

Kepa Bilbao Ariztimuño “Las almas heridas”

25 de abril de 2016.



“Lo importante no es lo que hagan con nosotros, sino lo que hagamos nosotros con lo que hicieron con nosotros”.

Jean Paul Sartre

Al mismo tiempo que leía en la prensa que según Europol al menos 10.000 niños refugiados han desaparecido nada más llegar a Europa o que en 2015 llegaron cerca de 26.000 menores sin acompañamiento de un total de 270.000 niños refugiados, terminaba de leer *Las almas heridas*. Un nuevo libro de Boris Cyrulnik (Burdeos, 1937), renombrado neurólogo y psiquiatra especialista en resiliencia a partir de su propia biografía, tras haber pasado parte de su infancia en un campo de concentración, donde perdió a su familia judía emigrada de Ucrania. El resto de su infancia lo pasó con familias de acogida. Empezó a ir a la escuela a los 11 años y acabó convirtiéndose en uno de los fundadores de la etología humana y uno de los principales teóricos y divulgadores de la resiliencia, que ha revolucionado el campo de la psicología contemporánea.

Boris Cyrulnik

Las almas heridas

Las huellas de la infancia, la necesidad del relato
y los mecanismos de la memoria



RESILIENCIA

gedisa
editorial

“No es fácil para un niño saber que le han condenado a muerte”. Era el típico caso perdido, un “patito feo” condenado a llegar a la edad adulta convertido en un maltratador, un delincuente o un tarado. Pero no fue así. Cyrulnik conoció a unos vecinos que le descubrieron el lado afable de la vida, le trataron como a una persona y le animaron a estudiar psiquiatría.

El mismo Cyrulnik lo relata de esta forma. “Cuando era pequeño me decía que todo esto era una locura: ¿Por qué mataron a mi familia? ¿Por qué mataron tanta gente? ¿Por qué me han querido matar? Tenía seis años, no había tenido el tiempo de cometer tantos crímenes. Tardé en comprender que aquello ocurría porque era judío. Entonces pensé que debía ser psiquiatra para comprender cómo era posible una locura así. Aprendí muchas cosas, pero no es la locura la que puede explicar el nazismo, ni tampoco los conflictos en Oriente Próximo, o en Francia, y que se están expandiendo en el mundo. Tardé décadas en entender que no es la psiquiatría la que puede explicar esto, es la sociología, la cultura, las novelas, los cineastas, los periodistas, los fabricantes de humor, los filósofos quienes pueden explicar esta tragedia o la reparación de una tragedia, pero no es la psiquiatría”.

“Con la neurociencia, si a una persona le gusta la música, dice Cyrulnik, fotografiamos, por ejemplo, la parte posterior del hemisferio derecho, que consume más energía cuando escucha música. La neurociencia permite comprender el efecto de los problemas sociales en el desarrollo de un niño. Son los conflictos sociales los que esculpen el cerebro y que provocan los conflictos de comportamiento en un niño. Cuando hice mis estudios no se podía razonar de esta manera: el cerebro por un lado y el espíritu por otro, como decía Descartes. La neurociencia, aún hoy, es

incomprensible para algunos pensadores que ven el cuerpo separado de la mente, sin comunicación alguna. El oído musical no está en la oreja, está en el cerebro. Y el cerebro está en la cultura, y es la cultura la que esculpe las zonas cerebrales que convierten a los niños en capaces de escuchar la música. Lo mismo ocurre con el lenguaje. El lenguaje esculpe las zonas cerebrales; si le hablamos mucho a un niño, y le enseñamos el placer de las palabras, vemos que esta zona cerebral funciona mejor. Si no le hablamos a un niño, si dejamos unas ciertas zonas sin teatro, sin cine, sin filósofos, sin educadores, esta zona cerebral no se diferenciará y entonces el niño pasará a actuar sin reflexionar. Y puede convertirse en un delincuente, su cerebro está mal formado por la desorganización social. La neurociencia confirma la importancia de la cultura”.

En este fascinante libro, Cyrulnik nos cuenta como a su alrededor, se explicaba la guerra y el nazismo afirmando que Hitler era sifilítico. Durante los años 1960, cuando el psicoanálisis empezó a participar en los debates culturales, se afirmó que Hitler era histérico, y cuando la psiquiatría aportó su grano de arena, se dijo que era paranoico. Estas explicaciones no explicaban nada, pero aportaban una forma verbal en una sociedad cartesiana que, al constatar un fenómeno de locura, como la guerra o el racismo, debía encontrarle una causa loca, tomada de los estereotipos que recitaba la cultura ambiente.

