensador. Era un hombre espiritual para quien los valores eran importantes.”

Nuevamente otro bombazo. Mi padre era un hombre espiritual. Su enfermedad no lo descalificaba para ser un hombre bondadoso.

Las interpretaciones psicopatologizantes habían colocado en su mente intenciones oscuras, inconscientes y embarazosas de las que yo o bien me defendía inútilmente o bien me sentía profundamente avergonzada, incluso aterrada. Lo

hacían ser un ser irreconocible para los que vivíamos junto a él, pero que encajaba con la teoría que el especialista defendía. No había manera de cuestionar estas aseveraciones, eran un saber dado de antemano.

De pronto, en una sola pregunta se validaba lo que yo no había podido sustentar con 2,000 argumentos. Así, sin darme cuenta, había ingresado a otra realidad. Otro recorte de sucesos. La validez de su capacidad espiritual estaba dada como premisa de esta nueva realidad.

-“Mi padre, conteste, era un hombre para quien la bondad era un valor muy importante.” No tengo que decirles que para este momento de la conversación difícilmente podía decir una frase completa sin ser interrumpida por cascadas de agua que brotaban de mis ojos.

David Epstein: “¿Qué valores encuentras en ti que hayan partido de esta espiritualidad inculcada por tu padre?” Y ahora David también me redignificaba a mí.

“Creo que todos mis hermanos y yo misma tenemos una orientación humanista y creemos profundamente en valores como la generosidad, la compasión, el amor, la tolerancia, el respeto, la libertad...

Quisiera hablarles acerca de un recuerdo que ahora viene muy claro a mi mente. Desgraciadamente en mi país aun hay situaciones de injusticia social inaceptables y que tendrían que ser modificadas de raíz y de esto mi padre tenía especial conciencia. Un día estábamos comiendo en casa de mi abuela y se acercó un hombre en un muy mal estado. Su ropa no había sido lavada en mucho tiempo y se veía mal nutrido. En ese momento mi padre salió con su plato de comida a la calle y se lo dio. Inmediatamente mi abuela iba a servirle nuevamente de comer y él le contesto. “No Lolita, (aunque era su suegra se querían entrañablemente) yo le he querido compartir a este hombre tu deliciosa comida, que nos haces con tanto cariño, y él me ha venido a compartir su hambre para que pueda entender como se siente él.” Recuerdo que en ese momento no entendí por qué mi papá no se servía más si había suficiente. Después él me explico que era importante

no olvidarnos que nuestra manera de vivir no era la que todos tenían y que a veces convenía que recordarlo con vivencias concretas para que estuviéramos concientes de que habría que hacer algo para cambiar esas injusticias del mundo.

David Epston:-“¿Recuerdas qué medios utilizaba tu padre para transmitirles estos valores?”

Era una conversación cómoda. David había captado la esencia de mi padre y yo podía expresarme con naturalidad y confianza.

-“El nos leía mucho- contesté- Nos leía libros sobre todo de Gandhi, a quién el admiraba muchísimo. Nos leía sobre distintas religiones y nos decía que Dios tenía mil nombres porque escogía diferentes maneras para presentarse a cada quien, la mejor era la que le sentaba a cada uno, la que correspondía a su “lengua materna”. Por eso siempre traía a la mesa lecturas de distintas religiones y nos inculcaba un profundo respeto por las distintas expresiones espirituales.”

David Epston:-“¿En qué momento del día te leía tu papá? ¿Antes de ir a la cama? O ¿Te colocaba en sus rodillas para leerte? ¿Te abrazaba mientras lo hacía?”

En ese momento vino a mi mente una imagen tan vívida de mi papá que parecía estarlo viendo en su lugar de lectura, en su estudio.

La mirada de mi papá era muy afectuosa y su sonrisa era cálida. Sus cariños eran una palmada en el cachete o pasarnos el brazo por arriba del hombro mientras caminábamos. Cuando nos leía generalmente era en momentos de reunión familiar y cuando alguien necesitaba algún apoyo de él. Te llamaba a su estudio y ahí te preguntaba algunas cosas.

