

Alicia Schneider - Dr. Gustavo A. Berti

Donde la palabra calla

Reflexiones sobre la muerte de un hijo
Un camino de transformación interior

Experiencia de los creadores
de los grupos Renacer

Grijalbo

Gustavo A. Berti y Alicia Schneider-Berti

Donde la palabra calla

Reflexiones sobre la muerte de un hijo.

Un camino de transformación interior

Grijalbo

*A Nicolás, cuya partida prematura nos condujo
a un despertar de conciencia.*

*A nuestra hija Luciana, cuya sola presencia nos dio la razón para seguir creyendo en
la vida.*

A quienes creyeron en nosotros y nos acompañaron desde los inicios de este desafío.

*A los miles de padres que abrieron sus corazones y compartieron con nosotros sus
penas y alegrías.*

Agradecimientos

A nuestras familias.

A aquellos padres que desde el comienzo creyeron en esta propuesta inédita, trabajando incansablemente con amor y perseverancia a lo largo de los años, convirtiéndose así en protagonistas de esta historia. En esos nombres, los pioneros de nuestros grupos, están representados todos los padres que formaron parte, ayudando a construir lo que es hoy Renacer.

A Alicia y Néstor Monge, Any y Ricardo Mendizábal, Aldo y Chela Ponce, Delfina y Humberto Olivetti, Eva y Jorge Crivello, Susana y Jorge Dahl, Susana y Pedro Landa, Doris y Carlos Cerutti, Esther y Reynaldo Medina, Lydia y Edgardo Perucca,

A Susana y Horacio Scotta, a María Angélica y Hugo Izquierdo, a Susana y Norberto Raviolo, Cristina y Miguel Merlo por su permanente apoyo. A Silvina Oudshoorn, a Rubén Piñero (quienes llevaron adelante el primer intento gráfico de Renacer), a José y Tatá Divizia (quienes más tarde plasmaron en un boletín electrónico la tarea y pensamiento de Renacer).

A Norma Cabral y Chino Behar, Amalia Lafuente, a Enrique y Ana Conde, quienes desgrabaron nuestras charlas a lo largo de los años y realizaron la ardua tarea de pasarlas al papel para que llegaran a diferentes lugares del mundo.

A los hermanos.

A Viktor Frankl por su reconocimiento y apoyo en el inicio de nuestra tarea.

A Elisabeth Lukas por su respeto, apoyo y por compartir su experiencia en la Psicoterapia Humanista.

A Hugo Dopaso, con quien compartimos afecto e inquietudes sobre el morir y la muerte.

A Agustín Rebechi y Juan Antonio Durante por su reconfortante pensamiento y amistad.

A Tomás Abraham quien nos escuchó, alentó y apoyó en este proyecto.

A nuestras editoras Florencia Cambariere y Magalí Etchebarne quienes trabajaron con mucho cariño y respeto en el manuscrito original, ofreciendo sugerencias y aportes para que este libro se concretara.

Prólogo

por Tomás Abraham

Un día mi hija —psicóloga— me habló del grupo Renacer. En ese momento yo estaba escribiendo *La empresa de vivir*. La cuarta parte del texto se llama “Psicología” e intentaba presentar un fresco sobre la hipocondría global de la sociedad terapéutica de nuestros días. Tomé en serio la literatura de autoestima, leí algunos libros de los autores más conocidos del género. Mi libro, además de pensar lo que ocurría en la aldea global del fin de milenio, era una crítica a los prejuicios y convencionalismos de la intelectualidad que despreciaba a la literatura relacionada con el *management* y la gestión empresarial, la ignorancia de los temas económicos, y lo concerniente a las formas del dolor y su expresión en nuestra cultura. Fue en ese momento que me informé de las actividades que agrupan a padres que perdieron a sus hijos.

El grupo Renacer se inventó a sí mismo. Han construido una red de padres y madres en nuestro país y en otros para compartir la experiencia y buscar un sentido a la vida en homenaje a los hijos que se fueron. Hacen una crítica radical, severa, a todos los intentos de autocompasión, de abandono de sí, una crítica que sólo ellos pueden hacer, porque nace de la misma fuente doliente.

No buscan ninguna asesoría científica, médica, psicológica ni religiosa. En ese sentido, como dice Gustavo Berti, es una revolución cultural.

El dolor que se padece con la muerte de un hijo no es imaginable por quien no lo sufre. Sólo podemos aproximarnos con nuestra escucha y nuestra atención, para comprender algo de lo que hacen. Porque lo que sienten no es transmisible, salvo por quienes han padecido la misma herida. Nos dicen que no existe en nuestra lengua una palabra que nombre a un padre que perdió a sus hijos. Decir que no hay nombre no quiere decir que no haya cosa sino que no se ha pensado en la cosa.

Porque de dolor se trataba. Y no de la felicidad. Mis lecturas de Michel Foucault me descubrieron el pensamiento de los filósofos estoicos, en especial de Séneca, y en aquellos días, además, leía la obra de Primo Levi.

Sintetizo el marco de referencia filosófica de los clásicos *con relación al sufrimiento*. La preceptiva estoica es una derivación de las enseñanzas de Sócrates y del legado griego.

El logos manda. La razón impera. Es nuestro timón. Saber gobernar la nave de la vida nos libera de las sujeciones de la pasión.

Los filósofos de la antigüedad eran conscientes de la premura y de las exigencias a las que nos someten los impulsos corporales. Platón, cuando decía que el cuerpo es la cárcel del alma, no sólo hablaba de un encierro sino de un sometimiento, de una pasividad. Pero el filósofo ateniense consideraba que sólo la muerte nos libera y que la vida es una preparación para la muerte.

El estoicismo moral propone una vía intermedia. El historiador Paul Veyne dice que los estoicos diseñaron un sistema inmunológico a prueba de dolores. La finalidad consiste en saber soportar el infortunio, la desdicha, pero a diferencia del cristianismo que en sus albores lo justificaba por el vía crucis de nuestra vida terrena, en este caso, hay una apuesta a la comprensión, a la integración de nuestra vida individual en la totalidad del orden cósmico.

Por eso afirmaba Séneca: “Hay destino, pero también hay azar... filosofemos”.

Filtrar nuestras impresiones y representaciones, pasarlos por la criba racional, separar la paja del trigo, asumir que el dolor es una secreción de lo que llamaban “fantasmas”, y saber aceptar lo inevitable, nos habla de un optimismo de la razón y una confianza en la voluntad, que describe bien el modo de vida imperial en el que los poderosos con el fin de conservar su poder, pensaban en sus límites.

Con Agustín de Hipona, este modelo moral se derrumba con la derrota de la voluntad en nombre de la fe.

La lectura de Primo Levi y de “Si esto es un hombre”, produce una conmoción, no sólo por el testimonio de un prisionero de un campo de exterminio nazi, sino por la forma en que lo cuenta. No hay piedad por sí mismo ni odio al verdugo. Describe, con economía de palabras y con la distancia de la mirada química de un técnico en tinturas —oficio del autor—, el modo en que el terror crea una nueva humanidad. Despelleja el alma humana, y los hombres para sobrevivir se adaptan a una organización de la muerte que tuerce las conductas, humilla, somete y, también, enaltece. Es el mundo de los gestos mínimos: una cuchara puede ser la salvación de una persona. Un cambio de fila, una demora en un baño, la postergación del final.

Hablo de algunos temas de mi libro porque las actividades del grupo fundado por Gustavo y Alicia han sido parte de él. Me dieron una nueva visión y me plantearon más preguntas aún sobre las formas en las que se vive el dolor.

Renacer está formado por un grupo de personas que han perdido a un ser que es lo más querido que uno pueda imaginarse. Más que la propia vida. Lo que interesa no es el modo

en que se produjo la muerte, sino el hecho mismo de la desaparición.

Recordemos “Temor y temblor”, un escrito extraordinario de Søren Kierkegaard, que habla del pacto entre Dios y su fiel seguidor Abraham. Para probar la fortaleza de su devoción le exige sacrificar lo más querido y ofrecérselo en holocausto. No hay nada que amara más que a su hijo Isaac. La obediencia del profeta le aseguró crear la piedra basal de un pueblo, de un Dios, y de una fe.

Dios no le permitió el sacrificio, bastó la prueba.

El grupo Renacer también nos somete a una prueba, la de encontrarle un sentido a la vida sin Dios. No por ateísmo, la verdad es que no sé si Gustavo y Alicia creen o no creen en Dios ni si son miembros de alguna Iglesia. Creo que no, su fe es una fe filosófica, aunque parezca un oxímoron, o una paradoja. Creen en una trascendencia, en un más allá de lo que nos pasa, pero este más allá reside en lo que le pasa a un semejante.

Es cierto que el fundamento de toda moral, religiosa o laica, deriva de este cuidado del otro —como dice Tzvetan Todorov— y de la presencia del prójimo en nuestras vidas. Pero en la enseñanza universal de las religiones y de los sistemas morales, hay algo que no toman en cuenta: el momento en que se pierde el sentido cuando no hay milagro, revelación, ni invisibilidad sacra alguna que logre recuperarlo.

Quizás es por esta preocupación que los autores de este libro citan y reflexionan sobre una filosofía que les ha permitido pensar su práctica. Me refiero a la filosofía existencial, la que define a la metafísica moderna, la inaugurada por Kant y su crítica de la razón desde la finitud humana. Es la que desde Kierkegaard a Karl Jaspers medita sobre las situaciones límite. Aquella filosofía que en Albert Camus interroga sobre el absurdo y que sostiene que vivir no es un acto natural sino una decisión.

Los fundadores de Renacer han leído y estudiado todo tipo de materiales que les sirviera para pensar en lo que les aconteció. Desde textos védicos a la logoterapia de Viktor Frankl y los textos de Michel Foucault. No han elaborado ninguna teoría. No aplican recetas. No tienen la solución. Ese dolor al que se refieren es inconmensurable con otros. No hay cicatriz que lo cubra por un tiempo y lo borre después.

Quizás el concepto de Freud de sublimación se aproxime al mecanismo de elaboración de la angustia que se siente en ocasiones como las padecidas. Se podrá aproximar, pero también es posible que aporte poca utilidad a la vida de los padres con hijos muertos.

Al respecto, Gustavo Berti es terminante. En un intercambio de mails, me escribe:

“Lo de la sublimación, para decirlo en forma simple, es devaluar algo profundamente genuino en el quehacer humano, como puede ser la búsqueda de sentido en el encuentro con otro ser sufriente. Frankl dice que el hombre que se levanta por encima de su dolor

para ayudar a un hermano que sufre trasciende como ser humano; en otras palabras, la autotranscendencia propia del Dasein no debe ser interpretada como una sublimación.

”Para Freud sublimar es un posible destino para una pulsión y el psicoanálisis un método de estudio de dinámicas intrapsíquicas, mientras que nosotros vemos al Dasein como un ser en el mundo orientado a la búsqueda de sentido y la realización de las múltiples posibilidades que existen en ese mundo; lejos de preocuparnos por lo pulsional (Interno, empujados) nos preocupamos por los valores (objetivos, externos) hacia los cuales nos sentimos arrastrados.”

Será para otra oportunidad, y para compartir el ocio teórico, que podremos conversar sobre las relaciones entre el sentido como proyecto y futuro, y la lógica del deseo inconsciente más relacionado con el modelo trágico (el del chiste y el del lapsus).

Dejo de lado las argumentaciones para hablar de la sensibilidad. Nunca pretendí ni siquiera intuir ese dolor porque a todos nos produce espanto siquiera imaginarlo, ni siquiera me he propuesto explicar el dispositivo de implementación de Renacer.

Sólo quiero aprender lo que hacen, por qué lo hacen, con el único objetivo de comprender un poco más la vida, mi vida, y pensar en el modo en que han enfrentado sus pérdidas para seguir con nuevos proyectos, incluir a otros, escribir este libro e invitarnos a leerlo.

Renacer no es una institución. No tiene autoridades. No atesora un saber.

Es una historia de una práctica renovada e inconclusa de un grupo en actividad, y un relato de la experiencia de Alicia Schneider y Gustavo Berti.

Somos nosotros, los lectores, quienes ahora debemos incorporar esta experiencia no transmisible, pero tampoco ajena, para que pueda ayudarnos a ensanchar nuestra capacidad de comprensión y de amar, porque de eso también se trata.

Sé lo que sientes

por Alicia Schneider-Berti

Este libro está escrito para ti, mamá o papá, que acabas de perder un hijo. El dolor se quedó dentro de ti y quizá sientas que nunca más serás feliz y que no tienes el derecho a serlo. Te resulta difícil imaginar que toda tu vida transcurrirá en medio de esta noche negra del alma, en la que no se vislumbra amanecer alguno.

Te comprendo, yo también perdí un hijo. Puedo ponerme en tu lugar, sentir tu dolor, tu incredulidad ante la tragedia, tu deseo profundo de entender... Por un momento, puedo tomar tu lugar. Por eso me acerco con un profundo respeto y comprensión de esta experiencia que nos hermana.

Nosotros éramos una familia como tantas, quizá como la tuya. Gustavo, dos hermosos hijos, Nicolás y Luciana, y yo. Vivíamos con alegrías, proyectos y altibajos comunes a todas las familias. Pero un día Nicolás, de 18 años, fue al cumpleaños de un amigo y murió en un accidente. Atravesé, al igual que toda la familia, esa noche oscura y sentí, igual que tú ahora, la desesperanza y el miedo a toda una vida sin sentido, en una especie de nada eterna que terminaría con mi muerte. Creí sentir la incompreensión de los demás, las frases de ocasión de los “intactos”, con sus familias enteras. Experimenté, igual que tú, ese no querer enfrentar nada, ese deseo de llorar las veinticuatro horas, de mirar su habitación como si fuera a volver en cualquier momento, de buscar con desesperación entre sus cosas esperando un mensaje, algo que me ayudara a entender.

Quizás estés, como estuve yo, en una búsqueda desesperada de respuestas, que no llegan o no satisfacen. Quizá sólo encuentras más preguntas. Hasta que en un momento de esta búsqueda sin pausa, algo interior te hace dar cuenta de que, quizás, estás viviendo y considerando la realidad de una manera equivocada: como pretender encontrar una salida en una calle que no la tiene. En ese momento de revelación, te das cuenta de que en realidad no importa lo que esperes de la vida, sino lo que la vida espera de ti. Las respuestas a las preguntas están dentro tuyo. La vida está más allá de ti mismo, en ese mundo al que hoy no consideras de valor alguno. Te surgirá el deseo de abrirte a ese mundo y a los demás nuevamente. Descubrirás, como hice yo, que tu amado hijo está más cerca que nunca.

Este libro está dedicado a nuestro hijo Nicolás y a su hermana Luciana, también sobreviviente de la tragedia, como usualmente lo son los hermanos, que intentó reconciliarse con este hogar y con estos padres, que ya no son los mismos. Pero no se trata de las cualidades ni de la historia de Nicolás: se trata de ti y de nosotros.

En este preciso momento, te imagino sentada o sentado frente a mí y mi esposo, en nuestra casa en Córdoba, con las sierras chicas al este y las grandes cumbres al oeste, mientras el sol del invierno calienta nuestro living y tus preguntas afloran en medio de una insondable tristeza que vela tu mirada. Conversamos sobre nuestros hijos, la vida y la muerte. Por sobre todo, debatimos el significado de la partida de nuestros hijos, del mensaje que nos dejan y del proceso de encontrar sentido en nuestras vidas.

En las páginas que siguen te propongo recorrer, unidos por ese mismo amor a nuestros hijos, este difícil pero esperanzador camino que hemos transitado en compañía de miles de padres con los que el destino nos ha unido.

Desearía que mis palabras te envolvieran suavemente y mitigaran un poco tu dolor; que, mientras deslizas con incredulidad tus ojos por estas líneas, sepas que no estás solo. Y que este camino que se inicia en la noche oscura de tu alma, en la que no se vislumbra ni un pequeño rayo de luz, puede conducirte gradualmente, pero con firmeza, a la comprensión, la aceptación y la trascendencia de esta dura realidad que hoy enfrentas.

La comprensión llega a través de la búsqueda del sentido que yace latente en la tragedia, tan valioso como tu hijo mismo. Si accedes a la posibilidad de experimentar una profunda transformación interior, te permitirá vivir, si así lo decides, una vida plena de sentido, a pesar de todo, que sólo puede construirse sobre el amor incondicional: el auténtico legado de tu hijo. Este es el desafío.

Tu hijo ha muerto. De las entrañas de tu ser nace un dolor que no reconoces, que te aliena de ti mismo. Paralizado, inmóvil frente al abismo insondable de lo desconocido, te es imposible describir lo que sientes. Te das cuenta de que hay estados interiores donde mueren las palabras, y allí exactamente, habita hoy tu ser.

Tu vida, así como la conocías, como la vivías, como la pensabas y concebías, estalló en mil pedazos. No entiendes, no te cabe en la cabeza ni en el corazón... Y te escuchas repetir sin pausa, sin respiro, sin descanso: “No es posible. No entiendo. ¿Qué pasó? No puede ser. Es un error. Es un mal sueño. Alguien se equivocó”. Una débil esperanza intenta porfiadamente abrirse paso entre los hechos incontestables. “Esto no está pasando.” O “mañana todo volverá a ser como antes”. Te abrazas a este pensamiento mágico para preservar una cordura que, sientes, se te escapa sin que puedas o quieras retenerla. Te parece escuchar su voz, sus pasos en la casa, su llanto, su risa...

Pero por la mañana abres los ojos y la realidad te golpea duramente. No sabes cómo sobrevivirás ese día. Ni cómo todavía respiras. En el espejo no reconoces tu imagen. ¿Quién es esta persona que te mira sin ver, desde más allá de la profundidad del abismo?

Quizás intentes negociar con Dios o con el destino: “Si me permitieses verlo una vez más, te prometo”; “Si pudiera abrazarlo, despedirme”, “Si sólo pudiera decirle...”. Sabes que no es posible, sin embargo necesitas decirlo, pedirlo, pensarlo, recrear esa anhelada escena una y otra vez en tu mente. Necesitas albergar una ilusión un instante más para que tu corazón tenga un respiro, aunque fugaz. Quizá te reproches en dolorosa letanía: “Si hubiera sabido”, “Si hubiera podido”, “Si hubiera escuchado”, “Si le hubiera dicho”. Pero nada cambiará el presente.

Sensaciones, emociones y sentimientos intensos, encontrados y cambiantes se suceden en tu interior. Se apoderan de ti y no puedes o no deseas impedirlo. Incredulidad, negación, horror, rabia, culpa, enajenación, pensamientos obsesivos que erosionan impiadosamente la escasa energía que puedas tener. Son naturales pero contingentes, cambiantes, pasajeros. No hay que detenerse en ellos, analizarlos, ni torturarse. Sólo dejarlos pasar.

Y el dolor, lacerante, continuo, sin tregua, que atenaza tu garganta, tu estómago, tu corazón. ¿Cuánto más podrás soportarlo? Calma: vas a estar bien. Recuerda, yo estuve allí.

Tus días son un gran signo de pregunta: ¿y ahora qué? La incertidumbre frente a lo desconocido te hace sentir extremadamente vulnerable, sin defensas. Jamás experimentaste una sensación tan atemorizante. Quizá sientas que no debes vivir, que no es natural cuando tu hijo ha muerto.

La vida parece una empresa imposible. Tu mente no tiene descanso. Pensamientos extraños, profundamente perturbadores se suceden vertiginosamente en tu cabeza. Puedes llegar a preguntarte si estás perdiendo la razón.

Puede resultarte muy penoso despertar por las mañanas de las tantas noches sin sueño y enfrentarte cada vez a la brutal realidad de su ausencia. Un lugar vacío en la mesa familiar, una cama, una cuna, quizás aún con la forma de su cuerpo entre las sábanas (que, quizá, permanecen intactas, porque no llegaron a cobijar su cuerpo). El olor de su piel en la ropa, sus juguetes, su música, sus cosas (o aquello que con tantas ilusiones habías preparado para su llegada). Pero por encima de todo, un lugar vacío en tus brazos, en tu vida, que sólo él puede ocupar.

Quizá tengas otros hijos y eso te genere culpa, porque sientes que nada puedes hacer por ellos. El dolor parece ser el único habitante de tu ser: notas un vacío de amor. Quizá

no te creas capaz de soportar este sufrimiento y sientas deseos de morir también. No te asustes, no te sientas culpable, no te desalientes, no desesperes, es natural sentir así... Por un tiempo... A pesar de ti, estás aquí, con vida.

Te das cuenta de que hay un mundo afuera de tu puerta que sientes indiferente, ajeno y distante. Tu mundo cambió, de raíz y para siempre. Hay un antes y un después. Un abismo te separa de lo que fue. Quizá sientas que nada de lo que fuiste, viviste o hiciste fue suficiente para enfrentar, comprender y aprehender esta realidad-irrealidad que se presenta hoy. Y estás en lo cierto. No hay referencia previa en tu historia personal útil para enfrentarte a este hecho brutal e irreversible, a esta situación límite donde la vida y la muerte se encuentran, se entrecruzan, se confunden. “Sabes” que tienes vida, pero percibes la muerte más real que nunca: camina a tu lado, te mira a los ojos y no sabes cómo devolver esa mirada.

Hay preguntas que simplemente no tienen respuestas. Pertenecen al gran misterio de la vida y, aunque pases lo que resta de tu existencia formulándolas, allí permanecerán. Tienes derecho a sufrir, pero no a ser necio. Puedes permanecer largo tiempo, incluso toda una vida, desmenuzando cada detalle de la partida, los días previos, la tristeza de la ausencia. Si es tu elección, debes saber que estás reduciendo la vida de tu hijo y todo lo que él significa para ti, a un hecho puntual, doloroso y terrible del pasado. Tu hijo es mucho más que la causa o la forma de su muerte. Este hecho pertenece al pasado. Su amor es y será presente siempre.

Puedes ceder a la tentación de tener la perfecta excusa para abandonarlo todo. O elegir diversas formas de aturdimiento para no pensar, esperando que pase el tiempo y con él disminuya tu dolor, como trabajar hasta caer exhausto o ingerir “pastillas mágicas”. Pero tarde o temprano te darás cuenta de que debes comenzar de nuevo. Cuanto antes te hagas cargo de esta realidad, más pronto comenzará tu nueva vida.

Tu precioso hijo merece más que dejar pasar el tiempo o dejar un ancla en el pasado, en el instante exacto en que partiera, en los momentos previos al doloroso desenlace. También merecen más los que quedan, te aman y te necesitan. También lo mereces tú.

Si yo te preguntara qué significa tu hijo para ti, sé lo que me responderías. Tu hijo fue, es y siempre será eso: amor, alegría, todo. Nunca su legado puede ser dolor. Aunque hoy no parezca posible, el dolor puede ser transitorio. El amor es más fuerte que el dolor y que la muerte. El amor todo lo puede. Desde el amor se construye, se crece y madura como persona.

¿Te has preguntado cómo querría verte tu hijo? ¿Qué esperaría de ti? Seguramente me responderías: “Que esté bien, porque él era toda alegría, o porque no le gustaba verme

triste, o porque fue un bebé muy esperado”. Aunque su vida fuera más o menos fugaz, tu amor no lo es.

Puedes optar porque tu hijo, a través de su vida y de su partida, sea quien te muestre e invite a transitar nuevos caminos, maravillosas dimensiones de desarrollo de tu ser. No todo se agota en la experiencia de dolor. Descubres tu verdadera fortaleza, tu profunda compasión. Tu expandida capacidad de amar. Y esto es simplemente maravilloso. Pero tú eliges. Una cosa es lo que te pasa y otra muy distinta es qué haces tú con esto.

A través de esta experiencia que te es dado vivir, te das cuenta de que el velo que cubre la realidad, o aquello que considerabas como tal, cayó. Eres capaz de ver con total lucidez un mundo que ante tu nueva mirada se muestra transparente. Sabes con certeza qué es importante, qué es valioso y qué no lo es.

Descubres que más allá de ti mismo, está el otro, alguien que comparte tu experiencia de vida, tu dolor y quizá también la búsqueda de sentido en esta nueva vida, en este “después”. No eres el único que sufre. Extendiendo tu mano al otro en gesto fraterno y solidario, descubres un manantial inagotable de amor que necesita brindarse. La herida se suaviza y en la sonrisa esperanzada del otro encuentras un sentido a tu sufrimiento. Caminas con la frente alta, llevas tu sufrimiento con dignidad porque tu hijo lo merece.

Él ya no está en el pasado, allí permanecen atesorados los recuerdos amorosos. Tu hijo está en el futuro, es un valor supremo hacia el cual te sientes atraído. Está en el presente, porque eliges dedicarle cada uno de tus actos compasivos, tus actos de amor cotidianos. Te propones vivir el presente en plenitud, sabiendo que aún tienes mucho para hacer y mucho para dar. Tu hijo merece tu mejor esfuerzo.