Las ideas simples, dice, son claras, lástima que sean falsas. Las causalidades lineales no existen casi nunca. Son un conjunto de fuerzas heterogéneas las que convergen para provocar un efecto o atenuarlo. Algunos se sienten cómodos en un pensamiento sistémico que da la palabra a disciplinas distintas y asociadas. A otros les irrita, pues prefieren explicaciones lineales que aportan certidumbre: “El nazismo se explica por la sífilis de Hitler”, dicen quienes sobrevaloran la medicina. “De ninguna manera -responden los amantes de las teorías económicas-, es el capitalismo el que ha provocado el nazismo”. “Por supuesto que no -replican algunas feministas-, el nazismo es la culminación del machismo”. Todos le sacan partido a su antojo, pero la realidad cambiante no puede reducirse a una fórmula simple.

Resiliencia

Recuperar a personas que han sufrido un trauma infantil. Esa acabó convirtiéndose en la misión de su vida. Con *Los patitos feos* (2001) puso de manifiesto que una infancia infeliz no tiene por qué determinar una vida: los traumas se pueden trabajar, se pueden superar.

De hecho, se le considera uno de los padres de la resiliencia, ese término, ahora tan en boga, que indica la capacidad de volver a la vida tras pasar por un trauma.

El término *resiliencia* tiene su origen en el mundo de la física. Se utiliza para expresar la capacidad de algunos materiales de volver a su estado o forma natural después de sufrir altas presiones deformadoras. La palabra viene del latín *resalire* (re saltar). Connota la idea de rebotar o ser repelido. El prefijo *re* refiere la idea de repetición, reanimar, reanudar. Resiliar es, entonces, desde el punto de vista psicológico, rebotar, reanimarse, ir hacia delante después de haber vivido una experiencia traumática.



La resiliencia, según Boris Cyrulnik, es el arte de metamorfosear el dolor para dotarle de sentido, es la capacidad de ser feliz incluso cuando tienes heridas en el alma, para resistir y superar las adversidades.

Las experiencias de huérfanos, niños maltratados o abandonados; de mujeres que han padecido violencia machista de sus parejas; de víctimas de guerras, de tortura, de catástrofes naturales, o de enfermedades han permitido constatar que muchas personas no se encadenan a sus traumas toda la vida, sino que cuentan con este antídoto.

Cabe deducir que si la resiliencia requiere de un contexto de amor y solidaridad, la

superación del trauma de los refugiados que llegan a Europa, muchos de los cuales vienen de vivir situaciones muy traumáticas, dependerá en buena medida de la respuesta de las sociedades que les acogen, por el momento, de la acción solidaria de colectivos de la sociedad civil que están respondiendo con humanidad para que algunos afectados puedan resiliarse tan dramáticas circunstancias ya que esta resiliencia difícilmente se podrá desarrollar entre la numerosa población de refugiados a las puertas de Europa, afectada por la indiferencia, el rechazo y las vejaciones del poder insolidario y autoritario de los gobernantes europeos ¡Una vergüenza y un atentado a los derechos humanos por parte de las instituciones europeas en pleno siglo XXI!

Cyrulnik nos dice: “Un golpe hace daño, pero es la representación del golpe lo que causa el trauma”. El ser humano no solo siente dolor, sino que lo sufre, es decir, lo percibe, lo interpreta, y es en este proceso donde la representación artística, y específicamente la poética, puede cumplir una función fundamental de redención y restauración, pues al transformar la desdicha en relato, canto o lienzo pintado, la persona se logra distanciar de ella haciéndola soportable, o más bien logra que “la memoria de la desdicha se metamorfee en risa o en obra de arte” (Cyrulnik, 2001), ya que en la elaboración artística del sufrimiento el individuo se hace dueño de sus emociones puesto que es él o ella quien presenta su obra e influye a otro, sea un otro concreto que escucha un cantico, relato o ve un drama o pintura.

Cuando los traumatizados no consiguen dominar la representación del trauma, simbolizándolo por medio del dibujo, de la palabra, de la novela, del teatro o del compromiso, entonces el recuerdo se impone y captura la conciencia, haciendo volver sin cesar, no la realidad, sino la representación de una realidad que les domina.

Hölderlin decía que la poesía era el hospital de las almas heridas. Cuando un alma está herida, dice Cyrulnik, el medio más seguro para no someterse a la herida es transformarla en belleza, en poesía, en filosofía, en compromiso político, en altruismo. Yo, como niño herido, no soporto que se hiera a un niño. Voy a comprometerme para que no se hiera más a los niños. Y de esta forma le damos sentido a nuestra vida.