No te daba consejos directos, no puedo decir que fuera un hombre práctico, te ayudaba a pensar, te cuestionaba cariñosamente haciéndote ver algunas cosas que el consideraba importantes y finalmente te decía “lo que tu decidas está bien para mi”. Te abrazaba con este afecto y esta aceptación. Creo que la humildad que le regaló su enfermedad lo hizo profundamente tolerante con las personas y comprensivo. Aunque también en ocasiones le faltaba fortaleza para enfrentar

dificultades cotidianas cuando implicaban alguna confrontación y una visión más realista de la vida. Era un tanto romántico e idealista. Algunas veces necesité un consejo más práctico que la “no violencia” cuando alguien se llevaba mi almuerzo en la escuela. Pero eso era lo que él podía brindarme y era tremendamente valioso para mí.

David Epston:-“¿Recuerdas el color del libro que usualmente tu papá te leía?”

Entonces sentí que entraba en el túnel del tiempo. Ahí estaba él, leyendo. ¡Claro! el libro era de pasta anaranjada dura. No tengo la menor duda. La pasta estaba desgastada de tanto uso. Las páginas subrayadas y llenas de anotaciones, que ahora guardo como un tesoro pues siguen siendo diálogos con él.

El estaba ahí conmigo, dentro de mi corazón y en mi cabeza. Su presencia era tan fuerte y tan clara que su afecto no podía ser descalificado ni siquiera por los falsos sabios del destino humano.

Este recuerdo vivido me hacía constatar lo que sabía profundamente pero que nunca había podido expresar, por no haber encontrado un interlocutor con quien compartir esta realidad. El afecto de mi papá no era una mera defensa, era tan real como lo eran en ese momento todas las personas que estaban presentes escuchando la historia, creando esta nueva realidad.

El dialogo con David le daba un lugar. Esta verdad era validada y consensuada, lo que antes nunca había sucedido. Encontraba una existencia en el mundo social y no sólo en el individual de mi familia, como una afirmación posible.

Y además era un encuentro cercano con mi padre en donde su afecto podía ser recibido sin recelo, por que podía hablar con él del daño que sus crisis me habían hecho, sin atacarlo, sin lastimarlo. Su afecto era liberado de las interpretaciones descalificadoras y puesto al alcance. Sin constituir ningún riesgo ni implicar la renuncia a su dignidad o a mis necesidades afectivas.

Entonces, como si David pareciera captar la necesidad que tenía de hablar con mi padre, me solicitó permiso para tomar su voz y hablar por él durante un momento.

David Epston: -¿Margarita hay algo que quisieras preguntarle a tu padre? ¿Algo que quisieras aprovechar de esta sabiduría que él te brindaba? ¿Podría yo tomar su voz por un momento? Para poder hacerlo más vivencial David me preguntó como me llamaba mi papá usualmente, que expresiones utilizaba, como era su estilo de conversación y algunos datos acerca de mi familia actual como nombres, edades ocupaciones y características de cada uno.

Y así inició un encuentro con papá Ramón.

David Epston/Ramón: -“Estoy muy orgulloso de lo que has hecho”, me dijo. “De la manera en que has formado a tu familia y de tu trabajo. Siento que todo esto encierra mucho de lo que trabajamos juntos.”

-*Papá me gusta mucho mi vida, mis hijos, mi esposo, pero te extraño... A veces me siento tremendamente agobiada, como teniendo que hacer un trabajo muy grande. Cada vez estoy más metida en el mundo de la neurología y hoy existen opciones de tratamiento maravillosas que regeneran el funcionamiento del cerebro. Pilar mi hermana ha mejorado muchísimo, me encantaría que la vieras... cada vez interactúa más con nosotros, está más contenta y con menos angustia, pero siento como que hay tanto trabajo por hacer que siempre tengo prisa. Se que este tratamiento hubiera resuelto para siempre tus crisis.... que ahora podemos explicar claramente sin que sea culpa de nadie. Y siento como si el tiempo me hubiera ganado la batalla, Como que encontré esto después ... cuando ya no estaba.... la respuesta llegó tarde*.