Quizá no me comprendas por ahora. No completamente. Puede no gustarte lo que lees, pero no abandones, paso a paso todo se hará más claro.

Introducción

La muerte de un hijo constituye una verdadera conmoción existencial, la más severa por la que un ser humano puede transitar, al margen de la propia muerte, y para la que, salvo la muerte de otro hijo, no existen referentes previos. Conduce a un sufrimiento intenso, penetrante, aniquilador. Al respecto, el poeta peruano César Vallejo en su libro *Los heraldos negros de la muerte* dice: “Son las crepitaciones de un pan que en las puertas del horno se nos quema”.

El sufrimiento se manifiesta en los padres de manera abrumadora, con síntomas severos, tanto físicos y psíquicos como existenciales, que en la gran mayoría de los casos los familiares, desesperados a su vez por esta visión, deciden que lo mejor, o quizá lo único que puede hacerse es llevarlos al médico o al psicólogo. Con esta decisión es muy probable que se dé comienzo a un camino complejo que suele conducir a una cristalización del sufrimiento. Pero el sufrimiento no es una enfermedad y no puede ser medicado. Es una condición existencial. Quien lo atraviesa solo puede, o no, encontrarle sentido.

Esta búsqueda de sentido puede llevar un período no especificado de inconmensurable dolor que puede llegar a durar hasta dos años sin que se considere patológico o anormal. En nuestra experiencia es frecuente encontrar padres con sufrimiento de varias décadas y con perspectiva de perdurar por el resto de sus vidas. Durante este tiempo atraviesan un camino plagado de peligros, que van desde la aparición de una enfermedad como el cáncer o de problemas cardíacos hasta la separación o el divorcio de la pareja, pasando por el colapso económico. El camino no puede ser recorrido por ningún sustituto: nadie puede hacerlo por los padres sufrientes, sólo a ellos les cabe la tarea. Hemos visto a muchos quedar destruidos para siempre, ahogados en el círculo vicioso, sin salida, sintiéndose victimizados por su propio hijo y experimentando la culpa por ese sentimiento tan amargo.

¿Qué alternativas existen, entonces, para quienes pierden hijos? La respuesta yace en una profunda transformación interior, que encuentra canalización durante el proceso de ayuda mutua. Sólo otra persona que haya pasado por idéntica experiencia de vida puede comprender lo que se experimenta cuando muere un hijo. Sólo quien llegó a las profundidades del infierno y emergió como un nuevo ser tiene el conocimiento y la capacidad para ayudar a quien recién comienza a transitar el duro camino del sufrimiento.

En este libro se encuentra intrínsecamente ligada la experiencia de la ayuda mutua a la del sufrimiento y su trascendencia a través de la búsqueda de sentido en la tragedia y, posteriormente, en la vida misma.

Nuestra intuición inicial, y la tarea emprendida posteriormente, surgen como una alternativa al duelo por la muerte de un hijo. Intuición basada en parte en el hecho de que la ausencia física de un ser tan amado no puede dejar sólo dolor y en parte en la experiencia personal de ambos de que la tragedia tiene como resultado paradójico un profundo proceso de crecimiento interior no experimentado previamente, proceso que va, asombrosamente, más allá de un mero transitar un duelo y las emociones y sentimientos que se elaboran.

De la misma manera que en el lenguaje no existen palabras para definir a quien sobrevive la muerte de un hijo, tampoco las hay para describir los momentos que se viven durante la experiencia de la ayuda mutua, momentos de un profundo misticismo no religioso.

En el concepto de duelo y su consecuente elaboración yace implícito el hecho de que merced al proceso de transitarlo, el ser doliente se reintegra a su vida y puede continuar como antes, pero un padre que pierde un hijo nunca vuelve a ser la misma persona ni a tener la misma vida que antes. Es por eso que si seguimos ese modelo, el duelo puede convertirse en permanente o atemporal.

En nuestra cultura es conocido que la muerte llega de visita a un hogar y da un nombre a los deudos de la persona fallecida. Así surgen, de un momento para otro, una viuda, un viudo, un huérfano... Pero hay un caso puntual en el que la muerte no supo aún cómo nombrar a quienes permanecen de este lado de la vida: cuando muere un hijo. Cuando esto sucede todas las voces callan y recuerdan entonces que la muerte de un hijo no tiene nombre.

A partir de esto se torna claro el desafío: no existe un duelo (en el sentido dado comúnmente) por la muerte de un hijo. Es necesario buscar nuevos caminos, nuevos territorios, pensar lo no pensado, desafiar límites, incluso los del mismo lenguaje, para concluir que un hijo que muere no merece de sus padres un mero transitar un duelo sino una profunda transformación interior.

Este libro es la historia de ese proceso de transformación asumido por miles de padres que aceptaron ese desafío. En él no se recolectan palabras escuchadas desde un diván ni en el sillón de un escritorio, a través de la lejanía, emocional y física, con la persona sufriendo. Fue escrito con la propia sangre de los autores y corroborado en el “entre”, en el abrazo, en las lágrimas y hasta en la sonrisa de miles de padres dolientes que lucharon, y

aún lo hacen, para encontrar sentido en la tragedia vivida. El “entre” es el espacio físico que se forma en el abrazo solidario de dos seres dolientes y en el cual la palabra sólo sirve para ocultar las emociones.

El texto refleja la experiencia de un trabajo sostenido a lo largo de veinticinco años, adquirida a través de comunicaciones que trascienden la barrera de lo propio para adentrarse en el terreno de lo compartido. ¿Qué otra cosa puede unir más a dos personas que se abrazan que el sufrimiento común relacionado con la muerte de un hijo? Pero el abrazo no es sólo compartir experiencias. Cuando se siente a alguien, en ese preciso momento, se siente uno a sí mismo.

Tocar y ser tocado tiene una dimensión emocional, pero también existencial. En ninguna otra condición se torna tan clara y tan poderosa la reciprocidad de nuestra relación con el otro como en el abrazo. En esta manera de encontrarnos, nos hallamos movilizados hacia lo más profundo y a la vez elevado de nuestro ser. Experimentamos con nuestro compañero la unicidad y la plenitud de nuestra existencia. Nos asumimos irremplazables: nadie puede tomar mi lugar ni el lugar del otro.

Gran parte de lo transmitido aquí fue recogido en reuniones de ayuda mutua de padres que enfrentan la muerte de hijos en el marco de los grupos Renacer. No fue un libro fácil de escribir. No precisamente por qué decir, sino por cómo hacerlo. Representa experiencias ya de por sí complejas de explicar, que se entremezclan con las de miles de padres con los que hemos compartido el dolor del sufrimiento y la alegría de su trascendencia. Por una cuestión estética, la narración la hago yo, Gustavo, en primera persona. Pero todo lo que se transmite es compartido con Alicia, mi esposa. Ambos somos los padres de Nicolás, que con su partida originó esta iniciativa, y de Luciana.

No pretendimos presentar estadísticas ni informes sobre porcentajes de éxitos o fracasos ni introducir un “dolorímetro” que permita afirmar cuál de las muertes es más gravosa o difícil de trascender. Pero sí confirma el valor de la excepción en relación con la generalidad. La excepción debería hacer visible lo que cualquiera puede lograr. En otras palabras, si un padre tiene la capacidad de encontrar sentido en la tragedia y trascenderla, todos pueden. Nuestra historia personal se entremezcla con elementos comunes a tantos padres que aceptaron el desafío de encontrar sentido en sus tragedias.

El material de esta obra, entonces, se cimenta en lo empírico, pero adopta el abordaje fenomenológico que, si bien se aleja de lo meramente científico, se orienta hacia el estudio de fenómenos cuyas relaciones con otros, específicamente humanos, perduran en todas las circunstancias. También se basa en los fundamentos filosófico-antropológicos, basados en la logoterapia y el análisis existencial de Viktor Frankl.

Esperamos que sea de utilidad para profesionales, médicos, psicólogos, psiquiatras, asistentes sociales... Es nuestro anhelo abrirles un horizonte para que puedan transmitir a quienes los consultan por este drama que no todo termina con la muerte de un hijo, que transitar de mejor o peor manera un duelo no es la única ni la mejor alternativa posible, que se puede volver a vivir una vida plena de sentido, que un hijo al morir no debe transformarse en verdugo de sus padres y que en realidad, un hijo nunca muere.

Capítulo 1

La muerte de Nicolás

Soy Gustavo Berti. En el momento de los hechos, un neurocirujano de 47 años. Alicia Schneider, mi esposa, profesora superior de inglés, tenía 42 años. Éramos dos profesionales de clase media que trabajábamos en Río Cuarto, al sur de la provincia de Córdoba. Una típica ciudad de la pampa argentina, chata, de veredas angostas y casi sin árboles: horriblemente calurosa en verano, fría en invierno y sin refugios para cuando sopla el viento norte y se lleva con él la tierra.

Nuestra familia estaba compuesta, en ese entonces, por nosotros dos y por nuestros hijos Luciana, de 15 años, y Nicolás, de 18. Ambos nacieron en Cleveland, Estados Unidos. Allí vivimos entre 1968 y 1980, cuando decidimos dejar una vida próspera en San Petersburgo, Florida, a orillas del golfo de México, para trabajar en Río Cuarto. Una de las razones que motivó la vuelta fue que no nos agradaba la cultura juvenil norteamericana de esos años, en la que predominaban las drogas y la promiscuidad sexual. Además, sentíamos que en esa sociedad estaba todo hecho y que éramos “un ladrillo en la pared”. En cambio, en Argentina mucho estaba aún por construirse. Creíamos que era un país para pioneros, en el que, si teníamos un sueño, podríamos concretarlo. No sabíamos que ese anhelo de crear algo nuevo iba a hacerse realidad muy pronto. Mucho menos imaginamos el precio que deberíamos pagar por él.

La vida transcurría sin mayores apuros. Nicolás asistía al último año de un bachillerato industrial y pensaba ir a estudiar física atómica al Instituto Balseiro, en Bariloche. Luciana “padecía” el tercer año de la escuela secundaria privada en la que, por equivocación, la habíamos inscripto. Llevábamos ocho años en el país y ambos habían pasado dificultades por ser extranjeros. Las compañeras de Luciana eran clasistas, con una actitud que contrastaba con lo que se vivía en nuestra casa. El temperamento explosivo de Nicolás, por su parte, lo hacía blanco de las bromas de sus compañeros, que parecían disfrutar haciéndolo enojar.

Los cuatro vivíamos en una casa de dos plantas en el barrio donde habían vivido nuestros abuelos y tíos. Teníamos un Renault 12, ejemplo de la industria automotriz

argentina, y un perro raza “*delmontón*” llamado Muffit. Todas las mañanas, cuando la señora que nos ayudaba abría la puerta del patio, Muffit subía la escalera y, luego de refregarle el hocico por la cara a Luciana, se acostaba en la cama de Nicolás, escondido bajo el cubrecama.

A mediados de 1988, Nicolás quiso viajar a Estados Unidos para reencontrarse con su lugar de nacimiento. Su madre y yo le propusimos postergarlo. Pensábamos que si iba luego de completar el bachillerato podía quedarse allí y buscar algo mejor para su futuro. Pero ese futuro nunca llegó: en la madrugada entre el 20 y el 21 de agosto, Nicolás falleció.

La noche del viernes

Estábamos invitados al campo del hermano de un médico amigo para pasar el fin de semana, junto con otro matrimonio cuya amistad se había fortalecido desde el lejano regreso de 1980. Era la primera vez que las dos parejas pasábamos juntas un fin de semana. Alicia, más sociable, estaba encantada. Yo, que necesitaba un rato de soledad cada día, tenía un dejo de resquemor. No obstante, acepté la invitación de buena gana por el afecto que me unía a mis amigos. Faltaba sólo un mes para el invierno, pero los días seguían siendo cálidos y agradables. Por delante, un fin de semana matizado con asados y mates y, si la estancia tenía televisión, algún partido de fútbol el domingo por la tarde.

La noche del viernes anterior, Nicolás tenía un encuentro con amigos en una quinta en el lado norte de la ciudad, más allá del puente sobre el Río Cuarto, llamado la Banda Norte: un distrito populoso, de calles de tierra, donde los veranos son más frescos, los días se prestan para interminables chapuzones en las piletas y las noches son propicias para los asados.

Normalmente, concurría a estas reuniones en el auto familiar, cuya radio había sido robada tantas veces que finalmente se había quedado con el orificio vacío en el torpedo, como un gran ojo único que todo lo examinaba. Pero esa noche, el vehículo estaba en el taller del chapista, recuperándose de una severa granizada, por lo que Nicolás fue en una motito Zanella.

Alicia se quedó en casa preparando la cena y los bolsos para el día siguiente. Yo estaba demorado en el sanatorio con un chico de 8 años con traumatismo cervical y tenía que acompañarlo en la ambulancia para hacerle una tomografía computada. El sanatorio, quedado en el tiempo, carecía de ambulancia y de médico para acompañar accidentados.

Todavía era sutil, pero este tipo de cosas ya hacían que me lamentara por haber traído a mi familia de regreso. En Estados Unidos completé la residencia en neurocirugía en la Cleveland Clinic y ejercí la especialidad durante tres años en práctica privada.

Consciente de que iba a llegar tarde, lo llamé para saludarlo. “¡Cuidate!”, le dije, pensando en la motito en la que iba a trasladarse. “Sí, pa”, me contestó. Fueron las últimas palabras que me dijo.

Luego de cenar con Luciana, Alicia me esperó a que regresara del sanatorio. Comí y nos fuimos a la cama a ver una película antes de dormir. En la primera vuelta de *zapping* encontramos *Terminator*. Ya estaba empezada, pero la dejamos porque conocíamos la trama. Luciana la vio con nosotros en la cama y todos nos quedamos dormidos. Exactamente a las 0:30, Alicia se despertó y acompañó a Luciana a su habitación. En ese mismo momento, 0:30, moría Nicolás.

Al día siguiente, Alicia se levantó primero, como era su costumbre. Fue a saludar a los chicos y enseguida oí su voz preocupada: “¡Gustavo, Nicolás no volvió!”. Salí de la cama y comenzamos entre los dos a llamar a sus amigos con la secreta ilusión de que se hubiera quedado a dormir en la casa de alguno, aunque nunca antes lo hubiera hecho. Con cada respuesta negativa, tomaba cuerpo una oscura e indeseada sensación. Cuando la agenda se agotó, decidimos ir a la policía.

Entramos en la comisaría a paso rápido. En la pequeña sala de guardia, el ambiente opresivo se hacía más ominoso a medida que los dos oficiales presentes intercambiaban miradas furtivas al tiempo que evitaban mirarnos a los ojos. Finalmente, el que más jinetas llevaba en los hombros le dijo al otro: “Acompañe al doctor y a la señora”. Nos subieron en un automóvil estacionado frente a la comisaría y nos trasladaron hacia un sanatorio de la ciudad.

“Anoche hubo un accidente, pero no sabemos el estado del accidentado ni si es su hijo, porque no llevaba documentos encima”, dijo un policía. Lo supe inmediatamente. Incluso, lo había sentido desde que había entrado en la comisaría. Quise aferrarme al milagro, pero el obstinado silencio del conductor del automóvil terminó de convencerme. ¿Conocía el policía el poema *Los heraldos negros de la muerte*, de César Vallejo? ¿Sabría el papel que representaba con su silencio en ese instante? Una vez en el sanatorio, nos condujeron a una habitación al final de un pasillo al que daban, a su vez, otras habitaciones, en cuyas puertas comenzaron a aparecer curiosos, con una actitud que combinaba la pena y la morbosidad. “¡Yo estuve ahí, yo lo vi todo!”, podrían decir a sus vecinos al día siguiente.

En la última habitación, en una camilla, cubierto con una sábana que sólo dejaba ver

una inconfundible mano derecha, con dedos a los que nunca antes habían notado como suyos de una manera tan irremediabilmente representativa, yacía el cuerpo de nuestro Nicolás. Levantar la sábana que cubría el rostro tan amado fue un mero formulismo. Nuestros corazones ya lo habían ya reconocido. De repente, notamos que no estábamos solos en ese cuarto. “No es necesario hacer autopsia”, dijo el forense, “el entierro puede ser esta tarde.” Un colega mío, sin rostro, agregó: “Para lo que necesiten, cuenten con nosotros”.

Nicolás tenía un corte largo en su rostro, ya suturado. “Fue un accidente en el puente carretero —dijo una voz—. Sucedió cerca de la medianoche, lo recogió una ambulancia que pasaba por allí y lo trajo al policlínico, pero no se pudo hacer nada por él.”

Quedaban algunos detalles para ultimar y luego todo se volvería confuso y turbio por quién sabe cuánto tiempo. A partir de ese momento habría tiempo y más tiempo, eternidades sin palabras para poder nombrar lo sucedido. ¿En qué mundo habríamos de vivir nosotros y el resto de la familia de Nicolás? ¿Cómo sería posible la vida sin él?

Nicolás había nacido el 30 de septiembre de 1969, tres años antes que su hermana Luciana. Para sus amigos y la sociedad, en sus breves 18 años de vida fue una buena persona, gentil sin distinción de la clase o el rango de su interlocutor, solidario con sus amigos y con sentido de justicia. Eso sí, su carácter explosivo solía ponerlo en dificultades. Los padres no vemos a nuestros hijos igual que el resto de la sociedad. Cuando uno de ellos muere, es idealizado y pasa a ser la mejor persona que ha existido sobre la faz de la Tierra. Hoy, más de veinticinco años después de su partida, miramos imparcialmente y decimos: era muy bueno, un estudiante aplicado. Respetuoso de los mayores y de sentimientos limpios, tenía los malhumores y las desavenencias propias de un adolescente que busca su identidad y su lugar en el mundo.

Debimos ir a la funeraria (palabra extraña cuando le toca a uno) a hacer los arreglos para el velorio. Luego, a comprar una parcela en el cementerio parque. “Este cajón mortuario es de mejor calidad que el que reconoce la seguridad social, pero tiene un costo mayor”, dijo el gerente de la funeraria. “¡Esta parcela es mejor, más cerca del camino, hay que desviarse menos, los árboles son más antiguos y pronto darán una mejor sombra si ustedes quieren sentarse a descansar donde reposará su hijo!”, fueron las palabras del responsable del cementerio. Una vez más, era la más costosa de todas. Pensé que funerarias y cementerios parque habían logrado que las diferencias sociales se mantuvieran aún después de la muerte. De joven pensaba que el Estado debía tener un único tipo de cajón para todo el mundo y que las personas debían ser cremadas; me disgustaba el culto de los muertos y que otra gente pudiera enriquecerse con el dolor de

los demás. Aún me disgusta, pero los años suavizaron muchos de mis sentimientos. Nunca había sentido simpatía por la industria de procesamiento de muertos. Pero ahora debía reconocer que las cosas serían mucho más complejas sin ellas.

Luego regresé a casa. Tratamos de consolar a Luciana, que no entendía lo que pasaba (¡como si nosotros sí pudiésemos hacerlo!), preparamos la ropa que llevaría Nicolás, completamos llamados telefónicos para avisar a familiares y amigos y respondimos llamadas de jóvenes que preguntaban por nuestro hijo. La más triste: una chica, llorando, preguntó si era cierta la noticia. “¡Hoy íbamos a ir a bailar juntos!”, dijo.

A partir de este punto, nuestras experiencias se dividen. Por lo que describiremos en primera persona las vivencias del momento de velorio y de los tres meses subsiguientes, cuando las cosas toman su cariz definitivo.

El relato de Alicia

La tarde anterior a su partida, Nicolás me dijo que había llamado una amiga para ultimar detalles del fin de semana que pasaríamos en la quinta. Pero se hacía tarde y yo debía ir a una clínica de la ciudad a visitar a una cuñada antes que terminara la hora permitida, por lo que le respondí que llamaría a mi regreso. Esto lo contrarió. Mientras yo salía apresuradamente, se quedó parado en el umbral, su figura larguirucha recortada al trasluz, vestido con su equipo de gimnasia, y me reprochó que no hiciera la llamada primero. Yo no sabía que era la última vez que iba a verlo.

Se estaba alistando para ir en su motito a un cumpleaños. Mis últimas palabras para él fueron: “*Nico, don’t get upset! Talk to me nice!*”. En realidad, no nos despedimos.

Esa noche, nos quedamos recostados con Gustavo y Luciana mirando *Terminator*, un film en el que se juega, paradójicamente, entre diferentes tiempos y realidades. Nos quedamos dormidos. Exactamente a las 0:30 me desperté súbitamente. Abrí los ojos, me incorporé y por unos instantes me quedé inmóvil, no supe, hasta mucho después, por qué. La película no había terminado. Desperté a Luciana y la acompañé a su dormitorio. Miré al pasar la habitación de Nicolás, por costumbre, ya que sabía que no había llegado.

Siempre que Nico salía, yo mantenía, como tantos padres, un nivel de mi conciencia en vigilia. Siempre lo escuchaba llegar. Cuando desperté a la mañana siguiente, muy temprano, me dirigí a su dormitorio *sabiendo* que no estaba. Era inusual en él, pero pensé que quizá se había quedado a desayunar con sus amigos una costumbre cada vez más generalizada entre los jóvenes.

Soy una persona optimista. Nunca espero lo peor. Cuando, alrededor de las 8 de la mañana, Gustavo me pidió que llamara a sus amigos, pensé: “¡Qué exagerado!”. Todos me confirmaron que se había retirado temprano del asado porque quería descansar y comenzar con los preparativos para una fiesta de bienvenida que deseaba organizarle a su gran amigo Franco. Alfredo, su amigo desde la primaria, debía volver con él, pero cuando fue a buscar su campera, Nico ya se había ido, lo que lo dejó perplejo. Como tantas cosas que supimos después: debía ir solo al encuentro de su destino.

Gustavo decidió ir a la policía. Manejaba con el rostro sombrío mientras yo seguía pensando que todo era una locura. Aceptaba hacerlo por precaución, pero estaba segura de que él nos estaría esperando cuando regresáramos a casa. Al entrar en la central de policía, mi corazón comenzó a latir estrepitosamente. El agente a cargo nos llevó a una clínica de la ciudad para tratar de identificar el cuerpo de un joven que no llevaba documentos y que durante la noche había sufrido un accidente fatal, a lo que yo respondí, demandando una respuesta diferente a la obvia: “¿Cómo fatal?”. El policía bajó la cabeza sin saber qué decir.

En la clínica, Gustavo corrió a la salita donde estaba el cuerpo de ese joven. Me quedé afuera. El sonido de mi corazón era ensordecedor. Crecía en mi interior la sensación de estar parada frente a un abismo sin fondo. Sin embargo, todavía albergaba dejos, aunque ínfimos, de esperanza: “¡Por supuesto que no es Nico!”, me repetía una y otra vez. Segundos después, Gustavo salió con el rostro desencajado. Me miró y en un lamento, exclamó: “¡Es Nicolás!”.

Me precipité a la salita, pero mi cuerpo ya no era mío. Sentía el corazón en mi pecho, en mi cabeza, en mis oídos. “Vi” la escena desde dos perspectivas. La primera, descubriendo el rostro del jovencito que yacía debajo de una sábana con restos de sangre. Sus manos de dedos largos y finos estaban destapadas a los costados y sus pies delgados sobresalían desnudos. La segunda, desde un punto en el espacio, arriba, desapegada.

El cuerpo queda chico para tanto dolor y el dolor es todo lo que existe.

Al contemplar ese amado rostro adolescente con su barbilla partida en dos y suturada de apuro, supe, con total certeza, que Nico ya no estaba allí. Ese precioso cuerpo que tantas veces había estrechado entre mis brazos había quedado vacío. A cada amigo que llegaba, le repetía en monótono lamento: “¡Es Nico, es Nico!”. Sólo dos palabras que querían expresar mucho más: “Es mi Nico, es mi hijo, es tu amigo; es él, no es otro que no conocemos. ¡Es él que está muerto, que ya no está! ¿Y ahora? ¿Qué hacemos? ¿Qué es esto? ¿Qué locura está ocurriendo? ¿Qué error se ha cometido? ¿Muerto? ¿Te das cuenta de lo que significa?”.

Su corazón había dejado de latir exactamente a las 0:30 esa madrugada, el instante en que yo me había despertado súbitamente. Dice la psiquiatra y escritora suizo-estadounidense Elisabeth Kübler-Ross que el espíritu del ser que parte, en el instante mismo que exhala su último suspiro, deja su cuerpo y se traslada con la velocidad del pensamiento a donde se encuentran sus seres queridos.