Un diario de a bordo

Almas heridas (Gedisa, 2015) es un testimonio personal, “un diario de a bordo”, de cincuenta años de experiencia desde y sobre el nacimiento de una disciplina que llamamos psiquiatría. Un libro que ayuda a comprender las dificultades a las que se enfrentan las personas que han sufrido un trauma, una herida profunda en su alma. Por lo demás, un prodigio de equilibrio en cuestiones de envergadura como neurología, influencias genéticas y sociales, la epigénesis y su influencia en los cambios del funcionamiento neuronal, cuestiones metodológicas y la importancia de la integración multidisciplinar.

Para ser especialista se deben tener unos conocimientos muy amplios. La fragmentación



del saber lleva a incoherencias epistemológicas. Lo que es parcialmente cierto puede ser totalmente falso. Cyrulnik, toma visiones de distintas disciplinas y consigue ligarlas para obtener una visión más completa.

En cada época, dice, algunas palabras nuevas quedan colocadas en el punto de mira. Lo que provoca la inflamación de una palabra es el coro de loritos que hacen ver que piensan recitando juntos el mismo

eslogan. Ocurrió con el psicoanálisis, con la genética; pasa cada vez que un concepto entra muy rápido en la cultura: todo el mundo adopta esa palabra y diluye su significado.

Cuando la palabra *gen* hizo su aparición, dice Cyrulnik, sirvió para explicarlo todo, de modo que acabó por no explicar nada. Antes si alguien pensaba en el suicidio bastaba con hablar de su “pulsión de muerte” para quedar bien con dos o tres palabras. Hoy en día, cuando una aptitud

parece estar fuertemente inscrita en el corazón de una persona o de una institución decimos: "Está en su ADN". Esta expresión se ha vuelto la estrella desde que la policía usa el ADN para encontrar a criminales... ¡y a padres!

"La inflamación semántica ha hecho que se diga que resiliencia significa que uno puede curarse de todo. Y yo nunca utilizo el término curarse. Además, uno no puede curarse de todo. Pero si no se hace nada, uno no se cura de nada. Si se hace algo, a veces se mejora un poco, aunque no siempre".

No hay biografía sin heridas

En opinión de Cyrulnik, todos los seres humanos experimentan pruebas en la vida. No hay biografía sin heridas. Todo el mundo, en mayor o menor medida, atraviesa la vida recibiendo golpes. Algunos se dejan abatir, todos son heridos y algunos se vuelven a reconstruir a pesar de ello. Si un ser vivo, un hombre, un niño o una persona mayor está desgarrada por un traumatismo, ¿qué hacemos?, ¿Nos pasamos la vida llorando, gimiendo? ¿Hacemos reivindicaciones, buscamos venganza? ¿Hacemos una carrera como víctimas? ¿O por el contrario buscamos reconstruirnos? Tenemos esa opción y la "resiliencia" intenta eso, reconstruir. Ahora bien, matiza Cyrulnik, el entusiasmo producido por la palabra y la ignorancia de su definición hacían decir que gracias a la resiliencia todo se podía superar, hasta los peores traumas. Esta ingenua afirmación daba a la resiliencia una imagen de felicidad fácil, de pensamiento barato. La resiliencia es una nueva actitud ante el sufrimiento psicológico, que no es ni redentor ni irremediable. Cuando se vuelve a empezar la vida, incluso si se hace bien, ello no ocurre sin secuelas. Me costó comprender que terminaremos la vida con nuestras heridas, que forman parte de nuestra identidad. Estamos constituidos por esa herida.

Cuando se habla de resiliencia se plantea de inmediato su aplicación en el plano social, de salud o educativo a las poblaciones más desfavorecidas por una sociedad que genera pobreza, inequidad, exclusión, delincuencia, enfermedades de todo tipo. Y surge la sospecha. El fomento de la resiliencia ¿no es funcional al sistema de injusticia social que predomina? ¿no es un parche que hace olvidar las estructuras sociales que generan la injusticia? ¿no estamos postergando indefinidamente su solución? ¿se trata sólo de modificar al yo del sufriente, dejando intactos los discursos legitimadores de estructuras de poder que siguen generando injusticia, maltrato e infelicidad?

Muchos de los que trabajan con el concepto de resiliencia dicen que eso se encuentra lejos de su pensamiento. En este sentido, Boris Cyrulnik ha marcado con mucha precisión el lugar de la resiliencia entre los diferentes quehaceres de una sociedad y lo dice así: "Cuando un niño sea expulsado de su hogar como consecuencia de un trastorno familiar, cuando se le coloque en una institución totalitaria, cuando la violencia del estado se extienda por todo el planeta, cuando los encargados de asistirle lo maltraten, cuando cada sufrimiento proceda de otro sufrimiento, como una catarata, será conveniente actuar sobre todas y cada una de las fases de la catástrofe: habrá un momento político para luchar contra esos crímenes, un momento filosófico para criticar las teorías que preparan esos crímenes, un momento técnico para reparar las heridas y un momento resiliente para retomar el curso de la existencia".