David Epston: -“¿Por qué piensas que llegó tarde? Las cosas son de otro modo. Más bien yo tuve que llegar primero para que tú supieras que la enfermedad es algo que nos ata pero que no destruye nuestra capacidad humana y para que tu te acercaras a las gentes con las que hoy trabajas con la empatía y cercanía que te hubiese gustado tuvieran con nosotros. No mi amor, al contrario, que bueno que Pilar está beneficiándose con todo esto, me hace sentir tranquilo y feliz, era una fuerte preocupación mientras vivía el que ella hubiera heredado mi condición. Esto

me deja tranquilo, y habrá alguien que continuará lo que hoy estás haciendo...solo haz lo que a ti te corresponde, sin prisas, hasta donde puedas y disfruta, como yo de la música y del baile...no todo es trabajo aunque se que a ambos siempre nos ha gustado.

Me siento muy contento de verte así y saber que todo lo que construimos juntos sigue habitando en tu interior. En mis libros podemos seguir conversando o en el momento que tu desees, puedes buscarme en tu corazón donde habitó tranquilo y feliz, yo estoy aquí contigo...”

“Estuve a punto de correr y abrazar a David como una niña... y desde ese día no se puede escapar de mis afectos. Aunque había conversado con él unas cuantas horas conocía mi mundo interno mejor que nadie...mejor de lo que yo misma había podido entender. Estaba profundamente agradecida”.

Entonces entramos al momento final de esta conversación en donde todo parecía integrarse en una nueva historia. David me preguntó si podía retomar su voz y dejar la de papá Ramón. Accedí porque sabía que mi padre siempre estaría ahí.

David Epston: Me preguntó con voz calmada -“¿Has podido transmitir a tus hijos estos valores? ¿Qué encuentras en ellos de lo que tu padre estaría orgulloso?”

De pronto esta pregunta me acercaba a una visión de mi padre como ese Gran Espíritu que vigila por el bienestar de las generaciones venideras. Y entonces pensé en lo importante que es guardar con dignidad el legado de nuestros ancestros. Esta entrevista no sólo me estaba liberando de la vergüenza y la culpa. Estaba recuperando para los que vienen, su legado.

Mientras redactaba este trabajo llegó a mis manos un libro sobre la cultura de los indios navajos. Del encuentro con este libro surgió el título del trabajo. En este libro Joseph D. habla de lo importante que fue para él encontrarse con la fotografía de “Captura de Caballo” su bisabuelo, y todo lo que pudo recupera de su historia y del legado de su cultura después de este encuentro. Joseph D se

sentía profundamente agradecido con Curtis, fotógrafo enamorado de la cultura india que había hecho estas fotografías que ahora ocupaban un lugar en su vida. Joseph D. nos comparte “Captura de Caballo está con nosotros en todos nuestros hogares, su presencia nos ayuda a escoger la dirección que toman nuestras vidas...Verlo no solo nos trae a la memoria a nuestros parientes sino que también refuerza nuestro empeño, como indios de enseñarles a nuestros hijo las costumbres de nuestros antepasados.” (Joseph D. Horse Capture)

Yo me sentía como Joseph D, la presencia de mi padre me ayudaba a recordar quien era y de donde venía.

Hacía unos días había encontrado entre los muchos escritos de mi papá uno que me conmovió profundamente: Este escrito decía

15 de mayo de 1978

“Estoy a unos días de salir para Madrid...

La depresión se ha visto superada por la angustia, temo que las palabras no den la magnitud adecuada a mis sentimientos.