Hay estados interiores para los que no existen las palabras. Estamos vivos, pero no sabemos cómo. Tal es el brutal mazazo que nos catapultó sin aviso a un espacio y un tiempo absolutamente desconocidos.

A pesar de la irrealidad, de lo enajenados que nos sentíamos de la realidad objetiva, nada se me pasaba por alto. Al regresar a casa, subimos volando las escaleras donde se encontraban Luciana y la tía Nely, expectantes, con rostros alarmados. Exclamamos: “¡Nicolás está muerto!”. No hubo preparación ni eufemismos. Así era la realidad-irrealidad que vivíamos. No había, en ese momento, otra forma de decirlo.

Nos abrazamos a Luciana. Se unió la tía. Lloramos y tratamos de responder la pregunta que ambas nos hacían: “¿Cómo?”.

En ningún momento dejé de pensar en Luciana ni en Gustavo. Temí que mi marido no soportase el dolor, que se muriese con su hijo. Años atrás, durante el proceso militar argentino, pocos meses luego de la desaparición de Carlos, un hermano menor de Gustavo, un jovencito inteligente y muy querido de 20 años, su papá murió de un infarto.

Ahora Gustavo mostraba una fortaleza y dignidad en el dolor que jamás lo abandonaron. Junto a uno de sus hermanos se ocupó de los trámites burocráticos para retirar el cuerpo de Nicolás y llevarlo a la casa funeraria. Una vez allí, Gustavo volvió para pedirme la ropa con que lo vestirían. Increíble: ¡Debía elegir aquello que llevaría en el cajón! ¿Podía ser más irreal? ¿Más absurdo?

Luego nos llamaron a casa para preguntarnos si deseábamos ver el cuerpo antes de que lo colocaran en el cajón. Fuimos todos, familia y amigos. Yo instaba a Luciana que sólo lo mirara desde el lado izquierdo: el derecho estaba dañado. Al día siguiente desperté con un dolor en el lado derecho de mi cara hasta el cuero cabelludo que me duró cinco días.

Decidimos velarlo a cajón cerrado. Tiempo después, habiendo leído y andado mucho, pensamos que quizá no fue la mejor decisión. Ver el cuerpo es importante en la comprensión y asimilación del hecho que, de por sí y por lo sorpresivo de la muerte, resulta inverosímil. Al principio pensé que no iría al velorio. Siempre había sentido un rechazo por ese ritual que calificaba de inútil, morboso y, muchas veces, hipócrita. Pero me di cuenta de que no era así. Por lo menos, no en este caso. Necesitaba estar junto a su cuerpo y abrazar a cada una de las personas que se acercaban, incrédulas y con ojos

llorosos, a saludarnos. Todos eran sinceros. Nadie podía permanecer indiferente ante tamaña tragedia. Observaba a Luciana y a Gustavo. Ella, rodeada de amigas y compañeras de colegio o de la familia durante todo el proceso, lloraba de a ratos. La abrazaban y reconfortaban. Él se mantenía impenetrable, con su gesto serio y concentrado. El dolor podía verse en la sombra de su mirada.

Durante ese período de horas-años-vida, ocurrieron dos cosas sumamente significativas para la tarea que emprenderíamos más tarde. Alfredo, amigo de tantos años de Nico, a quien él debía llevar en su moto a su regreso, se acercó. No entendía por qué Nico se había ido sin él. Trataba de explicar lo inexplicable, lo que él mismo no entendía. Le pedí que no se esforzara más: sentí de que la forma en que Nicolás había partido no era importante. El hecho contundente era que ya no estaba más y que ninguna explicación podía devolvérmelo. El segundo hecho fue el saludo, entre tantos, de una señora, a quien yo no conocía. Se me acercó y me dijo: “Yo también perdí un hijo, de 16 años”. Nos miramos. La conexión fue instantánea, intensa: ella sabía la magnitud de lo ocurrido. ¡Sabía! Su abrazo no fue como los otros.

Luego de enterrar a Nico volvimos a casa y comenzamos el primer día del resto de nuestras vidas. Arrancaba la vida de nuevo, ahora sin Nicolás. Por primera vez comprendí la dimensión cruda, despiadada, brutal y contundente de las palabras “nunca más”.

Luciana nos pidió permiso para pasar el resto del día y la noche en la casa de una amiga. Aceptamos. Dentro de todo el dolor, queríamos preservarla de un sufrimiento mayor. La familia de Gustavo se ocupó de nosotros los primeros días, literalmente; valoré mucho que lo hicieran. Nos acompañaban a pasar esas horas. Luciana venía, se quedaba un rato y se volvía a ir a casa de sus amigas. Una reacción muy común sobre la que tiempo después, ya en los grupos, alertamos: el escapismo de los adolescentes, la voluntad de no ver, no sentir ni sufrir la realidad que les tocó vivir. Es demasiado duro lidiar al mismo tiempo con la pérdida y con padres dolientes, en un hogar que ya no lo sienten como tal.

Cada mañana, al despertar mal dormidos, reeditábamos el horror. Llorábamos desconsoladamente, nos preguntábamos qué íbamos a hacer, cómo íbamos a continuar viviendo sin nuestro hijo. Pero estaba Luciana y sabíamos que seguiríamos por ella. ¿Cómo? ¿En qué condiciones? Yo, ya no sólo lamentaba la partida de Nico sino que también sentía que ya no sería nunca la persona alegre que había sido. Pensaba que tenía 42 años y, de acuerdo con la longevidad que se da en mi familia, podía vivir muchos años más. La idea de vivir así, me aterraba. Luciana tenía toda su vida por delante y no podíamos ensombrecérsela. En nuestro interior se entablaba una lucha: queríamos morir

con Nico, pero vivir por Luciana. Siempre supe y acepté que viviría por ella, pero... ¿Cómo iba a hacerlo?

Al principio, pensar en vivir por uno mismo es inaceptable. La autoestima se desvanece ante la muerte de un hijo. En la vorágine de sentimientos intensos, dolorosos, avasalladores, uno se cuestiona todo, en especial, el hecho de estar vivo: “Debería haber muerto yo, esto es antinatural”. “Son los hijos los que entierran a sus padres”, son las ideas generalizadas de Occidente, aunque a diario mueran jóvenes y niños. Nuestra existencia pierde sentido. En estos primeros tiempos, el mundo es ajeno, distante. Lo vemos y vemos a todos los que lo habitan como seres de otro planeta. Nuestros conceptos de vida y muerte se ven brutalmente cuestionados. No sabemos quiénes somos ni qué sentido tiene la vida. Nuestra vida, en particular, es un sentimiento aterrador.

Hablamos con Luciana y le dijimos que a pesar de la partida de su hermano trataríamos de vivir de la mejor manera. Si ella deseaba salir con sus amigas o reunir las en casa, que lo hiciera. Que escuchara música como siempre lo había hecho. Nosotros íbamos a estar muy tristes por un tiempo, pero pondríamos lo mejor para salir adelante. Y que estábamos y estaríamos siempre para ella. También la invitamos a que compartiera todo: estar juntos era lo mejor para esos tiempos difíciles. Nos escuchó con lágrimas y nos abrazamos. Un mes después fue su cumpleaños número 16. Lo festejó con sus amigos en casa. Estuvimos allí. Cuando sonaba la música que solía escuchar Nicolás, yo subía y lloraba un momento. Luego, alentada por Gustavo, volvía a bajar.

Algunas noches imaginaba que Nico regresaba. Abría la puerta de entrada y me decía: “Ma, fue todo un error, ya volví”. Sabía que jamás iba a ocurrir, pero cada noche esperaba que sucediera.

En mi niñez fui criada como católica, pero hacía tiempo que me definía como agnóstica. Sin embargo, en estos momentos cuestionaba duramente a ese Dios incomprensible, capaz de causar tanto dolor en una familia. Sola en casa, lo desafiaba a gritos: “¿Por qué? ¿Por qué me lo quitaste? ¡Si era mío y no tuyo!”.

Cada mañana llevaba a Luciana a la escuela. De regreso, pasaba muy despacio por la de Nicolás. Veía las ventanas que correspondían a su aula, que daban a la calle y me detenía unos minutos, para escuchar el bullicio, las voces y las risas de sus compañeros. No podía creer que todos siguieran con sus vidas como si nada hubiera ocurrido. Volvía a casa llorando, sin consuelo.

Me preguntaba si tendría frío, si nos extrañaba, si se sentía solo, si alguien lo cuidaba... A la semana de partir Nico, Gustavo me comentó su idea de que debíamos retomar nuestra rutina y tomar de nuevo las riendas de nuestras vidas: su familia no podía

ocuparse por mucho tiempo más de nosotros. A pesar del dolor insoportable, le di la razón. Si estábamos ocupados, el tiempo pasaría más rápido. En ese momento pensaba que era una cuestión de tiempo. No tardé en notar que, en realidad, lo significativo era lo que cada uno hacía con el tiempo.

Para re-iniciar mi rutina, me dirigí a donde estaba el canasto de ropa sucia. Descubrí un pantalón vaquero y una camisa que Nicolás había dejado porque pensaba ponérselos ese sábado. No podía creer que la ropa estuviera todavía allí y Nico no. Cuando le encargué a Edith las compras diarias, le dije: “Dos litros de leche”. Instantáneamente, recordé que debía ser sólo un litro. Nico solo se tomaba el restante en un día. Llamé a la escuela donde daba clases de inglés y pedí regresar. Me comunicaron que por ley tenía diez días (¡diez días por la muerte de un hijo!) y que había una reemplazante, que regresara entonces.

Siempre tuve una relación muy linda y fluida con los adolescentes. Disfrutaba de la docencia, pero comenzaba una nueva etapa después de lo vivido. Llamé a los alumnos, en su mayoría adolescentes que asistían a clases en casa y les dije que continuaría dictándolas a partir de la semana siguiente. Ante la perspectiva de una madre doliente como profesora, temía que no vinieran, pero todos acudieron. Les agradecí que lo hicieran, dije unas palabras sobre lo que estábamos viviendo y les aseguré que pondría todo de mí para que las clases volvieran a ser dinámicas y alegres. Los primeros días, cuando concluía la clase, los despedía, cerraba la puerta tras ellos y rompía en llanto ante la perspectiva de regresar a mi realidad: uno de mis amados adolescentes ya no estaba.

A los diez días volví a la escuela. Tenía los ojos hinchados de llorar. Llevé anteojos de sol para no asustar a los chicos. Todos me recibieron con respeto y cariño: alumnos, colegas y directivos. Los alumnos, adolescentes, rápidamente olvidaban lo que me pasaba y daban rienda suelta a su alegría, a sus charlas, a sus planes para el fin de semana. Esto me recordaba dolorosamente a Nico, pero me devolvía a la vida. Por momentos, lograba realmente estar bien en compañía de ellos.

La vida continuaba enviándonos señales. Dos madres, a las que no conocía y que habían perdido hijos en esos tiempos, se comunicaron conmigo. Una me hizo llegar una esquela en la que compartía mi dolor y en la que aseguraba que esperaba que ambas pudiéramos encontrar fuerzas para seguir adelante. La otra me llamó por teléfono y me leyó emocionada la oración de San Agustín: *No llores si me amas*. Mi corazón se abrió de compasión. Ambas estuvieron, junto con sus maridos, en la primera reunión de Renacer, 6 meses después.

Desde muy adentro y muy pronto después de la partida, crecía en mí la certeza de que

Nicolás no podía irse de nuestra vida sin dejarnos un mensaje. Lo repetía en voz alta a todos los que me escuchaban. Era tal el amor que nos unía, que era imposible pensar en una partida sin sentido. Este sentimiento me ayudaba a levantarme todos los días con la esperanza de encontrar esa razón. Comencé a buscarla activamente.

Salía al centro de la ciudad con una foto de Nicolás en mi cartera. Con quien me cruzaba, hablaba sobre mi hijo y le mostraba la foto. Hacía llorar a todos, pero no me importaba. Por el contrario, cada persona que se atrevía a hablarme de él era una caricia para mí, era rescatar su recuerdo y su imagen, fuera de su círculo familiar. Yo esperaba que alguien me dijera algo que me ayudara en esta búsqueda. En uno de estos momentos entré a una librería de textos en inglés. Su dueña, una encantadora señora algo mayor que yo y que dos días antes de la partida, me había visto entrar con Nico y se había asombrado de su estatura, me saludó con lágrimas en los ojos y escuchó mis lamentos. No sabía qué decirme, hasta que se le ocurrió lo que fue el comienzo de un vuelco trascendental: el señor de la librería de al lado, me dijo, había sabido consolar a una pareja que también había perdido un hijo tiempo atrás.

Decidí visitarlo. Ingresé en el local y me encontré con un hombre de unos 60 años, con un rostro bondadoso que me inspiró confianza. “Perdí un hijo y quiero saber si hay algo después de la muerte o es la nada”, le dije sin preámbulos. Las lágrimas comenzaron a correr por mis mejillas. Me miró con infinita compasión. Con voz firme pero cálida, me respondió: “Por supuesto que hay otra vida, señora, no se termina todo con la muerte”. Quizá no fueron las palabras, sino la forma, la energía con que las pronunció o la modulación que les imprimió: transmitió una total convicción y una verdad absoluta y amorosa, profundamente consoladora. Me dio vuelta la vida.

Me ofreció una silla ubicada a un costado del pequeño local y charlamos un rato largo. Me sugirió algunos libros, me prestó otros. Cuando salí, sentí que había quitado de mi corazón un peso increíble. Estaba tranquila, en paz. El dolor lacerante que me había acompañado todos esos días se suavizaba y me daba un inesperado y anhelado respiro. Lo tomé como una señal de la vida, del mismo Nicolás. Habían transcurrido sólo dos semanas desde su partida y yo ya intuía que estaba en el umbral de algo maravilloso, aunque aún no sabía qué era.

Leí los libros con fruición. Cada palabra alivianaba mi corazón. Poco después, una persona a la que no conocía, con quien después desarrollaría una hermosa amistad, me hizo llegar un mensaje de Nico: estaba bien, no terminaba todo con la muerte, los abuelos lo cuidaban. Estos mensajes generalmente llegan a través de personas no muy cercanas, tal vez en sueños, pero de manera tan vívida, que sienten la necesidad de compartirlo. El

contenido de estos mensajes es siempre similar: los llegados al “reino del amor y la compasión total”, necesitan tranquilizar a sus seres queridos, que tanto los extrañan.

Día a día se presentaban momentos difíciles y dolorosos. A pesar de ello, una luz de esperanza me iluminaba desde adentro. El dolor ya no era desesperante. Tenía la certeza de que el sentido de tanto sufrimiento era tan valioso como el mismo hijo amado. Me sostenía una gran fuerza interior. Compartía todo con Gustavo, con quien exploraba todas las posibilidades.

Recibía a sus compañeros de escuela y a sus amigos y pasábamos ratos largos conversando sobre él: su vida con ellos, su muerte, qué sentían, cómo lo vivían. Siempre me daban algo de él. Nos reíamos y emocionábamos. Yo les entregaba esperanzas de otra vida a la que Nico simplemente había llegado, a la que llegaríamos todos. Había un mensaje implícito en su partida y cada uno de nosotros debía interpretarlo. Kübler-Ross había logrado reconciliarme con la muerte, comprenderla.

Seis meses más tarde, estos chicos recibieron el título de Técnico Electrónico. Fui a recibir la placa al mejor compañero que le habían dedicado a Nicolás. No podía defraudar a Nico ni a sus amigos. Fui, acompañada por Luciana y parte de la familia. Con la placa en la mano, me dirigí al micrófono y con voz algo temblorosa al comienzo y firme después, sonreí y dije (haciendo uso de una metáfora que una profesora había utilizado en su discurso de despedida): “Nicolás está bien, llegó a la luz antes que nosotros, la muerte no existe”. Algo increíble e inexplicable me sostuvo durante toda la ceremonia.

Dos semanas después de la partida, escribí a unos monjes de la línea de Paramahansa Yogananda. Me respondieron con infinita compasión, con palabras reconfortantes y maravillosas. Por primera vez surgió allí la mención a un “grupo de autoayuda”. Nos sugerían acercarnos a alguno que estuviera en el área. “Aquí no hay un grupo... ¿Verdad?”, le pregunté a Gustavo. “Tal vez nos toque comenzar”, me respondió. Fue la primera semilla de lo que poco después se convertiría en nuestra misión. El sufrimiento ya no era estéril: comenzaría a dar frutos.

Los días más dolorosos

por Gustavo Berti

Los primeros trámites, necesarios para que el cuerpo de Nicolás llegara a la funeraria, fueron hechos en piloto automático. Cuando entramos, había una sola persona sentada en

una silla junto a la puerta del salón mortuario. Vestía traje negro, camisa blanca y corbata negra. Era Emilio, el esposo de una mujer a la que había operado dos días antes. Noté la pena en su rostro y me agradó verlo allí, tan compuesto y tan solemne para presentar sus respetos. Con él y con su esposa mantuve una entrañable relación los tres meses subsiguientes a la muerte de Nicolás, ellos me ayudaron a transitar ese período.

El féretro se mantuvo cerrado durante todo el velorio, rodeado de amigos y compañeros de colegio. Hoy me pregunto por qué. Seguramente, alguien lo sugirió en los momentos iniciales y así permaneció. No tuve demasiadas ganas de estar allí. Además, quería que sus amigos se quedaran todo el tiempo que quisieran y pensaba que mi rostro doliente podía incomodarlos. Me quedé en la pequeñísima habitación donde servían el café, acompañado de amigos. Me hacía tanto mal el parloteo incesante como la presencia muda de quienes buscaban acompañarme. Alicia estaba en otra parte. Lloré mucho esa tarde. El llanto llegaba en oleadas incontrolables. Lloraba por mí, por mi esposa, por Luciana, pero más que nadie por Nicolás, por lo que nunca alcanzaría, por lo que nunca sería y porque jamás volvería a verlo.

El “trabajo de duelo” descrito por Freud, consistente en retirar la energía libidinal del objeto perdido para volcarlo a otro objeto, pero esto no se cumple cuando muere un hijo. Los padres se despiden, al mismo tiempo, de su existencia previa, lo que constituye otro motivo de gran dolor. Uno llora por el hijo que ha muerto, por la familia rota, por la pérdida de sus propios sueños y de autoestima y porque su vida ya nunca será como antes.

No recuerdo una sola palabra que me hayan dicho en el velorio que tuviese algún impacto sobre mí. Pero me reconfortó ver gente que se había acercado para decirme que, de alguna manera, compartía mi pena.

Media hora antes de la salida al cementerio se rezó una misa, probablemente solicitada por los compañeros de estudio. Llegado el momento, todo se volvió más impersonal: guantes blancos en los empleados, un director de ceremonial emperifollado como si fuese a recibir al presidente de un país importante... Yo miraba todo desde lejos, como si estuviese en otro mundo, como si todo ocurriese detrás de una pantalla de televisor. El día se había tornado gris y frío, pero nada podía igualar el frío y el gris de mi alma.

Mi desinterés en el trayecto al cementerio fue profundo, salvo por la gente que nos llevaba. Los conocía, sabía quiénes eran, qué hacían. Uno era afecto a las carreras de caballos, solía ir a la “perrera” del Jockey Club a gastar todo su dinero y luego mendigaba para un café o para volver a casa. Lo veía encastrado en ese traje de ocasión, con la nuca libre entre el cuello y el sombrero, y pensaba: “¿Tiene que ser este hombre quien lleve a mi hijo a su última morada?”. Todo me parecía injusto.

Cuando llegamos al cementerio había un grupo de gente esperando, pero no recuerdo ninguno de sus rostros, salvo el de Edith, la señora que trabajaba con nosotros desde hacía muchos años y que viajó en nuestro auto. Tampoco registré cuándo bajaron el féretro. Súbitamente, estaba a un costado de la fosa. Detrás, nosotros, los familiares. El resto de la gente del otro lado de la fosa, como si la sociedad ya nos estuviese apartando, declarándonos parias, perdedores. Más adelante aprenderíamos que cierta gente nos evitaría por miedo al contagio.

Me sentía muy mal. El mundo me daba vueltas, y me molestaba la pesada angustia transformada en ese dolor indescriptible que me había asaltado por primera vez en la comisaría y que no me abandonaba ni por un instante. Sentía en mi pecho algo tan inmenso que si hubiera tenido un cierre relámpago, al abrirlo, algo habría salido bajo una gran presión.

Le pedí a uno de mis hermanos que dijera unas palabras de despedida en el sepelio, pero se quebró y no pudo hacerlo. Yo estuve mudo, sobrepasado de dolor, sin capacidad ni voluntad de reacción. Si el mundo hubiese desaparecido en ese instante no me habría molestado ni me hubiera esforzado para evitarlo. Simplemente, existía una profunda barrera entre el mundo (al menos “este” mundo) y yo. No dejaba de pensar en ese tango de Gardel, “¡Sus ojos se cerraron y el mundo sigue andando!”. Me parecía cruel que así fuese.

Tuve un puñado de tierra en mi mano, no sé por cuánto tiempo. Llegó el momento de echarlo sobre el féretro y dar paso al proceso de despedida. No sabía cuánto duraría, y sospeché que me sentiría así para siempre. Ese pensamiento me aterró. Cuando todos los presentes depositaron su manojito de tierra, dio comienzo el trabajo de los empleados del cementerio. Cada palada de tierra sobre el cajón retumbaba como un cañonazo que me perseguía hasta la salida. Varias veces sentí el deseo de regresar y llorar al lado de la fosa aún abierta, pero me compuse.

Más tarde, al analizar mi conducta durante ese momento, reafirmé mi noción, por entonces en desarrollo, de que las manifestaciones exteriores del duelo varían enormemente entre el llanto, los gemidos y la liberación de impulsos destructivos y maneras quietas, calladas, incluso solemnes. Las ruidosas y las calmas se intercalan con enorme facilidad. La costumbre cumple un gran papel, ya que regula estas manifestaciones. Así vemos que los actos agresivos contra la propia persona (una madre que se tira al suelo y comienza a arrancarse el cabello) o contra todo aquello que constituya o forme parte del mundo, en realidad es una queja sonora, a veces violenta, contra un mundo en el que el ser querido que ha muerto ya no está más.

Subimos al auto que nos llevó de regreso a una casa que era, y no era, la misma casa que la noche anterior. Estas sensaciones contradictorias ocuparían un lugar importante en nuestras vidas hasta que reaparecieron proyectos por los que volvió a valer la pena vivir.

Hubiese preferido estar en soledad. Acostarme y llorar. Pero mi familia esperaba en casa y tuve que compartir con ellos ese sábado y la mayor parte del domingo. Resultaron días interminables. No porque no los quisiera, sino porque nada me importaba. Llevar una simple conversación era una tarea agotadora. La tarde del domingo, la familia comenzó a despedirse. Me recosté a ver fútbol, para sacar a Nicolás de mi mente, pero fue imposible. En los días subsiguientes, asaltado las veinticuatro horas por ese único pensamiento, aprendí a sentir compasión por los pacientes obsesivos compulsivos y la angustiante falta de descanso de sus mentes. Estaba lleno de preguntas sin respuesta, de culpas que daban vueltas buscando dónde afincarse: Si hubiera hecho esto, si no hubiera hecho aquello, si lo hubiera ido a buscar, si se hubiera quedado en casa... Con el correr de los días dejé que la culpa se posara sobre mis hombros y me sentía como un villano, por haber sido demasiado severo o por no haberlo sido. Pasaba gran parte de las noches en vela, reviviendo el accidente o repasando mis culpas para haber merecido semejante castigo. Recién cuando empezamos a trabajar con el grupo Renacer noté que todos los padres nos sentimos culpables de algo cuando un hijo muere. Esa culpa es, mayoritariamente, inexistente.

Una noche, durante la primera semana después de la partida de Nicolás (sin que mediara un acuerdo entre nosotros, comenzamos a hablar de su “partida” y no de su “muerte”), me fue particularmente difícil conciliar el sueño. Entonces me dediqué a pensar una lista de las cosas que creía haber hecho mal y que pudieran ser la causa de su partida.

Por esos tiempos era agnóstico, por lo que Dios no figuraba entre mis preocupaciones. Pero en medio del insomnio y de la desesperación, no exenta de cierta lucidez metafísica, había concluido que si su partida era un castigo, sólo podría tener un origen divino. Sólo un ser superior podía ser responsable. Dediqué largas horas a repasar mis supuestos pecados. Sacando la vanidad y cierta soberbia, quizá propia de un neurocirujano joven, no encontré nada lo suficientemente malo como para que de ello resultara la muerte de Nicolás. Siguiendo con la línea de razonamiento, llegué a la conclusión de que si era un castigo divino debía ser, por sobre todas las cosas, justo. Me pregunté, entonces, por qué castigar a mi mujer, a mi hija, y al resto de la familia por un pecado que sólo yo había cometido. Hubiese sido una injusticia tremenda. Por lo tanto, no había sido un acto de Dios, es decir, tampoco había sido un castigo. En ese instante me dormí.

Volví a trabajar al séptimo día después de su partida. Los días previos solía quedarme en cama hasta que Moñi, como le decimos a Alicia, me traía el desayuno a la cama con el *Diario Puntal* y el *Clarín*. La lectura me tomaba parte de la mañana. Luego me bañaba. Bajo la ducha lloraba desconsolada y amargamente durante varios minutos, mientras el agua caía. No sabía que mi esposa me escuchaba desde la cocina, en la planta baja. Luego, seguía un deambular sin propósito. Miraba el ropero de Nico, luego sus libros... ¿Buscaba rastros de mi hijo o algún indicio de quién era realmente yo? Fueron dos meses de los que guardo poco y nada. Después, cuando comencé a estudiar Filosofía, descubrí que ese espacio de tiempo vacío en mi vida había sido una epojé existencial: un lapso en el que la severidad de la crisis había puesto el mundo entre paréntesis, lo había sacado de mi vida.

Cuando regresé al consultorio, tuve pocos pacientes. Con el correr de los meses, muchas personas vinieron a pedir la historia clínica de algún pariente bajo mi atención, seguramente para llevarla a otro neurocirujano. Me sentí discriminado por la muerte de mi hijo y eso me producía enojo y pena. Mi práctica disminuyó bastante durante el primer año, con el consiguiente sufrimiento económico. Más tarde, ya en plena tarea de llevar los grupos Renacer a los más recónditos lugares de Argentina, pude conversar con muchos padres que habían perdido negocios o empresas luego de la muerte de sus hijos, asediados por la combinación entre la actitud prejuiciosa de la sociedad y la falta de concentración propia de los meses subsiguientes a la partida, asociada a una sensación de desgano y apatía.

En el sanatorio me desempeñaba como jefe de Neurocirugía, un servicio que había creado ocho años antes, al regresar de Estados Unidos. Todos los días, cuando llegaba, subía al sexto piso y desde allí, piso por piso hasta el quirófano, recolectaba la información de la noche anterior: ingresos, altas, complicaciones. Antes de comenzar el consultorio tenía todo bajo control. Pero cuando regresé luego de la partida Nico, sólo tenía fuerzas para llegar y esconderme en el consultorio, donde podía dar rienda libre a los intempestivos ataques de llanto. Dejé de visitar los pisos. Los médicos de guardia trataban de no molestarme. El jefe de terapia intensiva, a quien estaré siempre agradecido, hacía un segundo control cuando yo salía, para ver si se me había pasado algo por alto, detalle del que me enteré años después. Como tenía menos pacientes, contaba con mucho tiempo para pensar. Un tema me afligía sobremanera: Nicolás murió por traumatismo de cráneo y fue llevado al único sanatorio que esa noche no tenía neurocirujano. Una burla cruel del destino. Yo había salvado decenas de jóvenes en la misma situación y no había podido hacerlo con mi propio hijo. Nicolás esa noche no llevaba su documento; meses

más tarde, luego de leer a Kübler-Ross, comprenderíamos la razón de dicha omisión.

¿Qué hubiese ocurrido si lo identificaban, lo llevaban a mi sanatorio y, en medio de la noche, me llamaban para atender a un joven gravemente herido? ¿Y si al llegar me encontraba con mi hijo en coma y moría en mis manos? Seguramente, hubiese abandonado la medicina. Noté que salir sin documentos para no ser identificado al momento de morir, y que mi carrera no se arruine, había sido el último acto de amor de Nicolás hacia mí.

No recuerdo qué manifestaciones de dolor se hicieron presentes en mí. Probablemente muchas. Sufrí una gripe feroz, por ejemplo. En las conmociones existenciales bajan las defensas y se puede contraer enfermedades. Tengo un hermano desaparecido durante el proceso, en 1976. A los pocos meses de su desaparición, mi padre, de 62 años, murió de un infarto. Cuando Nicolás falleció, yo tenía 47. Mi esposa temió que yo muriese como mi padre. Durante las primeras semanas lo intenté: al acostarme, deseaba no volver a despertar. Se me hacía imposible aguantar tanto dolor durante todo el día, sin descanso. Lograba conciliar el sueño, pero todas las noches despertaba con la imagen del accidente y no podía volver a dormirme. Imagen que permaneció hasta que, con Moñi, proyectamos, a los tres meses de partir Nico, la creación de un grupo de ayuda mutua para padres que enfrentan la muerte de hijos.

Los domingos por la mañana solía escuchar música clásica mientras leía el diario. Pasadas las primeras semanas, traté de recuperar algunas costumbres como esa. Un domingo lluvioso me recosté en un sillón, de espaldas al ventanal, puse un concierto y traté de leer. Me invadió una tristeza aterradora y un ataque de llanto tan fuerte que me hizo muy mal. Cuando las lágrimas amainaron, me pregunté si quería estar bien, sin llorar, o escuchar música y llorar. Era imposible hacer las dos cosas al mismo tiempo. Decidí no escuchar música. Necesitaba estar bien, por mi esposa, por mi hija y por mí. A partir de ese momento, me hice la misma pregunta con todas las cosas que me hacían mal. Dejé de volver al ropero de Nicolás y desistí de las visitas al cementerio. Después de todo, Nico no estaba ahí.

Poco a poco fue tomando fuerza en mí la noción de que el sufrimiento era inevitable, pero que podía elegir la manera de vivirlo: si dignamente, con autorrespeto, o miserablemente. Esto me hizo bien. Tuve la sensación, quizá por primera vez, de que volvía a tomar control sobre mi propia vida, aunque precariamente.

Tampoco recuerdo mucho sobre los tres meses siguientes. Sé que quisimos emigrar, como una forma de dejar el dolor atrás, pero no prosperó. Hacía enormes esfuerzos por mostrarme compuesto en casa. No quería aumentar el dolor de mi esposa y mi hija.

Habíamos conversado con Alicia para tratar de que Luciana pudiera seguir viviendo con la mayor normalidad posible, invitando a sus amigas a casa, saliendo con ellas, incluyendo su festejo de cumpleaños en junio. Recuerdo mi empeño en no hacer nada que me produjera más dolor y concentré todas mis energías en caminar con la frente en alto.

Un hecho tendría gran importancia para nuestro futuro y para lo que sucedería más adelante con los grupos Renacer. Un lunes por la mañana, a poco de morir Nicolás, encontré una carta en el suelo de mi consultorio: era un anónimo en el que se me informaba el horario y lugar del accidente, así como el modelo y la patente del auto que supuestamente lo había embestido. No sé cuántas veces lo leí. Lo guardé en un bolsillo durante una semana sin saber qué hacer, hasta que un día se lo mostré a Alicia. Pasaron algunos días más hasta que intuimos que si iniciábamos una acción legal pasaríamos muchos años de tortura emocional, con resultados inciertos. Lo que anhelábamos era encontrar un sentido a la tragedia y tratar de vivir de la mejor manera posible. A los pocos días, visité a un juez conocido, le mostré el anónimo y le dije: “Le traigo esto. Si es verdad, el culpable debe asumir su responsabilidad. Pero no queremos saber quién es ni iniciar una acción legal”.

Un mes después, me llamó, el vehículo existía, pero era tan viejo y estaba tan golpeado que fue imposible hacer un peritaje. Así concluyó la investigación. Años después me encontré frente al responsable, pero esa es otra historia.

El pronto cierre de la investigación ayudó a que orientáramos nuestras energías, escasas, en recuperarnos espiritualmente. Todo comenzó a cambiar alrededor del tercer mes. Un día, al regresar de la clínica, me senté en la cama para cambiarme, miré la foto de Nicolás en la mesa de luz y le dije: “¡Qué felicidad, Nico, hoy no me acordé en todo el día de usted!”. Era, en verdad, un alivio para la tristeza que se había adueñado de mí de manera obsesiva.

Hubo un segundo hecho que marcó este cambio: una tarde de invierno, caminando hacia la casa, me escuché hablándole a Nicolás: “Querido hijo, yo hubiese querido que me acompañaras toda la vida, pero tomaste un camino distinto y te doy mi permiso y mi bendición para esta nueva vida que has comenzado”. No tengo idea de cómo vinieron esas palabras a mi boca, pero supe en mi corazón que eran verdad. A partir de esa noche, pude dormir sin despertarme y comenzó una nueva etapa de intensa búsqueda espiritual compartida con mi esposa.

Capítulo 2

Los primeros tiempos

“Los primeros tiempos” es ese período de horas, días, semanas o meses en que la asimilación de la tragedia ocurrida se gesta en el interior de cada padre. Ese primer estado de shock, de incredulidad total, en que se vive por un tiempo indeterminado; la posible segunda etapa es la de negación ante lo desconocido y sobrecogedor de la experiencia, incluyendo algunas de las fases que se atraviesan mientras la verdadera dimensión de esta conmoción existencial se incorpora en el interior de cada uno.

La muerte de un hijo nos enfrenta inequívocamente y sin atenuantes a un replanteo de todo lo que hasta ese momento creíamos verdadero, real y, generalmente, “bajo nuestro control”. Los conceptos de vida, muerte, amor y dolor se ven brutalmente cuestionados. Nos damos cuenta, con la velocidad y la contundencia de un rayo en la tormenta, de la transitoriedad de la vida.

Tal es la magnitud de la tragedia que, ante ella, las palabras palidecen. Cada mañana despertamos luego de una noche difícil y debemos enfrentarnos a la realidad. El hijo ya no está físicamente con nosotros. “Nunca más.” Palabras que hasta ese momento no comprendíamos en toda su dimensión, absolutamente inconmensurable: para siempre, eternidad. No tenemos experiencia sobre la eternidad.

No reconocemos nuestra imagen en el espejo. ¿Quién es esta persona que me mira con tanta tristeza? Sentimos que perdemos nuestra identidad. No sabemos quiénes somos, qué somos, qué es esto que llamamos vida. La experiencia es aterradora. La realidad se torna tan intolerable que es común que los padres opten por negarla y se refugien en un pasado donde el hijo estaba vivo o se convenzan de que está de viaje, en la escuela, con los abuelos, que todo fue un error, que ya volverá... Se van a dormir con la esperanza de que al despertar todo haya sido un sueño. Otro camino muy transitado es el escapismo por aturdimiento: actividad frenética, trabajar hasta quedar exhaustos o tomar pastillas con el propósito, fútil, de no sentir dolor.

Las inquietudes de los padres son absolutamente comunes: constantes cuestionamientos a sí mismos, a los demás, a la vida, a Dios. A veces, en forma de

lamento o letanía, simplemente porque se necesita formularlos sin esperar realmente una respuesta. ¿Cómo pudo pasar esto? ¿Por qué a él? ¿Por qué a nosotros? ¿Cómo no me di cuenta? ¿Cómo le permití? Otras, se emiten con dureza a algunos o a todos los interlocutores posibles, en voz alta, demandando una respuesta. Se las dirige a Dios, pero, en el fondo, se espera alguna contestación de los otros, algo mágico que pueda dar sentido a este dolor, aunque no se descarte alguna intervención milagrosa: ¿Por qué te lo llevaste si tenía toda una vida por delante? ¿Por qué me lo arrebataste? ¿Con qué derecho si era mío? ¿Por qué se nos castiga así? ¿Qué hicimos de malo? ¿Por qué él, que era tan bueno, habiendo tantos malvados en el mundo?

Luego, aseveraciones de lo que fue y no se puede cambiar. Pueden o no esperar respuestas: ¡Pero si sólo salió un momento y ya volvía! ¡No entiendo, si hace un momento hablé con él! ¡Pero si todo está igual, como puede ser que él no esté! ¡Pero si sólo se mueren los viejos! ¡A él le faltaba tanto por vivir!

Otra gama de preguntas son puntuales. Los padres se aferran a una mano, a una mirada de quienes los acompañan y claman con urgencia por una respuesta: ¿Y ahora qué hacemos? ¿Cómo se puede seguir viviendo? ¿Cómo se hace para vivir sin él? ¿Cómo es que el mundo no se detiene, si acabamos de perder a nuestro hijo? Las madres, en particular, esperarán información de alguien que pueda tener un *insight* de lo que pueda estar ocurriendo “del otro lado”: ¿Me extrañará? ¿Tendrá frío? ¿Se sentirá solo? ¿Sufrirá? ¿Quién lo consolará? ¿Quién lo abrigará? ¿Quién lo protegerá? Desolación y desasosiego que nada calma...

Manifestaciones del dolor

En los primeros tiempos aparecen también manifestaciones psíquicas y corporales por las cuales muchos padres temen o creen “haberse vuelto locos”. Entre los síntomas físicos figuran anorexia, insomnio, pérdida de peso, pérdida de deseo sexual, disminución de la energía (puede llegar a un estado de parálisis), lentitud alternada con estados de agitación, un desasosiego que no permite estar quieto en ningún lugar. Entre los psíquicos: miedo a volverse loco, inseguridad, confusión, desorganización, pérdida de claridad y concentración, pensamientos obsesivos. Estos últimos pueden aparecer en medio de la noche, cuando el recuerdo del momento de la muerte se hace presente con más intensidad. Los estados de ansiedad y agresividad son frecuentes, así como la frustración, el llanto fácil e involuntario, la intolerancia y la intemperancia. En su libro *En busca del tiempo*

perdido: por el camino de Swann, Marcel Proust dice: “En los estados interiores las emociones se decuplican”. ¿Y qué estado más interior que el que sigue a la muerte de un hijo?

Predominan sentimientos como desesperación, abandono, desamparo, miedo, culpa, vergüenza, desesperanza, pesimismo y pérdida de autoestima. Existen otros actores en esta compleja trama de sentimientos y emociones embravecidas que pugnan por controlarnos. Es importante que estemos atentos para enfrentarlos y oponernos, pues al impacto propio de cada integrante de la familia se mezcla el impacto global en la familia como unidad.

El impacto se siente fuertemente en el matrimonio, donde se produce una asimetría en el proceso de duelo: en las formas de expresar el dolor, en el trabajo y en las actividades diarias, en los detalles que desencadenan los recuerdos, en la búsqueda del sentido. Probablemente, se note un desinterés sexual que puede ser prolongado y que se da con mayor frecuencia en la mujer. No es extraño que el proceso culmine en divorcio o separación.

También los hijos que quedan reciben un fuerte impacto: o porque sus padres idealizan al hijo que ha partido o porque generan la expectativa de que los hermanos ocupen el lugar perdido. Por otra parte, los hermanos que quedan suelen vivir más tiempo con la pérdida que los padres y manifiestan enojo, con sus padres por no haber prevenido la situación y hasta con el fallecido. Viven con miedo a perder a los padres y a que la familia se desintegre. Suelen adoptar una actitud escapista, negar el hecho o irse mucho de su casa para evitar ver tanto dolor. Experimentan resentimiento hacia los padres por la omnipresencia de quien ha partido y por estar sometido a las frecuentes comparaciones con una “presencia ausente”.

Cómo ayudar

La tendencia natural es de dejarse vencer y doblegarse ante la adversidad. Es que eso no requiere ningún esfuerzo, simplemente, no hay que hacer nada. Ni siquiera levantarse al día siguiente, ni al otro, ni al otro...

En este momento aparecen los pedidos de auxilio. No de los padres, sino de amigos o del resto de la familia: tíos, abuelos (con menos frecuencia)... Todos preguntan qué pueden hacer para ayudar. A esta altura, ya descubrieron que cualquier palabra está de más frente a aquello que no tiene nombre. Sólo representan algo la presencia, la caricia, el

abrazo o la capacidad para escuchar cuantas veces sea necesario. Muchas veces, algo que se dijo “para ayudar” termina siendo considerado como necio, molesto o cruel por el padre.

La familia y los amigos pueden hacer, no obstante, cosas simples para ayudar, que raramente son tenidas en cuenta: preparar comida, comprar alimentos, limpiar, completar trámites que suelen ser postergados porque evocan recuerdos dolorosos, pagar cuentas, cumplir compromisos previos. Pueden quedar niños que cuidar, alimentar, vestir o llevar a la escuela y muchas otras tareas necesarias en la casa que normalmente se llevan a cabo, pero que ahora representan una carga. Quienes acompañan deben saber interpretar, sin palabras, cuándo su compañía es apreciada y cuándo se prefiere la soledad.

Maneras en que se da el sufrimiento

Cada uno de nosotros sufre y expresa su sufrimiento de manera única e irrepetible. Es imprescindible que cada cónyuge y cada hermano respeten la manera de sufrir de los demás. Por ejemplo, se da que uno no se siente bien yendo al cementerio mientras que otro quiere hacerlo con mucha frecuencia. Si no se hace un esfuerzo por ser tolerante con la manera de sufrir del otro se abre una puerta hacia la incompreensión y, lo que es peor, la incomunicación entre quienes sufren. La muerte de un hijo nos da derecho a sufrir pero no nos da derecho a actuar neciamente. La capacidad de reflexión, aun en medio del sufrimiento más intenso, no es un plus personal sino algo presente en cada uno de los seres sufrientes, una apelación a la fuerza indómita del espíritu humano, un llamado al conocimiento de que el hombre no es lo que recibe de la vida, sino lo que le devuelve.

Desde un enfoque fenomenológico existencial, se considera a la persona como una unidad, un ser libre y responsable capaz de elegir su propia manera de sufrir. En la medida en que las manifestaciones del sufrimiento de los padres se evalúan desde esta perspectiva, se observa que todo parece desierto, como visto a través de un velo, los ojos fijos en el vacío. La voz, apagada. Los oídos no oyen: se apagan el mundo y sus sonidos. El cuerpo se mueve de manera lenta y pesada. Todas estas son expresiones de una anorexia existencial (anorexia viene del griego y significa “sin deseo”). Se produce una transformación profunda y duradera de la existencia que reemplaza a las emociones generadas por el duelo. La persona, despidiendo a quien ha partido, despide al mismo tiempo a su propia manera previa de existir. Si no somos la misma persona que antes, tampoco seremos el mismo cónyuge, por lo que el matrimonio será distinto. Frente al

sufrimiento inevitable, aparece la alternativa de sufrir con dignidad o hacerlo lastimeramente.

Todo esto señala, cada vez con mayor intensidad, que después de la muerte de un hijo no se puede volver a ser la persona que se era. La vida se transforma radicalmente. Es como un guante de cirugía que se saca y da la vuelta sobre la mano: lo que estaba adentro queda afuera y viceversa. Si no se comprende ni se asume esta realidad, lo que viene después será más complejo y hasta imposible de superar.

El valor de los proyectos

A medida que los síntomas físicos pierden intensidad, al menos parcialmente, y se calman los pensamientos obsesivos, de la índole que sean, comienza una etapa en la que, paradójicamente, el tiempo se colma de un vacío que llena nuestra vida. Los pequeños destellos del mundo que logran filtrarse se reciben con un ánimo apagado y la vida se nos presenta como vista a través de un televisor con imágenes en color sepia.

Si quedan otros hijos, esta huella de vacío provoca la aparición de un sentimiento de culpa en los padres, ya que la presencia de estos no parece ser suficiente para llenarlo. En este estadio no hay proyectos ni un por qué para salir de la cama por las mañanas. Da lo mismo ser que no ser. No existe nada que nos convoque a insistir en el oficio de vivir. Pero no se puede seguir así. Esta disyuntiva se nos presentó temprano, luego de la muerte de Nicolás: utilizábamos nuestro tiempo para elaborar emociones y sentimientos negativos o nos esforzábamos por encontrar un proyecto que nos “remolcara”, que “tirase” de nosotros para levantarnos cada día. Tiempo después leímos, en palabras de Kierkegaard, que sólo comprendemos nuestra vida mirando hacia atrás, pero sólo podemos vivirla mirando hacia adelante. Decidimos, intuitivamente, enfocar nuestra mirada hacia el futuro, incierto pero con fe en salir adelante. Esa decisión fue fundamental para nuestra vida y para la tarea que el destino nos depararía.

El tiempo pasado como proyecto de vida

Rumiar permanentemente por un pasado que no se puede modificar es una pérdida de tiempo y, en demasiadas ocasiones, conduce a un anclaje en la mismidad, consistente en

una perpetua disección de la vida anímica de la persona, despojado de toda orientación hacia el mundo o los otros que requieren nuestra atención. Un continuo mirarse el ombligo, un continuo reflexionar sobre emociones y estados de ánimo. Esto adquiere importancia ante el hecho constante de no poder olvidar el momento de la muerte del hijo. Un pensamiento obsesivo y torturante del que muchos no encuentran la manera de despojarse. En nuestra experiencia, desaparece cuando los padres son capaces de encontrar sentido en la tragedia o un proyecto que sea tan valioso como ese hijo.

La pérdida del mundo vivido que aparece con el sentimiento de vacío impacta de manera negativa sobre la vida anímica. Estar consciente del mundo propio implica al mismo tiempo estar diseñándolo. Para el psicólogo existencialista norteamericano Rollo May, el mundo incluye los eventos pasados que influyen en nuestra existencia y todo aquello que nos condiciona. En la manera en que cada uno es consciente de los eventos, en cómo los lleva, los moldea y los forma en cada minuto de su existencia, el mundo no se limita a ellos, sino que incluye las posibilidades que se abren ante nosotros: aquello que yace en nuestro futuro y espera ser realizado. Esta apertura distingue lo humano del mundo cerrado de los animales.

El hombre es un ser-ahí, un ser en el mundo, un ser-con un mundo que existe previamente, un mundo al que el hombre es capaz de dar múltiples significados, a diferencia de los animales que viven presos de un único mundo que les abren sus sentidos. Un árbol que se yergue en la pradera será para un ave siempre un lugar de paso entre los campos de trigo y la montaña; para el zorro, la guarida de la cual sale a cazar en la noche; para el vacuno la sombra que lo protege. Para el hombre en cambio, es el mismo árbol que puede ser modelo para un pintor caminante, coto de caza para un cazador, objeto de investigación para un botánico, de explotación para un agricultor, de sombra y descanso para un caminante. Incluso, la misma persona puede acercarse al mismo árbol cada vez con un proyecto distinto: un día como cazador, otro como botánico, un tercero como pintor... Esto significa que el ser humano puede vivir simultánea y/o sucesivamente en distintos mundos, en otras palabras, que de un mismo hecho podemos tener múltiples experiencias, y a través de cada una de ellas se puede proyectar un futuro siempre distinto.

En el pensamiento lógico occidental predomina la tendencia a pensarnos como seres espaciales, como “cosas” u objetos materiales “frente a los ojos”, como una presencia física. En realidad, somos seres temporales que habitamos un espacio. La temporalidad nos marca el hecho de que somos seres proyectantes, siempre orientados hacia algo que no somos nosotros mismos. Si perdemos la proyección, si desaparece la orientación hacia

las posibilidades latentes en el futuro, sólo queda vivir en el mundo de los recuerdos o absortos en nuestra corporalidad (espacialidad) presente y actual. La persona, al reducirse temporal y existencialmente se agranda corporalmente, se *espacializa*. Desde el punto de vista existencial, quiere decir que se centra en sí misma y desaparece toda orientación hacia los otros y el mundo. El cuerpo adquiere una dimensión desproporcionada. Por eso predominan los síntomas físicos durante las etapas iniciales del duelo.

Si no tenemos proyecto, viviremos en el pasado y rescataremos continuamente el hecho en sí, pero vestido con las emociones que le corresponden, propias de un mundo cerrado, sin horizontes, expectativas ni nada por lo que valga la pena seguir viviendo. Es de esperar, entonces, que se priorice el rescate de lo más doloroso, lo que más sufrimiento originó. Y que, además, se vuelva una y otra vez, en un eterno movimiento circular, a lo que tanto nos ha marcado.

Por otra parte, en la medida en que el pasado no es el ahora que fue, sino la dimensión en la que queda guardado todo lo realizado, es, a la vez, el reservorio de donde se puede seleccionar y rescatar todo aquello que sea útil a los proyectos y ayude a encontrar sentido. Lo que el hombre aspira a ser determina, en gran medida, lo que rescata de su pasado, de su “ha-sido”. El futuro determina el presente del pasado, lo que nosotros rescatamos de ese pasado.

En la praxis terapéutica, es frecuente observar que una persona no puede recordar lo significativo de su pasado hasta que está lista para tomar una decisión sobre una posibilidad latente en su futuro. La memoria no funciona solamente sobre la base de lo que se ha grabado en ella, sino que lo hace sobre las decisiones personales, referentes tanto al presente como al futuro de la persona. De acuerdo a May, el presente y el futuro, es decir la manera en que uno se compromete con la vida en este momento y el momento por venir, determina en gran medida lo que esa persona rescata o selecciona, de manera consciente o inconsciente, de su pasado.