Un sentir de inutilidad en mis acciones han caracterizado estos días previos al viaje. Parece que estoy condenado a nunca superar esta condición emocional, que siento me limita y hace trizas mis intenciones de despegar las alas.

Creo que si no volviera a la alabanza del Señor no podría sobrevivir. No siento que es virtud, es una necesidad. Si soy sincero debo aceptar que te alabo más por conveniencia. No siento que pudiera sobrevivir a la desesperación que me provoca el saberme mañana muerto.

Tú sabrás por qué soy emocionalmente un inválido. Me extraña de sobremanera. Por qué me sentía perfectamente antes de tomar el litio, y ahora que lo estoy tomando sólo como una precaución, es precisamente el momento en que se desata la depresión y la angustia que habían estado sepultadas por mucho tiempo.

Quisiera saber Dios mío, si hay razones para que no viaje a Madrid. Sigo en búsqueda de la verdad.

Ahora yo tenía algo que decirle a mi padre también. Él no era ni había sido un inválido. El había sido un nuevo pensador que encontró en el trabajo espiritual un camino para enfrentar su enfermedad. Era un hombre que había luchado por librar a los enfermos de la descalificación, que había intentado dar un espacio a todo aquel que sufre y que había visto en la fragilidad un camino para el desarrollo. Su legado podía ser puesto en palabras y sustentado con dignidad. Podía ser nombrado y tener un lugar en nuestras vidas.

Mi padre nos decía:

“La fragilidad humana puede ser una fuente de sabiduría si podemos aceptarla con humildad, si podemos abrir nuestras mentes hacia los conocimientos que tantos hombres construyen día a día con esmero, pero sobre todo, si podemos acompañar este esfuerzo, de un profundo y sincero espíritu de amor, respeto y comprensión hacia nosotros mismos y hacia quienes encontremos por el camino en este difícil pero valioso intento “

Pero sería injusto olvidar que este legado no habría podido llegar a nosotros sino fuera por la generosa y visionaria presencia de mi madre, que supo ver más allá de la enfermedad de mi padre y permanecer cerca de él recordando su parte valiosa durante sus crisis y ayudándolo a salir de ellas. Fue ella quien le brindó estructura y que nos mostró la importancia de la lealtad. Fue ella quien supo ver lo importante que era conservar su cercanía para cada uno de nosotros y que trató de protegernos lo más posible del embate de su enfermedad llevándoselo a casa de la abuela mientras estaba mal cuando pudo hacerlo. Pero el poder mirar esto también es fruto de esta conversación porque cuando le mostré a mi madre la entrevista, ella pudo regalarme su visión de las cosas y compartirme, con toda su trascendencia, su conciente decisión de continuar con él como pareja después de que vivió por primera vez sus crisis. Esta conversación también me acercó a ella y

me dieron unas enormes ganas de agradecerle que hubiese amado tan profundamente a mi padre. Mi visión de mi madre también se enriqueció y se creaba una nueva realidad que seguía desprendiéndose de esta conversación. También en relación a su persona. Y uno podría preguntarse cómo es posible crear una nueva realidad a través de las palabras.

Los interesantes planteamientos de la Escuela Narrativa (David Epston, Michael White, Alice Morgan, Alan Jenkins, David Denborough, etc.) y del construccionismo y contruccionismo social (Derrida, Goolishan, Gergen, Maturana, etc) han hecho interesantísimas aportaciones al respecto: la realidad no es mas que un relato que organizamos a partir de un determinado recorte de los sucesos y la creación de una interpretación de los mismos. Podrían recortarse otros sucesos para fundamentar otras historias. Con mi necesidad, que ahora ustedes pueden entender, de dirigirme al cerebro también encontraba ahí respuestas. Autores también brillantes (Le Doux, Llinás, Ritey, Ramachandran, Siegel) que nos plantean brillantemente como la realidad no es más que la codificación e interpretación que hacemos de los estímulos. El cerebro también es absolutamente narrativo: no es sino un coordinador y un procesador de información haciendo recortes de la realidad de acuerdo a los sistemas que tiene para descifrarla. Por ejemplo, existen sonidos que no oímos, colores que no vemos. Solo recortamos aquélla realidad que entra en nuestros sistemas interpretativos. Si los ampliamos podemos mirar otras cosas, como cuando los lentes infrarrojos nos permiten ver calor y no solo luz -¡Todo tenía sentido!!!.