Por ejemplo, con un ser querido que ha muerto. Cuando lo recordamos, no lo percibimos como realidad frente a nosotros, sino como recuerdo. Esta distinción aplica al modo en que se lo capta: imaginado, deseado, amado, pensado... Todo esto se lleva a cabo con una actitud desapegada, con el menor compromiso afectivo posible. Si ahora, con una actitud empírica, comprometida afectivamente, lo recordamos nuevamente, lo hacemos de otras maneras psicológicas, también diversas: dolor, pena, angustia, bronca, ira... Esta manera de ver nuestra existencia sufriente, con la capacidad de desapego suficiente como para poder discernir que todas estas maneras de recordar son reales y posibles de ser realizadas, nos permite elegir un modo de recordar más suave, dulce,

amoroso. Si pienso o imagino a ese hijo en su lecho de muerte, en el lugar de su accidente o en el momento de su fallecimiento, me van a invadir sentimientos de dolor. En cambio, pensarlo simplemente como un hijo tan querido, evoca experiencias más placenteras y me coloca en una mejor actitud para trascender su dolor.

Capítulo 3

Búsqueda y sincronicidad: la creación de Renacer

Pasadas las primeras semanas, fueron cediendo las molestias físicas: sensación de opresión permanente en el pecho, dolor de cabeza y espalda... Comenzó a apoderarse de nosotros la pena: por Nicolás, que no iba a vivir para hacer tantas cosas que había proyectado y que nosotros habíamos imaginado; por Luciana, que ya no tendría un hermano para compartir su vida; y por nosotros, por no tenerlo más, por el vacío que avizorábamos, porque sentíamos que nunca podríamos disfrutar de la vida, ni volver a sonreír. Este sentimiento dio lugar, más adelante, a un vacío en nuestras vidas, con un efecto positivo: una necesidad de búsqueda muy intensa, casi obsesiva, de objetivos para encontrar un sentido a nuestras vidas y así colmar ese vacío.

Fuimos afortunados en contar con amigos que, al poco tiempo, nos enviaron material de lectura muy valioso. Desde Buenos Aires nos llegó un pequeño libro llamado *Los que volvieron del más allá*, de Patrice Van Eersel, en el que se mencionaba el trabajo de una psiquiatra suizo-norteamericana, devenida tanatóloga y por entonces desconocida por nosotros: Elisabeth Kübler-Ross. También se hablaba de experiencias cercanas a la muerte. Lo leímos de un tirón. Nos abrió a una nueva dimensión del sufrimiento, el amor y la esperanza. “Muchos padres que pierden hijos experimentan un verdadero despertar espiritual, pues necesitan saber cómo abrir su corazón a la presencia de los jóvenes desaparecidos y para ello debían deshacerse primero de todo un fárrago de supersticiones a contrapelo, alambres de púas negativos que nos impiden sentir la presencia invisible de los que han caído en el reino de la compasión total”, decía.

“Despertar espiritual”, “El reino de la compasión total”, “Presencia invisible de nuestros hijos muertos”... Una luz de esperanza se intuía al final del túnel. Casi en simultáneo con este descubrimiento nos llegó de Norteamérica un paquete con libros enviados por un pastor evangelista oriundo de Río Cuarto entre los que había uno de Elisabeth Kübler-Ross, en inglés: *On death and dying* (*Sobre la muerte y los moribundos*). ¿Coincidencia o sincronicidad? ¿Un mensaje que develar?

Elegimos el camino: debíamos estudiar los trabajos de Kübler-Ross. Necesitábamos

aprender sobre esa muerte que nos enfrentaba a la transitoriedad de la vida, a la vigencia de nuestras propias creencias, a la existencia (o no) de Dios, a la trascendencia (o no) del espíritu (alma, conciencia), a la vida(o no) después de la muerte, a nuestra propia vida y cómo la vivimos, a nuestras limitaciones sobre lo que podemos o no controlar, al sentido de la vida (en particular, la nuestra), al sentido del sufrimiento, a nuestra propia muerte.

Nicolás siempre llevaba documentos cuando salía. Había llegado a Argentina en 1980, durante el proceso militar, y sabía que era importante. La noche del accidente, no los tenía. Durante un tiempo fue un gran interrogante al que no pudimos encontrar respuesta. Kübler-Ross nos la dio: dice que muchas veces los jóvenes, en algún nivel de conciencia, intuyen que van a morir y no llevan identificación para poder, de esta manera, hacer la transición sin que el llanto de sus padres la dificulte. ¡Por fin una respuesta alentadora! Si Nicolás intuía que iba a morir y no lo rechazó... ¿Por qué debíamos rechazarlo nosotros? ¿Acaso no sería más dulce aceptar su intuición sin cuestionarla? Estábamos en condiciones de decir que nosotros mismos lo habíamos entregado a la vida, que nadie nos había arrebatado a nuestro hijo. Ya existía un dejo de dulzura en nuestras vidas...

También ocuparon nuestra atención las experiencias cercanas a la muerte, pues nos daban una esperanza de reencuentro. Empezamos a buscar personas que las habían atravesado. A lo largo de un año, contactamos unas veinte, que compartieron las suyas, todas reconfortantes, algunas tan extraordinarias que era imposible dudar de que efectivamente habían tenido lugar.

Enviamos una carta a los monjes del Self-Realization Fellowship, de California, una asociación que seguía los preceptos de Paramahansa Yogananda. Nos la respondieron y, entre otras cosas, nos aconsejaban acercarnos a un grupo de apoyo en nuestra ciudad. Poco después nos mandaron un libro *Man's Eternal Quest*, del mismo Yogananda. Nos proporcionaron alivio e iluminación sobre aspectos de la búsqueda de lo trascendente por el hombre. ¡El camino se iba señalando cada vez con mayor intensidad! Nicolás nos había trascendido y la búsqueda de lo trascendente era inherente al espíritu humano. Allí estaba, pues, el camino a seguir. Pero un interrogante comenzó a flotar en nuestras mentes: ¿En qué consistía aquello que llamábamos “grupo de apoyo”?

Aún durante cierto tiempo antes del hecho que develaría el sentido definitivo de la búsqueda, comenzaron a aparecer en nuestras vidas padres que habían perdido hijos mucho antes que nosotros y en diferentes circunstancias. Yo acostumbraba preguntar a mis pacientes cómo se sentían anímicamente una vez que estaban más relajados, luego de examinarlos. Unos dos meses después de la muerte de Nicolás, observé que muchos rompían en llanto y decían: “¿Cómo quiere que me sienta, después de lo que me pasó?”.

Invariablemente, se trataba de la muerte de un hijo. Ninguno sabía que yo había pasado por esa experiencia. Tenían la única intencionalidad de descargar de manera semiinvoluntaria el dolor, sin “compasión” alguna.

Esto comenzó a repetirse con tanta frecuencia en nuestra vida cotidiana que no pasó desapercibido, quedó flotando en el subconsciente, esperando por la pieza clave de un rompecabezas aún no existente, que pronto habría de mostrarse.

Un domingo cálido de invierno decidimos pasar el día en Córdoba, en casa de mi hermana Graciela, para tratar de alejarnos unas horas del dolor. Llegamos cerca del mediodía, hora nacional del asado, y apenas bajamos y nos saludamos con Graciela y Roberto, su compañero de años, llegó a la casa un amigo de él, desconocido para nosotros. Me acompañó a buscar carne y carbón en nuestro auto, un Renault 12 que mostraba señales de un granizo caído en el pasado.

No bien arranqué, esta persona me miró y soltó bruscamente: “¿Sabías que se me murió una nena de 6 años?”. Quedé petrificado por el asombro. Al regresar, me bajé apresurado, y mientras el desconocido se encargaba de la carne y el carbón, le pregunté a Graciela si ella le había dicho que nosotros habíamos perdido un hijo. La respuesta fue negativa. ¡Habíamos viajado casi quinientos kilómetros para alejarnos del dolor y este se hacía presente de entrada, en la figura de alguien que, además de desconocido, compartiría el asado con nosotros y nos lo recordaría todo el tiempo!

Regresamos a Río Cuarto ya entrada la tarde y durante el viaje, usualmente aburrido, hablamos sobre el significado de la presencia del desconocido y su abrupto comentario. La conversación se desvió hacia los padres que habían perdido hijos y se habían cruzado con nosotros. Esto no había sucedido mientras Nicolás estaba vivo, por lo que debía existir una conexión, no sólo temporal sino también significativa, aunque todavía no pudiéramos descifrarla. El intercambio duró casi todo el viaje. Tal era nuestra voluntad de encontrar un sentido en tanto dolor que no descartamos ninguna hipótesis.

Quedaron dos posibilidades: una casualidad o un mensaje. La primera era intrascendente. La segunda, en cambio, demasiado importante. Queríamos examinarla detenidamente. Si era un mensaje, sólo podía significar que debíamos unirnos con todos esos padres que habían aparecido de pronto y trabajar con ellos, para formar ese grupo de ayuda que los monjes de Yogananda nos habían mencionado. No debimos pensar mucho. Nos miramos y dijimos al unísono: “¡Hagamos el grupo!”. Era el proyecto que habíamos buscado durante estos tres meses, durante los cuales el mundo parecía apagado, sin brillo ni color.

En ese viaje de Córdoba a Río Cuarto, nació la semilla de lo que después sería el Grupo

de Ayuda Mutua Renacer de padres que enfrentan la muerte de hijos, a partir de esa decisión de interpretar ciertos hechos como un mensaje y un camino a transitar, seguido del compromiso existencial de llevar a cabo una tarea sugerida por la vida misma. Nos arrojamos a una pileta sin agua, con la esperanza de que se llenase antes de que tocáramos fondo.

Más adelante, hallaríamos un pasaje de *En busca del tiempo perdido*, de Marcel Proust. En un momento en que él necesitaba aclarar un problema existencial, se dice: “Me vuelvo hacia mi alma. Ella es la que tiene que dar con la verdad. ¿Pero cómo? Grave incertidumbre esta, cuando el alma se siente superada por sí misma, cuando ella, la que busca, es justamente el país oscuro por donde ha de buscar, sin que le sirva para nada su bagaje. ¿Buscar? No sólo buscar, crear. Se encuentra ante una cosa que todavía no existe y a la que sólo ella puede dar realidad y entrarla en el campo de su visión”. Era exactamente lo que estábamos dispuestos a hacer: crear algo que no existía.

En los meses siguientes, desde septiembre hasta diciembre, no dudamos jamás del proyecto que estábamos por emprender. Era lo que habíamos buscado con tanta tenacidad después de la partida de Nicolás y lo que nos permitiría vivir bien, sin tanta angustia ni esa sensación de vacío. Por sobre todas las cosas, nos daba una razón para levantarnos cada día con esperanza. Comenzaba a anunciarse una misión en nuestras vidas.

Leímos que Frankl afirmaba que nada tenía más valor terapéutico que la noción de una misión en la vida. ¡Cuánta razón tenía! ¡Lo estábamos experimentando! A medida que avanzábamos con el proyecto, nos sentíamos cada día mejor. El dolor de los meses iniciales se transformaba paulatinamente, sin desaparecer, en una dulce nostalgia. La iniciativa requería acciones concretas para cristalizar. Era suficiente para retornar al mundo y crear lo inexistente, que encajaba con la decisión de regresar a Argentina ocho años atrás. Finalmente éramos pioneros: trabajaríamos para crear el primer grupo de autoayuda en el país (por esos tiempos se hablaba de “autoayuda”, término que pronto experimentaría sucesivos cambios, hasta encontrar el nombre definitivo) para padres que pierden hijos. La decisión estaba tomada, nuestro destino estaba por cumplirse.

Surgió la necesidad de encontrar un lugar de reunión. No debía ser una casa de familia. Tampoco una iglesia, para no obstaculizar la asistencia de padres con distintas creencias, ni la sede de un club social, que se caracterizan por la música y la algarabía. En la lista quedaban las escuelas y las bibliotecas públicas. Visitamos esos lugares y hablamos con sus directores. Aprobaron nuestro pedido, pero sus espacios no cumplían ciertos requisitos que nos habíamos impuesto. Se nos ocurrió pensar en el Colegio Médico de Río Cuarto. Nos recibieron con mucha cordialidad, no exenta de afecto, y café de por

medio nos preguntaron en qué consistiría nuestra labor.

Estábamos todos alrededor de una gran mesa oval. Ellos no sabían qué pretendíamos y nosotros carecíamos de los conceptos necesarios para darnos a entender. Sólo queríamos ayudar a otros padres para que sufrieran menos. No pasó mucho tiempo ni mediaron demasiadas palabras para que colmaran nuestras expectativas: nos ofrecieron un pequeño salón en la planta baja, con frente vidriado a la calle, entrada independiente y capacidad para treinta personas sentadas en círculo.

El salón traía el aval tácito de las ciencias médicas y su frente vidriado hacía que cualquier persona que transitara pudiera vernos reunidos, conversando. Esto demostró ser importante cuando, meses después, alguien con intención aviesa hizo circular el rumor de que el grupo era, en realidad, una secta que se reunía alrededor de un féretro invocando a los espíritus.

Teníamos el lugar. Necesitábamos encontrar a los padres para formar el grupo. El diario local, *Puntal*, colocaba en sus avisos necrológicos la edad de la persona fallecida y su dirección. Esto facilitó sobremanera el paso siguiente: ir al diario y revisar los últimos doce meses. Obtuvimos información sobre siete familias que habían perdido hijos. Decidimos visitarlas e invitarlas a formar parte del grupo.

Llegábamos a la dirección indicada y tocábamos timbre, mientras los corazones palpitaban con fuerza, como queriendo salirse del pecho. ¿Qué dirían? ¿Nos cerrarían la puerta? ¿Se enojarían con nosotros? Cuando se abría la puerta, aparecían la tranquilidad que daba la certeza de una misión y la imposibilidad de retroceder. “¡Buenas tardes! Somos el doctor Berti y señora, nosotros también hemos perdido un hijo y nos gustaría conversar un rato con ustedes”. Seguían un breve gesto de sorpresa y una puerta que se abría para permitirnos entrar, no sólo en la casa, sino también en la intimidad del dolor ajeno. ¡Qué generosidad la de aquellos desconocidos! ¡Qué deuda la de miles de padres de todos los grupos Renacer que luego se formarían con aquellos desconocidos iniciales que abrieron su dolor sin saber para qué lo hacían!

Al rato estábamos sentados compartiendo un café y hablando como si fuésemos conocidos de toda la vida.

—Queremos invitarlos a formar un grupo de ayuda para padres que han perdido hijos.

—¿Qué es eso?

—Ayudarnos a superar esta tragedia juntos.

—¿En qué consiste? ¿Qué vamos a hacer?

—Tratar de ayudarnos unos a otros a encontrar una manera de superar esta crisis.

—¿Vamos a ir a llorar juntos? ¿A revolver el dolor?

—No, no queremos hacer un “lloratorio”. Debe ser un oasis de paz, un lugar en que podamos encontrar sentido en nuestro dolor. ¿No les gustaría poder vivir de otra manera, sufrir menos?

—Por supuesto, pero no sabemos en qué consiste. ¿Hay sacerdotes o psicólogos?

—No, sólo nosotros, los padres, los que experimentamos esta tragedia. Ya vieron qué difícil es comprenderla para quienes no la atravesaron. Entre nosotros podemos ayudarnos: hablamos el mismo lenguaje. Además, encontramos otros matrimonios a los que vamos a invitar en los próximos días y nos gustaría que nos acompañaran.

—¿Tendremos que ventilar intimidades, volver a contar lo que nos pasó?

—No si no lo desean. Nuestro objetivo no es llorar sobre lo pasado, sino encontrar maneras de aliviar el sufrimiento.

—Bueno, avísennos cuando esté todo listo. Pero no sabemos si podremos acompañarlos...

En este punto de la charla, daba la impresión que todos preparaban una excusa como posible coartada. Visitamos a las restantes familias. Siempre recibimos una acogida cordial, no exenta de recelo que se reflejaba en una incertidumbre acerca del objetivo y un ligero escepticismo sobre los posibles logros. En una de las visitas, un papá nos dijo:

—¿Cuánto hace que perdieron su hijo?

—Cuatro meses.

—¡Por eso lo están haciendo! ¡Todavía no se dieron cuenta de lo que les pasó!

Así nos dio a entender la idea vigente en la sociedad: la muerte de un hijo conducía a la muerte en vida de los padres. A medida que hablábamos con las familias y se acercaba el tiempo de la primera reunión, menos dolorosa se hacía la ausencia de Nicolás. Esto nos confirmaba la importancia para el hombre sufriente de la presencia de un proyecto valioso, pleno de sentido. Si todo nuestro dolor podía servir para que otros padres sufrieran menos, entonces valía la pena.

Teníamos múltiples tareas pendientes si queríamos llegar a hacer la primera reunión antes de Navidad. Nos preocupaba pensar cómo sería, qué padres nos acompañarían... En todos los casos las pérdidas eran recientes y para todos sería la primera vez. El centro de nuestras conversaciones era cómo íbamos a llevar adelante el encuentro. Estábamos bastante familiarizados con los trabajos de Kübler-Ross, por lo que decidimos basarnos en ellos. Elegimos los lunes por la noche, entre las 21 y las 23. Descartamos los fines de semana, porque eran necesarios para compartir el tiempo con la familia y los hijos que pudieran quedar y porque se acercaba el verano y la gente escapa esos días de la ciudad buscando algo de fresco.

Los días se sucedían cada vez con mayor rapidez: había que confirmar con el Colegio Médico, estar seguros de que Sandra, la secretaria, no se iría antes de que llegáramos, repasar lo leído tantas veces. En la última semana de noviembre recordamos el encuentro, por teléfono, a todos los padres invitados: 14, además de nosotros. Alicia se encargó de los llamados. Debían ser dulces y cariñosos y, a la vez, plenos de firmeza en la voz. Tenían que reflejar la actitud de una persona serena ante el dolor propio y compasiva ante el de los demás.

El día fijado, 5 de diciembre, llegó. Fuimos al Colegio Médico una hora antes de la cita, preparamos las 16 sillas en círculo y nos sentamos mirando hacia la puerta. ¡Tantas preguntas nos asediaban! ¿Estás segura de que llamaste a todos? ¿Les dijimos bien la hora? ¿Qué sería de nuestro sueño si nadie nos acompañaba? Curiosa es la relación del tiempo con la ansiedad y el temor. Los minutos no pasaban nunca. Antes de la hora fijada, Beatriz, madre de un muy buen amigo de Nicolás, que no había perdido hijos, se decidió a acompañarnos, como apoyo incondicional a nuestra tarea. Su presencia hizo más liviana la espera.

Sin que nos diésemos cuenta, minutos después de las 21, la puerta se abrió y el primer matrimonio ingresó al salón. “¡Hola, buenas noches, qué lindo que vinieron!”. De a uno por vez todos aquellos a quienes habíamos invitados se hicieron presentes. La historia comenzaba a tomar forma.

Capítulo 4

Los primeros pasos

Nos tomó un tiempo conocernos y lograr cierta tranquilidad. Pasado el nerviosismo inicial, pudimos sentarnos para dar comienzo a la reunión. Aún resuenan en nuestras mentes las primeras palabras: “Buenas noches. Estamos todos aquí porque ha entrado en nuestras casas un huésped no invitado, que nos ha dejado una habitación vacía y un lugar vacío en nuestras mesas y ha de estar con nosotros por el resto de nuestras vidas. Si hemos de convivir con él, con la muerte, creemos que es necesario conocerlo, aprender de él todo lo que nos sea posible para poder hacerlo en armonía”.

Ya en nuestras sillas, procedimos a presentarnos. Cada uno dijo su nombre, el nombre y la edad del hijo y la causa de la muerte, si deseaban compartirlo. No había premios ni obligaciones: se contaba lo que se deseara. Tampoco impusimos normas para conducir la reunión. Debíamos hacer camino al andar, aprender de nuestra experiencia, escasa, y de la de los otros padres. La reunión fue muy tranquila. Los padres hablaron sobre cómo sobrellevaban su sufrimiento. Hubo mucho interés por las premoniciones: de los padres respecto de la muerte de sus hijos y de los mismos chicos, algunos de los cuales dejaron notas antes de partir o enviaron pequeños mensajes de despedida: regalaron objetos preciados a amigos, por ejemplo.

No hubo explosiones de dolor. Los hechos fueron comentados para que nos conociéramos mejor y no como expresión de lamento. Si el llanto irrumpía, lo hacía de manera tranquila, como pidiendo permiso para expresarse. Nadie parecía querer molestar al resto de los presentes. Cuando surgían expresiones de dolor, mudas aunque reflejadas en los rostros, tratábamos de intervenir con algún comentario cálido, contenedor. Cuando “sentimos” y vimos la primera sonrisa en el rostro de un padre, antes marcado duramente por el dolor, supimos que estábamos en el camino correcto. También observamos la mano de un padre posarse sobre el hombro de otro, como gesto de consuelo. ¡Primera señal objetiva del valor del grupo!

Quedamos en volver a encontrarnos el lunes designado, a la misma hora, para continuar aprendiendo sobre la muerte y las enseñanzas de Elisabeth Kübler-Ross.

También estuvimos de acuerdo en invitar, cuando fuera factible, personas espirituales y con experiencia en diferentes disciplinas, no médicas ni psicológicas, para que nos hablaran de sus experiencias respecto del sentido de la muerte en distintas culturas y religiones.

De regreso en casa nos percatamos de que no habíamos llorado y que nuestra voz no se había quebrado en ningún momento (de hecho, eso no ocurrió jamás en veinticinco años de trabajo). Experimentamos que al preocuparnos por el dolor del otro desaparecía el nuestro. La respuesta al sufrimiento se daba en el servicio a los que sufren. Para ayudar a otros, es necesaria una actitud serena y firme, que indique aceptación del dolor y capacidad de caminar por la vida con la frente erguida. Comenzaba a crecer y echar raíces un gozo interior, quizá sólo comparable con el del momento en que contemplamos por primera vez el rostro de nuestros hijos. Era como darlos a luz nuevamente, a través del dolor de su partida, dejándolos volar libres en su nueva vida, en un acto supremo de amor y renuncia. Una nueva forma de amar, como cuando los vimos nacer. Excepto que esta vez el amor crecía y se expandía sin límites, más allá de su forma física, de la vida y de la muerte, del tiempo y del espacio. Incondicional, para siempre. Un amor que se refleja, pleno y profundo, hacia el otro que sufre, hacia la vida misma, hacia la autotranscendencia humana, que no puede dejar de verse sin retaceos hacia una puesta de sol, un amanecer, un pájaro que canta muy cerca de nuestra ventana.

El grupo y la sociedad: un vínculo necesario

El primer paso había sido dado sin problemas aparentes. Ahora debíamos prepararnos para continuar. Si los comienzos son difíciles, más aún lo es continuar. Era necesario mantener el interés de los padres y ayudarlos a encontrar valor en el dolor, algo que reafirmara esa inagotable capacidad humana de hallar lo positivo en medio de lo trágico.

En las reuniones siguientes, lunes por medio, los padres mencionaron las dificultades de los primeros tiempos: qué decir cuando se nos pregunta cuántos hijos tenemos, cómo los hijos que quedan no llenan el vacío, cómo sentimos que la sociedad no nos comprende y cómo el mundo ya no es el mismo. Algunos mencionaron el rechazo que sentían por los hijos que quedaban. Los sentimientos de culpa se propagaron como fichas de dominó. Se hicieron muchas preguntas sobre la muerte. Varios se sentían discapacitados sociales: la gente no sabía qué decirles y cuando querían hablar de sus hijos notaban que a muchos no les interesaba o preferían no hacerlo para no causar más dolor o porque no sabían qué

decir o hacer. Otros lamentaban que los amigos habían cambiado: algunos se acercaron, otros se alejaron. No pocos sintieron que personas conocidas se distanciaron como si la muerte de un hijo fuese contagiosa.

Aprendimos que sólo debemos hablar de nuestros hijos a quienes les importa verdaderamente. Hay sentimientos tan profundos que sólo pueden compartirse con muy pocas personas. Antes de formar el grupo, ya habíamos descubierto que es importante no buscar motivos para sentirse mal. Ir al ropero de Nicolás a buscar su aroma entre sus ropas era necesario para mantenerlo en el tiempo, pero se tornaba perjudicial, porque despertaba una profunda tristeza. Las energías son escasas y es necesario hacer un esfuerzo descomunal para estar atentos y no hacer cosas que produzcan más dolor. “La muerte de un hijo nos da derecho a sufrir, pero no a ser necios”, dijimos en una reunión en la que unos padres se encontraban envueltos en un mar de lamentos, relatando sus inútiles esfuerzos por encontrar a su hija en medio de sus ropitas o en sus juguetes.

En los primeros meses se observó una tendencia a polemizar. Un padre cuyo hijo murió de cáncer le dijo a otro, cuyo hijo se había suicidado: “Al menos, el mío quería vivir”. Otros insistían con que su dolor era mayor que el del resto. Las reuniones se hacían complejas. Se requerían grandes cantidades de energía y mucho tiempo para suavizar los inconvenientes. Este problema desapareció poco después por dos motivos: solicitamos que no se dijera nada que pudiese lastimar o herir a otro (primera manifestación de autorrenuncia de los padres) y comenzó a incrementarse el cariño entre los participantes, lo que produjo mayores niveles de respeto.

Se forjaron grandes amistades entre muchos de los asistentes, que se fortalecían en las frecuentes ocasiones en que nos reuníamos en el clásico asado del domingo. Momentos aprovechados para compartir con padres con los que se tenía algún tipo de afinidad.

Para mantener el interés, optamos por llamar a los padres dos veces entre reuniones. Una, a los 4 o 5 días, simplemente para preguntar cómo estaban y qué les había parecido el encuentro. Otra, un par de días antes de la reunión siguiente, para recordárselas. Prolongamos las llamadas durante varios meses. En un momento desistimos: debíamos ver si el grupo era capaz de persistir.

El grupo obtiene su nombre

En la reunión del 6 de marzo de 1989, logramos avances conceptuales que siguen siendo pilares de Renacer hasta hoy. Uno fue la decisión existencial de ser mejores

personas en homenaje a nuestros hijos. Es imposible ser los mismos. Es como un camino que se trunca ante un precipicio. Si no queremos retroceder, debemos elegir entre un lado o el otro, entre ser mejores o peores personas. Por “peores personas” entendíamos amargadas, tristes, sombrías, vacías para la vida. Meses después, se incorporó al grupo Aldo y redondeó este concepto: al empeorar, dábamos a la vida el mensaje de que nuestros hijos habían sido nuestros verdugos.

Otro progreso significativo fue cambiar la orientación de las preguntas que los padres se hacen. Pasamos de los por qué a los para qué. Señalamos así el comienzo del respeto hacia la libertad individual, de la no imposición de valores. Cada padre debía encontrar su propio para qué. “¿Para qué vino ese hijo a nuestra vida?”, “¿Para qué se fue tan pronto?” o “¿Qué enseñanza nos deja con su partida?”, cuestionamientos que nos intiman a responder con nuestra propia vida y la manera en que la vivimos.

Si aceptábamos ser mejores personas y responder con nuestra manera de vivir, el próximo paso debía ser canalizar el amor que sentíamos por nuestros hijos hacia los demás, los padres del grupo, los que estábamos y los que vendrían después. Casi sin que nos diéramos cuenta, esos padres se habían transformado en “la tarea a cumplir” para muchos de ellos. Mientras en otros grupos de autoayuda la consigna era “recibir para después dar”, es decir, la autorrealización, en el nuestro era opuesta, “dar para recibir”, es decir, la autotrascendencia.

En el ínterin ya se habían acercado otros padres: se mezclaban los nuevos con los veteranos. Esto fue muy útil: los recién llegados veían en los rostros más calmos de los más antiguos lo que podían esperar. Los experimentados descubrían en los nuevos el dolor que una vez expresaron y podían comprobar su propio avance.

En una reunión asistimos a un relato de una experiencia cercana a la muerte, a través de Néstor, un profesor de la Universidad Nacional de Río Cuarto al que yo había atendido luego de que, en un gabinete de ciencias agrarias, creyó tomar agua cuando en realidad bebió una hormona inhibidora del crecimiento elaborada en Israel. Entró prontamente en coma. En el sanatorio fue internado en terapia intensiva. Estaba a punto de ser declarado muerto cuando logró, con un gran esfuerzo, mover un dedo de una mano. Una enfermera alcanzó a verlo y lo resucitaron. En el grupo, contó que llegó a darse cuenta de que estaba fuera de su cuerpo, al que veía desde arriba, y del que se alejaba rápidamente. Ingresó en un túnel, en cuyo fondo brillaba una luz muy intensa, y percibió una sensación de paz tan profunda como nunca antes había conocido. Todo asociado con una música muy hermosa y colores igualmente bellos y desconocidos. Así le perdió el miedo a la muerte y llevó a cabo un profundo proceso interior de reasignación de valores.

Los primeros años vivíamos en un estado de enamoramiento con la tarea. Luego de cada reunión hablábamos por horas sobre lo que estábamos aprendiendo, trazábamos estrategias para interrumpir en el momento apropiado a los padres que se extendían innecesariamente en sus comentarios, evaluábamos el valor del lamento continuo según su impacto en el rostro de los oyentes, estudiábamos el lenguaje corporal del sufrimiento y éramos capaces de predecir el discurso de los padres por el rostro, la posición de los hombros y las manos, lo que nos permitía orientarlo hacia aspectos más positivos. Teníamos en claro que cada reunión debía terminar en un tono optimista y, de ser posible, con algo de alegría. Nos planteábamos la necesidad de aprender técnicas de manejo de grupo, lo que desechamos porque veíamos el progreso notable de los padres, lo que indicaba que caminábamos por una buena senda. Además, la inmensa mayoría de lo escrito sobre manejo de grupos se relacionaba con enfermedades mentales, drogadicción o alcoholismo. Pero el sufrimiento no es una enfermedad, sino una condición existencial, por lo que esas técnicas eran inaplicables a nuestra tarea.

Nuestra dedicación, sin retaceos a la misión emprendida, era tal que mucho surgió sin ser llamado ni pretendido, como un regalo de la inspiración. Muchos años después leímos una frase de Rainer Rilke en *Cartas francesas a Merline*: “Para que una cosa te hable, tienes que tomarla durante cierto tiempo como la única que existe, como la sola apariencia que, a través de tu amor tenaz y exclusivo, se halla emplazada en el centro del universo y que ese día y en ese sitio incomparable es ofrecida por los Ángeles”.

También en marzo de 1989 se eligió Renacer como nombre del grupo y se establecieron algunas normas, muy simples, para su manejo: todos los padres podían coordinar reuniones, no hablar simultáneamente, valorar las opiniones de todos los integrantes, no refutar testimonios y respetar las creencias de cada uno. Se confirmó la orientación no religiosa del grupo, por una razón simple: en la medida en que el sufrimiento es patrimonio de la humanidad, ninguna religión tiene derecho a considerarlo como suyo.

A partir del cuarto mes era evidente que una gran parte del tiempo se usaba para el lamento pertinaz. Algunos padres contaban una y otra vez los momentos más oscuros de sus tragedias, sin escatimar detalles dolorosos o macabros: el accidente, la enfermedad, el dolor. Esto no los beneficiaba. Tampoco a quienes escuchaban los testimonios. Otros padres ya mostraban voluntad de ayudar a quienes más sufrían y estaban siempre prestos a brindar una caricia, un abrazo o un gesto compasivo.

Por otra parte, cambiamos la forma de iniciar el diálogo. La pregunta “¿Cómo se sienten?”, usada al principio, daba como respuesta una catarata de dolor. Elegimos

comenzar consultando por los pequeños logros de la semana o los sentimientos de esperanza que los había impulsado a regresar. Obtuvimos respuestas mucho más optimistas y eso mejoraba el clima de la reunión. Estábamos usando, intuitivamente, la derreflexión, que consiste en desviar la atención hacia otros objetivos.

Descartamos los libros de psicología y psiquiatría por no haber hallado referencia alguna a los procesos de transformación interior que acompañan al sufrimiento. Podemos ver que, confrontados al hombre sufriente, tanto la psicología como la psiquiatría empírica se preocupan por analizar las emociones de las que el hombre tiene experiencia y surge así esa tendencia a estudiar, elaborar y tratar de ocultar, analíticamente o farmacológicamente, el miedo, la ira, la culpa... Para menguar estas emociones, algunos han dado a la persona una manguera para golpear un colchón o una guía de teléfonos para romper. En ciertos hospitales, ha existido o aún existe una habitación a prueba de ruidos para gritar. También se trata de “elaborarlas” psicoterapia mediante. En estos casos, sin darse cuenta, ayudado y ayudador, se sitúan en el plano psicológico del problema. El ayudador se preocupa por los “síntomas” o manifestaciones del dolor que la otra persona experimenta (las emociones) y al hacerlo pierde de vista la manera en que el otro experimenta ese dolor, de tal manera resulta igual, para uno y otro, que se sufra con dignidad y entereza o se lo haga miserablemente. Con este abordaje es absolutamente imposible que el ayudador pueda orientar al ser sufriente a adoptar un valor de actitud, a considerar como prioridad lo que se puede hacer con ese sufrimiento y de esta manera queda cerrada la puerta hacia la dimensión espiritual del hombre.

Luego, nos volcamos al estudio de culturas orientales, hinduismo y budismo y continuamos con los trabajos de Kübler-Ross, plenos de esperanza y compasión. También, de otros médicos que habían descrito experiencias cercanas a la muerte en sus pacientes, como Raymond Moody y Kenneth Ring. Buscábamos un lenguaje y un conocimiento espiritual, algo para lo que en nuestra lengua existen escasas palabras. Debíamos confiar en nuestra intuición.

Transcurridos los días, muchos padres dejaban los psicofármacos recetados para aliviar sus depresiones y podían dormir nuevamente sin somníferos. Una mamá que había perdido sus dos únicas hijas en un año, pudo batir un insomnio de largos meses. Cerraba sus ojos, recordaba uno por uno los rostros de los padres del grupo y se dormía tranquilamente. Se notaba un afecto y compañerismo más allá de una simple amistad.

Durante ese año hablamos de la trascendencia del espíritu, de las comunicaciones con los hijos, de la reencarnación, de las premoniciones, de los estados de conciencia ampliados que emergen durante el sufrimiento, del cordón invisible de amor que une a los

seres queridos, de la vida después de la vida, de la visión de la muerte del budismo y del hinduismo...

A medida que prestamos más atención a fenómenos como la libertad para elegir cómo sufrir y la responsabilidad por la propia vida y la manera en la que la vivimos, dejamos de lado el interés por el orientalismo.

La pareja fue un tema que mereció especial atención. Muchos padres llegaban distanciados, sin saber por qué, con dificultades iniciales para mantener relaciones sexuales o manejarse con los hijos que habían quedado. Como no existen soluciones estandarizadas, cada padre debió sacar sus conclusiones en absoluta libertad. El grupo funcionaba como un gran salón de espejos: cada miembro podía verse reflejado en muchos y escuchar cómo otros habían enfrentado un conflicto similar al propio.

Quedaba por resolver el interrogante principal: ¿Cómo lograr que los padres encontraran sentido en su tragedia, pudieran reintegrarse a una vida con proyectos, hallaran una razón para levantarse todos los días? Para nosotros estaba claro: el sentido yacía en la ayuda a otros padres. Muchos aún no alcanzaban a comprenderlo, por lo que no se arriesgaban a llevarlo a cabo.

Presentación en sociedad

Los sábados por la mañana visitábamos padres con pérdidas recientes que no asistían al grupo. Estas visitas, que acercaron muchas familias al grupo, fueron parte inseparable de nuestra vida durante muchos años. Luego de cada una, nos invadía una sensación de bienestar profundo. Pedíamos a otros padres que hicieran lo mismo, algo que ocurrió sólo en aisladas ocasiones.

Algunos padres asistían a una o dos reuniones y luego abandonaban. Nos preguntábamos qué habíamos hecho, hasta que comprendimos que Renacer era para todos, pero no todos eran para Renacer. Para asistir, era necesario un esfuerzo: cenar, vestirse, salir del calor del hogar, adentrarse en el frío de la noche en invierno, regresar tarde, quitarle horas al descanso... También percibimos que existen personas a las que la vida les resulta demasiado pesada y ven en la muerte de un hijo la excusa perfecta para retirarse. Nos decían: “Todo estaría bien, si no fuera porque se me murió un hijo”. Lo repetían como una letanía hasta que dejaban de asistir.

Hasta fines de octubre de 1989 no se hizo publicidad, salvo el boca a boca de sus integrantes. La asistencia de nuevos padres se hacía de manera espaciada, lo que permitió

un afianzamiento del grupo junto con una marcada mejoría de muchos de los participantes, un promedio de doce durante esos meses, así como una capacitación, acompañada por una buena disposición para ayudar a los más nuevos desapegándose de su propio dolor. Un día, un alumno de inglés de Alicia, periodista del diario *Puntal*, nos ofreció hacer una nota en el diario, que se publicó el domingo 12 de noviembre.

El artículo tuvo una gran repercusión en la sociedad. Comenzaron a acercarse padres de localidades cercanas y se inició la etapa de expansión. Entre los llegados figura Aldo, una gran influencia en el desarrollo posterior de Renacer. Padre de un niño con síndrome de Down, que en su primera reunión nos dijo: “Vine a buscar una manera diferente de vivir”. En esas palabras notamos que compartía con nosotros el verdadero significado del grupo. Sin llantos ni lamentos, sólo el deseo de encontrar una mejor manera de vivir. Al finalizar el encuentro, dijo: “No estoy ya solo con mi dolor, dejo un pedazo de él en todos ustedes”. Aldo, alcohólico recuperado, nos acompaña hasta el día de hoy. Casi simultáneamente se acercaron Cacho y Elba, de Coronel Moldes, y una mamá de Villa Mercedes de San Luis, Zulema, instrumentales en las primeras extensiones de Renacer afuera de Río Cuarto. Otros padres del grupo, que ya habían encontrado sentido en su pérdida, permanecían en calidad de ayudadores.

Hacia fines de diciembre, hicimos ochocientos kilómetros para una nota en el diario *La Arena*, de Santa Rosa de La Pampa. Fue el primero de un incesante raid de viajes con los que ya recorrimos dos tercios de la Argentina.

Viktor Frankl y la logoterapia

El día del primer aniversario de Renacer recibimos un regalo esencial. Néstor, el profesor universitario que había dado alguna charla en los inicios del grupo, trajo un pequeño libro de tapas blandas: *El hombre en busca de sentido*, de Viktor Frankl, un psiquiatra vienés. “Es mi regalo para el grupo”, dijo.

Por la noche, luego de la cena, lo llevé al dormitorio para hojearlo un poco. Había leído tantos libros sin valor que recelaba incluso de los que me ofrecían los amigos. En el prólogo, un psicólogo existencial norteamericano, Gordon Allport, mencionaba que Frankl había estado prisionero en campos de concentración nazis, donde habían muerto sus padres, su hermano y su esposa embarazada. Allí se preocupaba, antes que por sí mismo, por ayudar a otros prisioneros a alcanzar esa capacidad tan humana de elevarse por encima de su aparente destino. Allport relataba la existencia, en los campos, de prisioneros que elegían ser “dignos de su sufrimiento”. Esto fue suficiente para que pasara la noche en vela, leyendo todo el libro de corrido.

La mañana siguiente fue una fiesta. Había aparecido lo que buscábamos con ansias: una experiencia similar a la nuestra y, lo más importante, resuelta del mismo modo. En crisis existenciales aun más severas que las nuestras hay quienes se levantan por encima de su dolor para ayudar a hermanos que sufren. También, quienes “eligen” sufrir con dignidad cuando el sufrimiento es inevitable. Este pequeño regalo del cielo fue leído y releído una y otra vez. Cada vez encontrábamos más similitudes con nuestra tarea.

Frankl relataba que a los prisioneros no les gustaba hablar de sus vivencias: “Los que estuvieron adentro no necesitan de estas explicaciones y los demás no entienden cómo nos sentimos entonces ni cómo nos sentimos ahora”. En esta frase estaba definida nuestra postura en el grupo: ¡No era necesario el lamento pertinaz, todos sabíamos cuánto sufría quien estaba a nuestro lado! El camino estaba abierto para orientar al grupo hacia la transformación interior. El legado de un hijo consistía en convertirnos en mejores personas, más compasivas y receptivas al dolor ajeno. Podíamos ver al grupo como la ley del común denominador, donde el numerador era el padre en particular y el denominador,

el dolor por la muerte del hijo. Tiempo después llegaríamos a la conclusión de que el denominador es lo esencial del grupo, mientras que lo existencial estaba dado por la manera en que cada padre lo expresaba.

A pesar de todo, sí a la vida

Continuaba Frankl: “Es difícil intentar una presentación metódica del tema, ya que la psicología exige un cierto distanciamiento científico. ¿Pero es que el hombre que hace sus observaciones mientras está prisionero puede mantener ese distanciamiento necesario? Sólo los que son ajenos al caso pueden garantizarlo, pero es mucha su lejanía para que lo que puedan decir sea realmente válido. Únicamente el que ha estado adentro sabe lo que pasó, aunque sus juicios no sean del todo objetivos y sus estimaciones sean quizá desproporcionadas al faltarle ese distanciamiento”.

Este era, con total precisión, el momento en que nos hallábamos. Estas palabras nos dieron el apoyo para aceptarnos definitivamente, sin cuestionamientos. Habíamos creado algo de la nada y no hallábamos referencias previas. Además, en ese primer año, recibimos muchos cuestionamientos por parte de los psicólogos de la ciudad. Estábamos en soledad absoluta, sin manera de cotejar nuestra experiencia. Pero a partir de Frankl, todo sería más fácil: su experiencia validaba la nuestra y traía detrás un modelo filosófico antropológico que la avalaba: la logoterapia y el análisis existencial.

La logoterapia es un modelo filosófico antropológico que entiende al hombre como un ser consciente, libre y responsable, que vive en la tensión entre el ser y el deber ser y es guiado por la permanente búsqueda de sentido en las preguntas que la vida le plantea. Este sistema presenta la particularidad de ser aplicable tanto como modelo terapéutico (psicoterapia) como por el hombre no enfermo que busca respuestas a sus interrogantes existenciales (logoteoría). Es precisamente en este último sentido que nosotros hemos aplicado esta filosofía a nuestra tarea.

A medida que nos adentrábamos en el pensamiento de Frankl, de quien adquirimos sus obras completas, más aspectos en común con el grupo encontrábamos. Incorporamos el concepto de autotranscendencia del ser humano: trasciende quien se levanta por encima de su dolor para ayudar al hermano que sufre. “Ser humano” significa estar orientado hacia algo que no es uno mismo: alguien a quien amar, una tarea que llevar a cabo, una creación que dar a luz... Cuando nos enfrentamos a un destino que no podemos cambiar, igual somos capaces de elegir la actitud. Frente al sufrimiento inevitable, el sentido se

encuentra en la manera en que sufrimos. El lema de Frankl pasó a ser también el del grupo: “A pesar de todo, sí a la vida”.

El sufrimiento tiene un significado ético, pero también metafísico, pues hace al hombre lúcido y al mundo, transparente. Un año antes, al comenzar con los grupos, sosteníamos que era necesario trabajar en el eje de lo mejor y lo peor antes que en el de la causalidad, es decir, el antes y el después. Era un indicio más de que la tarea emprendida se acomodaba en la dimensión de lo moral y obligaba a continuar la búsqueda en el ámbito de la filosofía.

Si nos hubiésemos detenido a trabajar en el eje de lo causal, no hubiésemos tenido mucho margen para crecer. Sólo hubiésemos estado detenidos en que todo antes fue mejor y todo después es una tragedia. Con el modelo elegido encontramos, desde el principio, que había mejores y peores maneras de sufrir, que podíamos ser mejores o peores personas y otras alternativas que nos colocaron en el terreno de lo moral, como es la ayuda al prójimo. Tempranamente, notamos que trabajar en el terreno de lo moral reafirmaba la decisión de alejarnos, del de la psicología y la elaboración del duelo como alternativa única.

Comenzó a existir una responsabilidad común a todos: capacitarse. “El ayudado de hoy será el ayudador de mañana”, decimos. No es una decisión impuesta, sino consecuencia de la comprensión de que toda libertad trae aparejada una responsabilidad. Lentamente, y casi sin darnos cuenta, nos adentramos en el territorio de la esencia de la ayuda mutua. Tratamos de completar lo que aprendemos de Frankl con ejemplos tomados de lo que estábamos viviendo en el grupo.

Para los padres estancados, diseñamos una especie de diálogo socrático:

—¿Cómo nos ven? —preguntábamos.

—¡Muy bien! —respondía la mayoría.

—¿Creen ustedes que nuestro hijo es responsable de nuestro bienestar?

—¡Por supuesto que no!

—Entonces, si no podemos responsabilizarlo por ese bienestar... ¿Por qué hemos de responsabilizarlo por nuestro malestar?

La logoterapia nos enseña que en cualquier circunstancia es posible apelar a la responsabilidad humana, a la fuerza indómita del espíritu. También es de gran utilidad conocer esta disciplina porque habla de la dimensión espiritual del hombre sin referirse a esta en sentido religioso. Frankl nos hace ver que lo verdaderamente importante no es lo que esperamos de la vida, sino lo que esta aún espera de nosotros. ¡Un giro radical al planteamiento de los padres! Ya no es posible colocarse en el papel de víctima.

El conocimiento de Frankl y la logoterapia fueron fundamentales en el momento en que Renacer se difundía por todo el país y se hacía necesario un modelo que permitiera su reproducción sin nuestra presencia.

La conferencia de Frankl en Buenos Aires

Luego, la vida nos colocó tres veces en sitios especiales. La primera, en noviembre de 1990. Habíamos asistido a mediados de octubre de ese año al Congreso Argentino de Neurocirugía en Huerta Grande, una localidad en el valle de Punilla, muy cercana a La Falda. El clima agradable nos predispuso a ir. Llegamos un día antes, cerca del mediodía y luego de dejar nuestras valijas fuimos al comedor, enorme, con capacidad para más de seiscientos comensales. En una larga mesa estaban sentados las únicas cinco personas presentes. Nos dio vergüenza sentarnos solos. Nos acercamos a la mesa ocupada y nos sentamos con ellos.

Eran integrantes del equipo de sonido y dos traductoras oficiales del congreso. Charlabamos con Alicia algunas cosas del grupo. De repente, Norma, una de las traductoras, nos mira, nos pregunta si estábamos hablando de logoterapia y nos comenta que ella era la traductora oficial de Frankl, que debía dar una conferencia en Buenos Aires poco después. Le detallamos a Norma nuestro trabajo y ella se comprometió a avisarnos la fecha de la conferencia. Poco después de finalizado el congreso, se comunicó con nosotros y nos advirtió que faltaban sólo dos días para la presentación de Frankl. Salimos esa misma tarde rumbo a Buenos Aires. La conferencia de Frankl fue en la Aula Magna de la facultad de Medicina repleta, con gente sentada incluso en los escalones de acceso. Esperábamos con ansiedad. ¿Cómo sería ese hombre que había pasado tres años en campos de concentración nazis y fue liberado en Auschwitz? Pensábamos que debería ser de gran porte y fortaleza para haber soportado tanto sufrimiento y trabajos forzados. Grande fue nuestra sorpresa cuando, precedido por un silencio espeso, ingresó este hombre bajito, de porte menudo.

Las palabras con las que abrió su disertación parecían dirigidas exclusivamente a nosotros: “Cuando bajé del tren que me conducía a Auschwitz, donde sobrevivía uno de cada veintinueve prisioneros, me dije que en la medida en que no tenía la certeza de morir ahí, debía comportarme como si tuviese la certeza que iba a sobrevivir”. Terminada la conferencia, Norma busco a Alicia y la llevó con Frankl. Mi esposa le contó lo que hacíamos y le agradeció. La respuesta: “Entonces el agradecido debo ser yo, pues ustedes

fundamentan la logoterapia”.

Nuestro segundo contacto se produjo poco después. Cuando participamos del encuentro internacional de Toronto (cuyo nombre significa “lugar de encuentro”, nunca más apropiado), en 1993, intercambiamos opiniones con la doctora Elisabeth Lukas, discípula y heredera conceptual de Frankl (que, luego de nuestra ponencia, nos pidió autorización para mencionar nuestra tarea en su siguiente libro, *Psicoterapia en dignidad*). También conocimos a los nietos de este, Katja y Alexander Vesely, que estaban en representación de su abuelo. Comenzamos con ellos una amistad y nos pidieron que les diéramos el borrador de nuestra ponencia para mostrárselo a su abuelo. De regreso en Argentina, recibimos una carta de Frankl: nos solicitaba que escribiéramos nuestra experiencia para publicarla en el *Journal des Viktor Frankl Instituts* de Viena, la revista más importante de logoterapia en el mundo. Una comunicación que nos produjo una alegría gigante.