Nuestro cerebro construye así significados y solo puede procesar aquello que le dice algo, que tiene sentido. Completamos imágenes donde hay puntos ciegos para poder descifrarlas. Sólo se piensa, siente o percibe aquello que puede ser codificado y decodificado. Aquello que encuentra sentido.

Al organizar un relato cambiamos la manera en que se percibe e interpreta una realidad, porque finalmente a la realidad a la que podemos aspirar es aquélla que podemos construir en nuestra mente.

David Epston a través de una sensible, cercana y brillante aproximación había creado otra manera de interpretar los sucesos. Había creado otra manera de

mirar. Había incluido en el espectro colores antes inimaginados. Todo esto en unas cuantas horas. Mi universo de significados había pasado por una revolución. Pero sobre todo mi corazón se sentía profundamente agradecido. David había recuperado para mí una fotografía de mi padre, que podía ser colocada como la de "Captura de Caballo" en la sala de mi casa y que me permite el día de hoy presentarla como orgullosa portadora de su legado.

Mi padre nos sigue enseñando a través de sus notas y sus lecturas y mis hijos tienen una profunda empatía por el sufrimiento emocional, un llamativo interés en el funcionamiento cerebral, y la convicción de que la complejidad del mundo emocional exige nuestro más profunda humildad y respeto. Su legado es parte de nuestro día a día.... en el que Armando, mi esposo, enriquece este legado con otras cosas muy necesarias y algunas parecidas pero otras muy distintas y muy útiles por que permiten estos legados a la vida práctica y de manera realista. Con su manera cariñosa, estructurada y solidaria de vivir la vida cotidiana nos aporta también el valioso legado de sus padres, a quienes afortunadamente tenemos todavía cerca. Esta presencia cercana, y al mismo tiempo realista, enriquece enormemente nuestra vida y permite que el legado del abuelo Ramón encuentre una manera más viable para aterrizar en el mundo y ser útil para quienes vienen después de nosotros.

Como epílogo, más no final de esta conversación, pues sorpresivamente sigue generando nuevas realidades, les comparto una canción que escribí para mi papá. Gracias por seguir generando conmigo esta nueva historia.

El Eco de tu Voz

**El eco de tu voz
se sienta junto a mi,
me arrulla como ayer
me abraza con tu ser.**

**En un lugar del alma,
donde habitan los amores,
tu sabes contestarme
y te encuentro en mis canciones**

**Y a tu calidez....
tu creer en mi
y esos ratos de complicidad
no se van.**

**Y tu voz que calma
y ese amor que abraza,
tu verdad y certeza
me dan fuerza de andar...
de sentirte cerca,
aunque no estés**

**No es cierto que no estas,
porque nunca te vas,
y aunque quisiera a veces
ser niña como entonces.**

**Recargarme en tus desvelos,
treparme por tus sueños,
acurrucarme en tus consejos,
te encuentro en mis anhelos**

**Y en tu calidez
tu creer en mi
y esos ratos de complicidad
no se van**

**Y tu voz que calma
y ese amor que abraza
tu verdad y certeza
me dan fuerza de andar,
de sentirte cerca....
aunque no estás**

**Te tengo que decir
que reconozco en mi
mucho de tu andar
de aquello que mire, en ti**

**Y en tu calidez
tu creer y en mi,
y en esos ratos de complicidad
no se van**

**Y tu voz que calma
y ese amor que abraza,
tu verdad y certeza
me dan fuerza de andar....
de sentirte cerca
aunque no estas.**

Margriet