En 1997, aprovechando que nuestra hija estaba radicada en Milán, Italia, viajamos a Europa. Hacía meses que no la veíamos y compartir con ella su vida de estudiante del último año nos alegraba enormemente. Luego, viajamos a Viena, donde permanecemos una semana para disfrutar de la experiencia de caminar las calles de la cuna de Viktor Frankl. Estábamos muy felices. En la capital austríaca, fuimos invitados por Franz y su esposa Gabrielle, hija de Frankl, a compartir un té en su casa, en compañía de Alexander, hijo de ambos y nuestra hija Luciana, que se encontraba con nosotros. Fue un momento sumamente cálido y agradable que se repitió en un par de ocasiones más.

Abrigábamos la esperanza de ver al Profesor Frankl en su casa, aunque nos habían advertido que no estaba bien de salud, por lo que no podían confirmar la visita. Una mañana, justo antes de salir a pasear, nos llamó Katja por teléfono y nos dijo que su abuelo estaba un poco mejor y que nos recibiría esa tarde. Luego de colgar el teléfono Alicia, se dio vuelta y me dijo: “¿Te das cuenta de que día es hoy? ¡Es 20 de mayo, el día de la partida de Nicolás!”. Llevábamos cinco días esperando la ocasión y llegó justo ese día. Cómo no creer que era un regalo de nuestro hijo.

Llegamos a la dirección indicada, 1 Wiengasse Strasse. Nos abrió la puerta Katja y nos señaló el camino hacia la sala donde se encontraba su abuelo con su esposa Ely. Recostado en un sofá claro, vestido con traje sport beige y camisa blanca, su cabello blanco y algo ondulado, estaba Frankl. Un hombre de talla menuda, pero de intensa mirada. Alicia lo saludó y le manifestó la alegría y el honor que era para nosotros conocerlo. Él, luego de estrechar las manos de Alicia, exclamó: “¡Cuánto amor que da esta mujer, cuando se vaya esta habitación quedará llena de ese amor!”.

Mantuvimos una charla cálida y animada, sobre logoterapia y Renacer. Un momento inolvidable que nos había reservado la vida.

Esencia y fundamentos de los grupos

Hay dos formas de ver a Renacer. La primera, como a un lugar donde un padre va a ser consolado, puede expresar su dolor y tristeza y alguien pondrá una mano sobre su hombro para decirle que él también sabe lo que es perder un hijo y lo comprende. Eso sirve, pero no alcanza. La segunda manera es verlo como un lugar donde se va a dar algo en memoria de los hijos.

Cuando preguntábamos a los participantes cuál de las dos preferían, la respuesta era unánime: la segunda. Esto tuvo dos consecuencias. La primera, que en la medida en que ellos, en ejercicio de su responsabilidad, decidían cuál era el recuerdo a dar o el homenaje a hacer, desaparecía toda influencia o tutelaje que un padre autoritario pudiera ejercer en un grupo. La segunda, que dio pie de inmediato para una pregunta crucial: ¿Qué vas a dar en recuerdo de tu hijo? ¿Dolor, llanto, tristeza, enojo, bronca, rabia? La respuesta, invariable, era “Amor”. Así, podemos decir que nuestros hijos no se fueron en vano y que son ahora nuestros maestros.

Estamos inmersos en la tarea de ayuda mutua y la podemos definir como un encuentro existencial de seres sufrientes que tienen como objetivo fundamental encontrar sentido a su sufrimiento y también como la paz en un conjunto de divergencias, lo aglutinante en medio de un sinfín de emociones y sentimientos diversos, por lo que tiene que ser algo así como la norma, tiene que estar por encima de todas y cada una de las divergencias.

Renacer es una revolución cultural, un hecho culturalmente revolucionario, tal como lo es transformar una tragedia personal en un triunfo humano. La cultura es una revolución permanente cuyo principal enemigo es la estructura que tiende a la inercia, al quietismo, al *statu quo*. Una evaluación crítica de esta revolución debe tener como objetivo mostrar y descubrir la multiplicidad de posibilidades todavía sin realizar que refieren a la muerte de un hijo, situación o hecho del que se pueden sacar múltiples conclusiones.

Los grupos Renacer no tienen norma alguna que regule su actividad, más allá de respeto, privacidad, cuidado de no hacer o decir algo que pueda lastimar a otro padre. No siguen pasos preestablecidos ni tienen preámbulos que indiquen o sugieran lo que se debe

hacer en una reunión. Sí cuentan con un sólido sustento filosófico-antropológico que proporciona apoyo y orientación en los momentos en que todo pareciera disolverse en una oscuridad que anonada. Son grupos existenciales de derreflexión.

No tienen personería jurídica, no es necesario solicitar autorización para constituirse como tales. Sólo es necesario contar con la voluntad de ayudar a padres sufrientes. Esta realidad ha sido posible, esencialmente, por sus bases que, al ser enviadas a los padres que comenzaban con la tarea en distintos y lejanos lugares, fueron aceptadas prontamente como cimientos.

En la medida en que existe autogestión, los grupos pueden o no adherir a la concepción de la ayuda mutua, pero la experiencia demuestra que la inmensa mayoría se siente cómoda con esta manera de pensar y la aplica tanto en el grupo como en la vida diaria. Muchos padres afirman que Renacer es una escuela de vida.

Renacer creció de manera explosiva, no por la difusión periodística ni por un azar del destino o una circunstancia fortuita, sino por llevar un mensaje tan poderoso que ha roto barreras sociales, culturales, religiosas y geográficas. Mensaje del cual todos nosotros, aún sin darnos cuenta, hemos sido y somos portadores, pero que al mismo tiempo, nos añade una responsabilidad extra en nuestras vidas: llevarlo con dignidad y honestidad.

No es un mensaje común. En él están el recuerdo y la memoria de nuestros hijos. Memoria que, a diferencia de muchas otras, no es de dolor, frustración o en “contra de”, sino de amor. Se construye y se levanta a favor de la vida, dando cuenta así de lo más noble del ser humano: su dimensión espiritual. Goethe decía: “La vida es amor, la vida de la vida es espíritu”. Además, en este mensaje está implícita la esencia de Renacer: trabajamos con aquello que es universal a nosotros, lo que es esencial a todos los padres que pierden hijos y esto es el sufrimiento que esa pérdida nos ocasiona y no las emociones o sentimientos que ese sufrimiento produce.

Este elemento universal es real y verdadero, el sufrimiento siempre será sufrimiento (y lo que cada uno decida hacer con él), mientras que las emociones y sentimientos son perecederas y cambiantes, con el agregado que un sentimiento sólo puede ser reemplazado por otro. Aquí vemos, implícito, un aspecto de fundamental importancia en el mensaje de Renacer: por amor a nuestros hijos, los que partieron y los que aún quedan, es posible reemplazar el sentimiento de dolor por un sentimiento de amor y como seres humanos que somos podemos hacerlo, se transforma entonces y en nombre de ese mismo amor en un imperativo moral, como veremos más adelante. Trabajar a partir del sufrimiento y no desde las emociones presenta la particularidad de que permite hacerlo con una verdad irrefutable y obtener, a partir de ella, otras verdades de la existencia.

En ocasiones, a toda persona le puede resultar difícil saber qué es verdadero y qué falso en su vida y debatirse, por ende, en una angustia existencial propia del no sentirse asentado sobre bases firmes. Cuando cae el velo y el sufrimiento se hace evidente, entonces, simultáneamente, aparece la verdad: “esto que me sucede, este sufrimiento y el camino que él pueda abrirme es verdadero, es la verdad en mi vida. Quizá por primera vez experimento que verdaderamente existo y que debo, ineludiblemente, a partir de este momento, comenzar a elegir cómo vivo mi vida”.

Esta pequeña introducción nos ha de abrir el camino para considerar los aspectos esenciales de Renacer:

1. El sufrimiento no es una enfermedad ni lo será jamás. Iniciamos los grupos con este firme convencimiento. También se hizo evidente, a través de nuestro trabajo, que aún en casos de enfermedades, el hombre no es su enfermedad, es infinitamente más que eso. Y es allí donde se hallan los recursos para trascender esa conmoción existencial.

En la dimensión espiritual se generan los fenómenos más humanos: el amor, la libertad y la responsabilidad. Son los que nos permiten darnos cuenta de un hecho capital para enfrentar nuestro destino: “Una cosa es lo que nos pasa y otra, muy distinta, es lo que cada uno decide hacer con ello”. Nosotros perdimos un hijo, pero haber sufrido con dignidad y haber sido capaces de levantarnos y tenderles una mano a muchos padres sufrientes no es un mérito de ese hijo, sino un homenaje a él, por nuestra decisión.

Al enfrentarnos a situaciones límite nos damos cuenta, quizá por primera vez, que somos seres históricos, envueltos en nuestro propio devenir, que la historia no puede ser cambiada y que no tiene sentido continuar rumiando eternamente sobre el pasado. La salida existencial está delante nuestro en lo que queda por realizar. En la medida en que todos los grupos tienen que ver con el sufrimiento humano, más allá del origen de ese sufrir deben, por lo tanto, estar orientados hacia el hallazgo de sentido en ese sufrimiento. El objetivo común no debe ser no sufrir, sino no hacerlo en vano. Deben ayudar a sus integrantes a abrirse a ese mundo en el que esperan las posibilidades latentes, a elegir entre todas ellas, a encontrar las opciones, a emprender el camino, el único con sentido que esa conmoción existencial les plantea: el de la humanización.

Encontramos otras opciones, frecuentemente usadas en grupos de autoayuda. Algunas trabajan arduamente el autoconocimiento psicológico en sus integrantes y la elaboración de las emociones, las que por su propio carácter de transitoriedad desaparecen ni bien se encuentra un sentido al sufrimiento que las origina. Uno de los graves problemas de esta orientación hacia la autoobservación es que lleva con frecuencia a cuadros de

hiperreflexión en los que se da vuelta continuamente, en círculos sin salida, sobre los sentimientos que aquejan a los miembros, llevando a estados de lamento continuo. Al respecto, Elizabeth Lukas, en su libro *Una vida fascinante*, nos dice que son tres los peligros del continuo lamentarse: el primero, el sobredimensionamiento del motivo del lamento; el segundo, que el lamento acrecienta el dolor; el tercero, que la familia y la sociedad no lo toleran y abandonan al ser sufriente.

El primer paso en este largo y difícil camino de los grupos de ayuda para sacar a los integrantes de estados de profunda concentración en sí mismos y lograr que se preocupen por el otro es aprender nuevas maneras de comunicación que partan de lo mejor de cada uno hacia lo mejor del otro: ese amor que aún tenemos, por nuestros hijos, por la vida, por Dios o por uno mismo. Si los corazones estuviesen secos, nadie estaría en un grupo. A través de ese amor por el hermano que sufre y que está frente a nosotros, podemos darnos cuenta que, en homenaje a nuestros hijos, hemos comenzado a reemplazar el dolor y la desesperación por el amor.

Debemos reconocer que necesitamos del otro y que debemos cuidarlo y protegerlo para que siga asistiendo. Por eso, es importante que nos interroguemos si debemos descargarle encima todas nuestras desgracias o levantarnos por sobre ellas para brindarle un mensaje de paz, amor y, fundamentalmente, de esperanza.

En el citado libro, Lukas nos deja la convicción de que “toda persona, aunque psíquicamente sea sumamente contrahecha y acorralada, podrá salvar su alma por la entrega de un poco de amor”. El amor es humilde, desapegado y promueve la autorrenuncia. Tres características humanas que han estado eventualmente latentes, o directamente ausentes, en muchos de los integrantes de los grupos. Representan fenómenos que reflejan la autotranscendencia humana. Llegamos así a “descubrir”, descubrir, que la respuesta del hombre al sufrimiento yace en la trascendencia. Una conclusión más: el sufrimiento no puede ser curado, ni resuelto, ni elaborado. Sólo puede ser trascendido.

2. El grupo se debe, por encima de todas las cosas, a los padres nuevos y a los que más sufren. Para hacerlo, propone una tarea basada en la autotranscendencia, el sacrificio y la autorrenuncia. Si bien profundizaremos sobre el concepto de autotranscendencia, adelantamos que es la capacidad del ser humano de orientarse a algo o alguien que no es él mismo. Su importancia se refleja particularmente en los grupos de ayuda mutua. El ser sufriente a quien amar se convierte en la tarea a cumplir a través de los valores de actitud. Esta dedicación sin reparos a quienes recién ingresan o son más nuevos tiene una recompensa, no buscada: el hecho existencial de que produce el olvido del propio dolor,

al existir la preocupación por el dolor de los demás.

Algunos padres con mayor antigüedad en los grupos suelen cuestionar la mayor relevancia a los nuevos. Es porque expresan un interés por seguir en el camino del “crecimiento interior” y lo ven dificultado por esa dedicación. Pero precisamente, el “crecimiento interior” consiste en la aproximación a la compasión vivida. En otras palabras: no se llega a ser compasivo a través de la lectura o la reflexión, sino del amor compartido con quienes el destino común nos hermana. ¿Qué importa cuántas veces escuchemos a otros padres hablar de su sufrimiento, si nosotros mismos somos cada vez personas distintas? Por otra parte, todos los padres son libres de seguir buscando fuera de Renacer todas las alternativas de crecimiento interior existentes y brindarlas, a su vez, en nuestras reuniones, para el enriquecimiento de todo el grupo.

3. El sacrificio y el esfuerzo deben ser personales. Forman parte de lo que nosotros, padres que hemos perdido hijos, estamos dispuestos a dar a la vida como homenaje a ellos, que tanto nos han marcado con su partida. Renacer no debe ser sólo un lugar donde se va a buscar ayuda. Es un espacio al que vamos a dar lo mejor de nosotros en nombre de todos los hijos que, con su partida, contribuyeron a despertar espiritualmente a su padres y los ayudaron a transformarse en seres solidarios y compasivos, receptivos al dolor de los que sufren. Todo, y únicamente por nuestros hijos: los que partieron y los que aún están físicamente con nosotros. Por este solo hecho, no importa cuán breve fue, la dimensión existencial de nuestros hijos se acrecienta con cada palabra de aliento o de esperanza que sale de nuestros corazones.

Ese amor incondicional ni siquiera necesita de la presencia física del ser amado. Cuando se lo vuelca a la vida, con toda su tragedia y su belleza, como dice Rilke, es la vida la que nos protege y nos defiende. Poco a poco, nos damos cuenta de que somos parte de ella, de que nada sucede porque sí, de que perder un hijo era, tal vez, nuestro destino, de que finalmente estamos en paz con la vida, como decía Amado Nervo. Utilizamos el término “vida” para poder abarcar a los agnósticos. Quien lo desee, puede reemplazarlo por “Dios”.

Decidimos desde el primer día que la tarea del grupo debía ser llevada a cabo con nuestros recursos. Es muy fácil hacer cosas con dinero de terceros, pero se convierte en un pobre homenaje a nuestros hijos. También por esto optamos no institucionalizar Renacer a través de la personería jurídica, para no poder solicitar dinero en nombre del grupo.

4. La tarea de Renacer es solidaria y gratuita.

Ningún consultorio es gratuito. Tampoco ninguna consulta profesional, aunque no haya

una transacción monetaria. Existe siempre una transacción temporal: el profesional limita el tiempo que dispone para ayudar a un ser sufriente, de modo que la gratuidad puede verse también como la atemporalidad en la ayuda.

5. Renacer no se identifica con causa alguna más allá de su misión.

6. Renacer no tiene preámbulos. Este es un punto muy importante. Se dio algunos casos en que se reprodujo el de Alcohólicos Anónimos adaptado a Renacer, lo que motivó consultas de muchos grupos.

Al utilizar un preámbulo o un tema predeterminado como esquema para una reunión, esta se estructura y se limita lo que debe fluir como la vida misma. Se pierden infinitas posibilidades en el altar de la forma: lo ya escrito. Los preámbulos pueden ser necesarios para otros grupos de ayuda mutua, en particular los que tienen que ver con adicciones, en los que se requiere una severa reglamentación. Pero no son aplicables a Renacer. La vida y la muerte siguen siendo un misterio ante el que el hombre sólo puede inclinarse y tratar de verlo, por primera vez, con los ojos de un nuevo hombre.

7. Renacer tiene los siguientes objetivos:

- a. Enfrentar el dolor (la realidad dolorosa).
- b. Aprender de la realidad que nos toca vivir.
- c. Encontrar sentido en el sufrimiento.
- d. Dar un nuevo significado a la vida.

De esta manera, dejamos amplia libertad a cada padre para que haga su aprendizaje y encuentre sentido en su vida y en su sufrimiento. Así, el que a través del dolor descubre asombrado su dimensión espiritual y su capacidad de trascender y renunciar a su sufrimiento, lo hará por lo que escucha, cada vez de manera diferente, en Renacer. De su propio camino intuitivo, alimentado por el amor que encuentra en el recibimiento y en las reuniones, y no porque lo haya leído en los objetivos.

La paz interior y la serenidad no son objetivos en sí mismos, sino el resultado de una tarea bien hecha: nace en nosotros al trascendernos para acercarnos al otro, ayudándolo a recuperar la esperanza.

8. Los grupos disponen de las más absolutas horizontalidad y abarcabilidad.

Somos absoluta y radicalmente iguales, porque todos hemos entregado hijos a la vida antes de lo deseado, sin que importen la edad ni la causa de la partida. Nos une el sufrimiento común. Mientras en el mundo exterior (el trabajo, los entretenimientos, las amistades) nos separan muchas cosas, en Renacer trabajamos con las que nos unen. “Si

algún padre quiere levantar su nariz por sobre la cabeza de otro padre, si mira hacia abajo se dará cuenta de que está parado sobre el cadáver de su hijo”, dije una vez en un encuentro en Tucumán.

Hubo en la historia de Renacer padres que quisieron formar subgrupos de afinidades, de acuerdo a las causas de la partida de sus hijos. El primer intento fue un “Renacer para padres jóvenes”. De haber prosperado la idea, hoy habría subgrupos para padres de hijos muertos por accidentes, por asesinato, por suicidio, por cáncer, por sida, por mala praxis... pero ya no existiría Renacer. Cada uno estaría por su lado, buscando justicia, porque los subgrupos por afinidades se convierten rápidamente en grupos de víctimas cuya característica es la de transferir la responsabilidad por su destino a quien o quienes consideran sus victimarios.

9. Renacer no tiene personería jurídica ni autoridades.

Cuando muere un hijo, también fallece algo nuestro. Podemos elegir entre dejar morir nuestro ser o nuestro ego. Si optamos por la primera variante, el mensaje final que damos a la sociedad es que nuestros hijos que partieron fueron nuestros verdugos. Por eso, la única alternativa es dejar morir nuestro ego, hecho que por otra parte, es consistente con la experiencia de cuanto grupo de ayuda mutua o autoayuda existe: la humildad es imprescindible para superar toda crisis.

Dejar caer nuestro ego implica, entre otras cosas, no tener personería jurídica. De existir, necesitaría la constitución de cargos, lo que trae aparejado un reverdecir del ego. Cuanto este aflora, nuestro ser sufre y cae. De manera que la creación de cargos en Renacer atenta de igual manera contra la horizontalidad del grupo y contra su fundamento antropológico. Existe otra razón para oponerse a la existencia de cargos: que ningún padre puede, ni podrá jamás, ordenarle a otro lo que debe o no hacer.

10. En Renacer no se imponen valores. Los grupos no deben imponer valores a los integrantes. Ponemos énfasis en la asunción de responsabilidad por su propia vida por parte del ser sufriente, dándole al mismo tiempo libertad absoluta para decidir ante quién asume su responsabilidad. Nos sentimos cómodos trabajando con la responsabilidad individual, dado que es un valor neutro y vigente para cada integrante del grupo.

11. Renacer propone el término “ayuda mutua” antes que “autoayuda”. Renacer nació como grupo de autoayuda. Con el tiempo, preferimos el término ayuda mutua. En el cambio, respetamos el concepto frankliano de la felicidad como resultado y no como meta y consideramos que la ayuda a uno mismo es el resultado de una tarea adecuadamente cumplida que consiste en la ayuda a un hermano que sufre. En ese proceso de ayudar a otro, uno se ayuda a sí mismo y cumple el ciclo de la ayuda mutua.

Esta vuelta de tuerca existencial que va de “recibir para después dar” (tan frecuente en los preámbulos de grupos de autoayuda) hacia el “dar para recibir” de Renacer reafirma la autotranscendencia del ser humano.

Se dice que cuando perdemos un hijo no tenemos nada para dar, salvo dolor y desesperanza. Cómo podríamos, entonces, ir a un grupo a dar algo de nosotros. Esto pudo haber sido cierto, pero Renacer propuso un cambio existencial: la pérdida de un hijo es una condición permanente, pero el sufrimiento que produce puede ser trascendido. Aún inmersos en la más profunda de las crisis se puede encontrar un sentido.

Siempre queda la libertad para decidir la actitud con la que hemos de enfrentar nuestro destino. Perder un hijo es también dar una señal al mundo, un mensaje manifiesto en nuestra actitud que toda la sociedad percibe y que, por lo tanto, perdura. A través de él decimos dos cosas. Una, la negativa: que la muerte todo lo puede, que el amor es incapaz de derrotarla, que todo está perdido, que después de todo, los hijos que partieron fueron artífices de nuestra destrucción. Otra opción es decir que el amor es tan fuerte como la muerte, que decidimos vivir con la frente alta y como homenaje a nuestros seres queridos que nos han precedido en ese viaje evolutivo que llamamos muerte y que siempre nos acompañan y esperan de nosotros sólo lo mejor. Por otra parte, al llegar a un grupo, aun por primera vez, damos a otro padre la oportunidad de trascender su dolor para ayudarnos y cerrar el círculo de la ayuda mutua.

Se mencionó que la paz interior nos llega al cumplir una tarea adecuadamente. Qué mejor tarea que la que llevamos a cabo en nombre de nuestros amados hijos. Esto es, precisamente, lo que hacemos al ayudar a otros padres que han perdido a los suyos. Si conseguimos que se transforme en una misión, habremos encontrado una verdadera y valiosa razón para seguir viviendo, aparte de los hijos y familiares que quedan. Es decir, vivir por nosotros mismos.

Los grupos de ayuda mutua son un nuevo camino a recorrer por los seres sufrientes. Parte de la desesperanza de la soledad existencial y un sufrimiento sin sentido aparente y conduce a una existencia valiosa, auténtica, que se afirma a sí misma en una lucha laboriosa y honesta, no para dejar de sufrir o para olvidar, sino para reafirmar la decisión de volver a empezar una y cuantas veces sea necesario, con la frente alta, mereciendo, como decía Dostoievski, “ser dignos de nuestro sufrimiento”. Igualmente digno y valioso es el origen de ese sufrir.

La propuesta de Renacer, como grupo de ayuda mutua, va mucho más allá de producir un mero confort para los que sufren. Se transforma en un imperativo moral, en el camino

que lleva al hombre a alcanzar su humanidad. Es el trayecto final de humanización. Y no puede ser otro que este el camino que nuestros hijos (los que partieron y los que aún están), la vida y nosotros mismos merecemos.

Se podrá objetar que es un camino difícil y que quizá no todos puedan seguirlo. Aparecerán alternativas más fáciles y más tentadoras. Frente a eso, sólo podremos escuchar nuestra conciencia y la silenciosa voz de nuestros hijos, que siempre vivirán en ella, que nos indicará el sendero correcto, no el más fácil. El más valioso, el que nos lleva a renunciar a nosotros mismos para pensar en el hermano que sufre. Esta demanda que recae sobre nuestros hombros no queda sin recompensa. Mientras más ahondamos, más nos olvidamos de nuestras emociones turbulentas y más cerca quedamos de nuestra esencia, de lo que verdaderamente somos: seres humanos.

Porque, después de todo, no somos lo que recibimos de la vida sino lo que devolvemos a ella. Hemos decidido devolver una obra de amor porque en ella está el recuerdo y la memoria de nuestros hijos, los que partieron y los que aún están.

Autotrascendencia

Renacer nació con el firme convencimiento de que el sufrimiento no era, ni lo será jamás, una enfermedad, sino una experiencia existencial. Se hizo evidente, a través de nuestro trabajo, que en casos de sufrimiento, sin importar la severidad, el ser humano es infinitamente más que su sufrimiento y es allí donde halla los recursos necesarios para trascender esa conmoción existencial.

Elisabeth Lukas, en su libro *Una vida fascinante*, nos ayuda a comprender esto: “Todo lo que el ser humano ‘tiene’ puede enfermar: cuerpo y alma. El intelecto y el sentimiento pueden ser perturbados por la enfermedad. A pesar de esto, nunca puede enfermar lo que la persona ‘es’: la espiritual. Por definición, algo espiritual se encuentra más allá de la salud y de la enfermedad, y por lo tanto más allá de la vida y de la muerte. Por supuesto la persona espiritual que un ser ‘es’ necesita de un medio de expresión, que el ser humano ‘tiene’ en forma de su organismo psicofísico, similar a como la música necesita del violín para ser escuchada. Cuando el violín tenga un desperfecto (‘está enfermo’) nadie dirá que la música tiene un desperfecto (‘está enferma’) y cuando el violín se haya roto (‘muerto’), de manera que nunca más pueda tener sonido, nadie dirá que la música se ha roto (‘muerto’).

La obra de Frankl, mencionamos, nos dio los fundamentos teóricos. Su vida nos aportó un mensaje invaluable y nos sirvió de ejemplo.

El grupo se debe, por encima de todas las cosas, a los padres nuevos y a los que más sufren. Para hacerlo, propone una tarea basada en la autotrascendencia, el sacrificio y la autorrenuncia. El siguiente análisis sobre la trascendencia debe servir para un mejor entendimiento de su significado:

1. El hombre como ser humano es trascendente (autotrascendente), no puede no serlo. Esto quiere decir que está siempre orientado hacia algo o alguien que no es él mismo: una tarea que cumplir, una misión que llevar a cabo, alguien a quien amar... objetivos o personas que están en un mundo independiente de él mismo.

En nuestro caso, otro padre a quien ayudar.

2. El ser humano puede ilusionarse y creer que no es autotranscendente, hacer como si no lo fuese, negar esta cualidad. Esto lleva a la desesperación o angustia y produce un anclaje en un sufrimiento que puede ser interminable.
3. La sociedad de consumo fomenta la renuncia (ignorada o no) a la trascendencia. El individuo desea tener cosas para sí mismo, lleva a un ser para sí mismo. La trascendencia implica sacrificio, autorrenuncia, renuncia a cosas por otra persona; lleva a un ser para otro.
4. El sufrimiento incorrectamente vivido impide la emergencia de la autotranscendencia, ya que la cubre con oleadas de hiperreflexión (exagerada preocupación por uno mismo). Esto conduce a un ser egocéntrico, a hombres y mujeres excesivamente preocupados por sus emociones y sentimientos, en vez de orientados hacia el mundo en el que deben buscar el sentido concreto de cada situación.
5. El sufrimiento correctamente vivido despierta la trascendencia dormida. Dice Frankl: “El hombre que se levanta por encima de su dolor para ayudar a un hermano que sufre, trasciende como ser humano”. Un nuevo modo del ser se hace presente: ser para otro. Aquí vemos a un hombre orientado a la búsqueda de sentido en el mundo que lo rodea.
6. La autotranscendencia emerge con el despertar espiritual, cronológicamente hablando, durante la adolescencia, momento en que se toman misiones o tareas “con toda el alma”, en el que todo se comparte con compañeros de ruta. También emerge en los grupos de ayuda mutua.
7. El adolescente en soledad existencial no puede desplegar su autotranscendencia. Por eso se droga o mata a otros o a sí mismos.
8. La trascendencia necesita de otro ser humano, del mundo o de Dios para poder desplegarse. Es decir, es siempre intencionalizada.
9. Los grupos de ayuda mutua existenciales como Renacer ofrecen a sus integrantes una manera simple y evidente de autotranscender genuinamente: el dolor de un hermano que sufre y necesita ayuda.

Como toda autotranscendencia es intencionalizada (dirigida hacia) y necesita, por lo tanto, de algo o de alguien para poder ser llevada a cabo, podemos dirigir orientar desprendimiento hacia una persona a quien amar, una tarea que cumplir, o bien hacia algo no concreto, como sucede con los valores de actitud que, si bien emanan del hombre, no

están dirigidos a él mismo, sino a la vida o a Dios, o a nadie en particular. Al respecto, Frankl dice: “al que se ayuda, Dios lo ayuda y, sin darse cuenta, ayuda a los demás”. Estos tres sentidos de nuestra intencionalidad autotranscendente confluyen en uno solo, como quizás en ninguna otra ocasión en la vida, en los grupos de ayuda mutua en los que “el ser sufriente a quien amar se vuelve la tarea a cumplir a través de los valores de actitud”.

Existen diversas maneras de ver la muerte de un hijo:

1. Como generador de emociones que nos apresan, nos controlan, nos dominan.
2. Como generador de sentimientos disímiles.
3. Como generador de pasiones que nos engrandecen o nos disminuyen.
4. Como generador de crisis existenciales.
5. Como generador de homenajes de vida a esos mismos hijos.
6. Como generador de memoria colectiva.
7. Como generador de una nueva manera de ser. Como puerta de acceso a la verdad, la libertad, la espiritualidad.
8. En toda su capacidad para arrojarnos a un “sí a la vida”, a pesar de todo.

A un número de personas, la muerte de un hijo le desencadena un proceso de transformación interior espontáneo. Los grupos deben hacer todo lo posible por alentarlas y apoyarlas, ser agentes de transformación interior. El hecho de haber sido capaces de enfrentar una enorme pérdida logró que muchos padres se hicieran conscientes de su fuerza interior, espiritual. Otros llegaron a respetarse a sí mismos por el coraje demostrado durante su noche negra y algunos más comprobaron que eran capaces de sacar fuerzas de donde no imaginaron tenerla. En todos, se manifestó una misma sensación: ¡Yo puedo! ¡Soy capaz de enfrentar mi destino!

Cuando los padres llegan a esta etapa, se percatan de cambios interiores que definen como “crecimiento espiritual”. Afloran percepciones como:

- Una profunda sensación de libertad, por la pérdida del miedo inherente a existir. “Si ya me pasó lo peor que me podía pasar, a qué puedo temer ahora”.
- Una clara percepción de los valores significativos de la vida. Como dice Frankl: “El sufrimiento hace al hombre lúcido y al mundo transparente”.
- Una mayor y más profunda comunicación con sus seres queridos y con quienes los rodean.

Por otra parte, durante años, creímos que la crisis que indefectiblemente se producía en los padres era siempre para bien, que todos se transformaban en mejores personas, sin envidia, sin rencores y sin apetitos de poder, aunque debemos reconocer que en algunos casos no fue así. Pero el tiempo y la experiencia nos llevaron a aceptar esta realidad como parte de la vida.

Capítulo 8

Hermanos, abuelos, tíos, amigos y novios

Desde los albores del grupo habíamos sostenido que esta tarea eventualmente se extendería a toda la comunidad. Esta intuición se basaba en el hecho de que los padres que perdemos hijos, nos guste o no, seamos conscientes de ello o no, nos convertimos en referentes sociales. Nada atemoriza más a un padre que el pensamiento de llegar a perder un hijo. Por esta razón, aquellos a quienes la vida nos ha deparado atravesar dicha tragedia quedamos en el centro de todas las miradas.

La mera presencia de un padre que ha perdido un hijo evoca sentimientos variados, pena, dolor, empatía, indiferencia y hasta conductas de evitación por temor al contagio. A lo largo de los años notamos como una constante el sentimiento de los padres de ser incomprendidos por la sociedad. Manifiestan que, prontamente, los amigos, la familia y los compañeros en el trabajo siguen con sus actividades y ellos quedan marginados. Esto crea sentimiento de rechazo, compensado por la aceptación incondicional que encontraban en los grupos. Tratamos de hacerles ver que eran como los hermanos mayores del resto de la sociedad, que habían vivido experiencias desconocidas para los demás y, por lo tanto, eran quienes debían comprender y aceptar el comportamiento de los otros. No al revés. Esta solidaridad grupal, acrecentada por la experiencia de una pérdida común, si bien se acrecienta por el sentimiento de pertenencia, produce el riesgo de fomentar comportamientos de intolerancia y hostilidad hacia los otros, “los extranjeros con familias integra”. Se debe evitar, por otra parte, caer en un sentimiento de superioridad como resultado de la exaltación de la dignidad en el sufrir y, con ello, transformar a los grupos en guetos.

Nuestra situación impide que podamos pasar inadvertidos, sobre todo en ciudades pequeñas. Dondequiera que vayamos las miradas de seres ocasionalmente presentes se fijan sobre nosotros, los “pobres padres”, y observan la actitud, la mirada, perdida o no y nuestro lenguaje corporal y evalúan si se pueden acercar o si es mejor “hacer que no nos ven”. Después de todo, nadie quiere acercarse a alguien que puede apabullarlos con su lamento.

La elección de una adecuada actitud y una firme orientación hacia la comunidad hizo que nuestro grupo recibiera, desde un principio, no sólo a los padres, sino también a abuelos, tíos, otros familiares y aun a novios, esposos y amigos de los hijos. Era necesario contener a todos y, a su vez, contribuir a educar a la sociedad en las necesidades de los padres y la familia, para evitar esa sensación mencionada, tan frecuente, de abandono que experimentan los progenitores.

La presencia de hermanos en las reuniones probó ser beneficiosa. Sufren por partida doble: por la muerte del hermano y por el dolor de los padres. Son objeto de consejos erróneos que les sugieren, entre otros: “tenés que ser fuerte y ayudar a tus padres”, “los hombres no lloran”, “portate bien y no causes más problemas a tus padres”... Un conjunto de “deberías” que no son otra cosa que mitos sociales y condicionan la vida de los jóvenes.

Los hermanos, además, padecen otro agravante: muchos de los sobrevivientes no han tenido una vida en la que los hermanos muertos no hayan estado y eso genera en ellos, además del dolor, un profundo sentimiento de desconcierto y abandono y una ausencia total de referentes y confidentes. Su presencia en las reuniones permitió que ambos, padres e hijos, pudieran compartir vivencias comunes y también las individuales. Jamás un hermano, por más joven que haya sido (y han asistido hasta chicos de seis o siete años) se sintió mal por lo que le tocó escuchar. Conocer la realidad de las vivencias de cada uno permitió un acercamiento mayor y más positivo entre ambos e hizo posible también que los padres cuyos hijos no participaban del grupo pudieran conocer cómo experimentaban los hermanos la pérdida, para estar más atentos y prevenidos ante posibles dificultades en sus familias. Éramos conscientes de que el sufrimiento hace egoístas a las personas y que algunos padres sobrepassados por su dolor no sólo idealizaban al hijo que había partido sino que comparaban sus restantes hijos con la presencia ausente del hermano, resaltando las dotes idealizadas de este. Llegamos a escuchar a hijos que le preguntaban a sus padres: “¿Tengo que morir yo también para que me quieras como a mi hermano?”.

Para todos nosotros, la participación de hermanos fue fundamental en el proceso de aprendizaje, así como la de otros familiares, amigos y novios o esposos. Todos tuvieron oportunidad de hablar y expresar sus sentimientos. Por esto no existió nunca un grupo de hermanos en Río Cuarto, mientras que en algunos grupos que sólo recibían a padres, se tornó necesaria la formación de grupos de hermanos. En nuestra opinión, es un error mantener los grupos abiertos sólo a los padres, pues se pierden vivencias imposibles de observar y experimentar de otra manera.

Un fenómeno similar ocurre con los abuelos que también sufren por partida doble: por

la pérdida del nieto y el dolor de sus hijos y, en ocasiones, por ser dejados de lado por los padres cegados por el dolor. Un caso muy especial es cuando muere un hijo varón casado y queda la nuera con los hijos. Es frecuente que los abuelos se aferren a los nietos, casi como una prolongación del hijo que ya no está, tratando de manejarles la vida, hecho que suele ser prontamente cuestionado por la nuera, que comienza a retacearle el contacto con los chicos.

Puede suceder también que la nuera se case nuevamente y se mude con su nuevo esposo y sus hijos y regresen a la casa en que vivieron con su marido anterior. Entonces, la congoja se hace más intensa cuando el abuelo ve otro hombre dormir en la cama de su hijo y cuidar a sus nietos. Incluso, hemos visto casos en que la situación llegó a convertirse en una batalla legal por el permiso de visita. Por eso, también es importante la presencia de los abuelos en los grupos, para que puedan ver los problemas causados por conductas inapropiadas. Las reuniones se transforman así, entre otras cosas, en grupos educativos: una manera más de transformar el dolor en amor.

Ya bien afianzado el grupo, asistieron también estudiantes de la Universidad y en ocasiones de la secundaria, todos ellos habían elegido a Renacer como objeto de diferentes tesis. Asistieron sólo como oyentes; ningún padre se sintió incomodo por expresar sus sentimientos frente a estos estudiantes los que, al terminar la reunión y ser preguntados sobre la misma casi siempre se sintieron agradecidos y, por sobre, todo sorprendidos pues habían asistido esperando ver una reunión de lamentos y terminaban participando de una reunión de análisis existencial y derreflexión.

Relaciones interpersonales

El empleo del método fenomenológico para el estudio de la ayuda mutua, asociado a la no consideración del sufrimiento como enfermedad, permiten dirigir la atención hacia el plano de lo existencial. Esto facilita una evaluación de las relaciones interpersonales alejada de las dinámicas grupales referidas al comportamiento como a lo motivacional. En efecto, trabajar con el sufrimiento como condición existencial del hombre habilita una homogeneidad en los grupos que, a su vez, posibilita un respeto personal tan amplio que el estudio de las dinámicas grupales en estas condiciones carece de razón de ser.

Sin embargo, existen problemas que comprometen el funcionamiento, el crecimiento y aun la permanencia en el tiempo de un grupo como tal. Entre ellos se encuentran algunos propios del aprendizaje y de los estados de ánimo de los integrantes.

Estas dificultades tienen básicamente origen en:

- Los que conducen y asumen, transitoriamente, la responsabilidad de todo el grupo.
- El resto de los integrantes.
- La orientación impartida al grupo.

En términos generales, los problemas más serios se refieren a la aparición del personalismo, la profesionalización, la institucionalización y la tendencia al “religionismo” del grupo.

En lo tocante a las personas que eventualmente cumplen con la tarea de coordinar una reunión es evidente que, en la instancia final, depende de su actitud la bondad del servicio que brindan. Si desvirtúan su tarea por el personalismo, en lugar de actuar con una visión de conjunto, quebrantan el factor aglutinante que representa la absoluta horizontalidad. Este problema produce serias disrupciones y profundo desencanto en muchos de los integrantes.

Hay una realidad implícita en la ayuda mutua: la humildad. Si ingresamos a un grupo de estas características es porque no logramos encontrar la solución a nuestro problema

solos. Esto no puede ser obviado y significa que todo lo hecho hasta entonces no sirvió o no fue suficiente para evitar lo que nos ha sucedido o para sobrellevarlo sin dificultad. Comprender esto debería ayudarnos a ver que si no podemos controlar nuestra propia vida... menos podríamos pretender controlar la de otras personas. Por eso los grupos están constituidos por pares y es imprescindible una absoluta igualdad existencial entre los integrantes.

El personalismo es nocivo, porque implica “des-igualdad” y “des-paridad” y, al mismo tiempo, representa una manera, a veces inconsciente y sutil, de ejercer poder sobre otros integrantes.

Sin embargo, sucede que para poder arrancar, todos los grupos necesitan personas con empuje, proactivas, que se hagan cargo de tareas iniciales, como buscar el lugar donde se harán las reuniones, visitar los medios de prensa para difundir el sitio y la fecha de encuentro y muchas otras tareas similares.

Ocuparse de estos asuntos da a algunas personas la sensación de ser irreemplazables. Entonces, comienza el personalismo, que al principio no es objetado, particularmente cuando la mayoría de los integrantes son nuevos, sea por comodidad o porque existe aún poca experiencia con la actividad grupal.

Pero cuando los miembros comienzan a sentirse un poco mejor y se dan cuenta de la manera en que los grupos están funcionando y de cómo deberían hacerlo, allí es donde comienzan los problemas. Hemos visto esta sucesión de eventos entre los años 1991 y 1997, cuando los grupos Renacer se expandieron hasta llegar a más de ciento veinte en otros tantos lugares de Argentina y posteriormente en otros países.

Lo requerido es que la conducta de quienes coordinan una reunión sea lo suficientemente generosa como para permitir y alentar la participación activa de todos los asistentes, lo que facilitará la trascendencia de su sufrimiento y contribuirá a la capacitación necesaria para que todos puedan, eventualmente, coordinar las reuniones de la mejor manera posible. Este es un problema más fácil de resolver cuando se lo previene, puesto que cuando ya ha aparecido y se manifiesta con intensidad, tarde o temprano, suele llevar a la división y, en casos extremos, a la disolución.

La paridad entre los integrantes no implica ausencia de liderazgo. ¿Pero es posible compatibilizar el liderazgo con la ausencia de personalismo? Esta pregunta se vuelve cada vez más importante, en la medida en que, por propia gravitación, muchos integrantes fueron y aún son, considerados como los motores de sus grupos y como que fueron los primeros que recibieron a muchos recién llegados, a quienes estos suelen estar particularmente agradecidos.

Estos “líderes”, por actitud y entrega, asumieron un rol distinto de otros pares, rol que vale la pena definir, puesto que nos estamos refiriendo a quienes, habiendo comprendido el mensaje y la esencia de la tarea, llevan a los grupos a consolidarse y en esa tarea comprometen su propia existencia. Por tal razón transcribimos algunas opiniones de Martin Heidegger sobre el liderazgo, expresadas en su libro *Introducción a la filosofía*, que reflejan exactamente la situación que debe darse en un grupo:

Con tal pretensión hemos implantado en nuestra existencia la obligación de asumir algo así como un liderazgo en el todo del ser-unos-con-otros, siempre histórico, en el que nos acontezca quedar situados. Por tal cosa (liderazgo) no entendemos el ocupar externamente un puesto directivo en el ámbito de la vida pública, no entendemos el que acá o allá nos toque desempeñar el papel de jefe o director, sino que el liderazgo consiste en obligarse a un existir que en cierto modo entienda las posibilidades de la existencia humana tomadas en conjunto y en última instancia y que en tal comprensión resulte ejemplar. Para ser tal cosa no es menester que alguien ocupe puestos altos. Ni mucho menos ese liderazgo incluye ya sin más, algún tipo de superioridad moral sobre los demás; al contrario la responsabilidad que precisamente tal liderazgo, incontrollable y en definitiva no público lleva consigo, representa una constante y agudizada posibilidad de fracaso moral para el individuo.

Continúa Heidegger:

Liderazgo significa aquí: el disponer sobre posibilidades más ricas del existir humano, que no es que se las acabe imponiendo a los demás, pero que sin notarlo y de ahí su tremenda eficacia, les quedan puestas a título de ejemplares, les quedan propuestas a estos como ejemplo. Esta oculta ejemplaridad del auténtico liderazgo necesita, empero, de su propia claridad y seguridad, es decir, la existencia ha menester ella misma de una reflexión constantemente renovada acerca de las posiciones básicas o posicionamientos básicos o actitudes básicas de la existencia respecto al conjunto de los demás.

Desde esta actitud comprendemos la necesidad de liderazgo para el crecimiento y progreso de la tarea grupal. Así vemos que las actitudes del hombre ante la vida no son sólo sus maneras de ser esenciales, sino que, además, presentan la característica de ser también algo ante los ojos, encarnando fenómenos de tal magnitud que brillan con luz propia como ejemplo para compañeros de destino, tales como son el caminar con la frente alta, la paciencia, la tolerancia, el respeto, el estar siempre presto con una palabra de aliento para los que más sufren y otras actitudes que son visibles para el grupo en su conjunto.

En otras palabras, de lo que se trata es de hacer las cosas de tal manera que parezca que ha sido obra del grupo en su totalidad.

Hay, sin embargo, personalismos que pretenden justificarse en la bondad de la tarea realizada, argumentando su necesidad en que otras personas no colaboran o no “tienen capacidad” para llevar adelante el grupo y que su accionar, si bien autoritario, se justifica por la tarea abnegada que llevan a cabo.

Este intento de justificación no tiene respaldo alguno. Ya Nietzsche en uno de sus aforismos de *Más allá del bien y el mal* ha dicho que hay petulancias de la bondad que terminan presentándose como el mal.

Respecto al resto de los integrantes, es notorio que quienes se acercan por primera vez no puedan comprender el mensaje y pretendan que el grupo sea sólo un lugar donde descargar su dolor, su impotencia y, en muchas ocasiones, su “deseo de justicia”, que suele ser anhelo encubierto o ignorado de reparación por la sociedad o aun de venganza. Es necesario que se doten de paciencia y, fundamentalmente, que eviten todo criticismo a otros integrantes. Para eso, basta recordar que todos estamos juntos por la misma razón. En ocasiones escuchamos algo de algún padre con lo que estamos en desacuerdo, pero debemos evitar la confrontación y el rechazo de lo dicho o de la persona que lo expresó. Luego de dejar pasar un tiempo, podemos dar un punto de vista diferente sobre el tema, siempre como una opinión más y sin polemizar.

En lo tocante a la orientación impartida, otros de los problemas que enfrentan los grupos son el “religionismo” y la profesionalización. Esta última implica, casi sin excepciones una especie de psicologización o emotivismo. Hemos visto aparecer este problema en dos ocasiones. Una de ellas es cuando ingresa un profesional, psicólogo o psiquiatra. Al principio como un integrante más, pero luego, con el correr de las reuniones y a raíz de un respeto impuesto por la misma profesión, por una mayor facilidad de palabra y por un supuesto conocimiento de la psiquis humana (¡que no le ha valido de nada para superar su conmoción existencial en soledad!) termina siendo quien decide la dirección que toma el grupo y, en la medida en que aún son pocos aquellos con formación fenomenológica o existencial, en especial dentro de la psicología, orienta al grupo a trabajar desde la teoría hacia los hechos, con un enfoque reduccionista y priorizando la elaboración de las emociones y sentimientos por sobre las posibles maneras humanas de sufrir, demostrando, en los hechos, el enorme poder subterráneo de los paradigmas.

La otra instancia en la que se da la “psicologización” en los grupos es cuando algunos de los integrantes más veteranos creen que ya no pueden “crecer” más en el servicio y comienzan a invitar a psiquiatras y psicólogos para que den charlas. Cuando esto se repite en demasía, es frecuente que los grupos adopten un lenguaje y una metodología de trabajo más afín a las teorías de los visitantes y, en ocasiones, con valores impuestos por dichos profesionales, según la manera de trabajar en la “elaboración del duelo”.

En lo que hace al “religionismo”, al momento de ingresar a un grupo, un número significativo de padres lo hacen resentidos con su dios. Cuando llegan a trascender su

dolor, sobreviene una reconciliación y pueden aparecer problemas a la hora en que tratan de imponer su visión religiosa al resto del grupo. Por esta razón es imprescindible que sepan que Renacer es una entidad no confesional, ecuménica, donde se respetan todas las religiones sin tratar de imponer ninguna. Los grupos no pueden imponer valores.

Existe una enorme dificultad en las personas, en ocasiones una simple reticencia, consciente o no, para desligarse de la tutela de la medicina y de la religión. Pero si tan sólo los integrantes de los grupos pudieran recordar o darse cuenta del inmenso poder de esta tutela, la profesionalización y el “religionismo” no aparecerían nunca.

No somos un grupo de duelo

Renacer siempre se planteó como una alternativa al duelo. Incluso, casi no nos referimos al duelo en ninguna de nuestras charlas. Cuando nos referimos a emociones y sentimientos negativos, lo hicimos al pasar, para tratar de demostrar la insignificancia de demorarnos en su análisis.

Según Karl Jaspers (reproducido en la obra *Los grandes filósofos*), cuando analizamos la perspectiva del bien y del mal, de lo verdadero y lo falso, juzgamos no en términos racionales, sino metafísicos y existenciales. Desde nuestra óptica de seres sufrientes, es muy difícil determinar qué es lo falso, pero sí qué es lo verdadero: para quienes enfrentamos a un sufrimiento inevitable, lo verdadero es el propio sufrimiento. Siguiendo esta línea de pensamiento, el bien es lo que tiende a hacernos permanecer en la verdad, mientras que el mal es todo aquello que tiende a alejarnos de ella. En palabras de Jaspers: “Lo vacío y falso de autenticidad son reales, pero su entidad, aunque empíricamente efectiva, carece de existencia”. O sea que el sufrimiento no sólo arroja al hombre hacia lo verdadero, sino que al mismo tiempo le permite ver la carencia o falta de existencia de aquello que siendo real es vacío e inauténtico.

Henos aquí frente a una situación paradójica, al menos para el “hombre técnico”, que nos dice que el bien es aquello que tiende a que aceptemos la verdad en nuestro propio sufrimiento, a lo que agregamos “pero de una manera adecuada y digna”, y el mal sería lo que, por omisión o comisión, nos mantuviera en ese sufrimiento sin haber podido encontrarle previamente un sentido o padeciéndolo “de manera miserable”.

Por el contrario, un análisis meramente psicológico diría: “Todo lo que me hace mal es malo y todo lo que me hace bien es bueno”. Aquí podemos ver que algo al que el yo psicológico debería escaparle, como es el sufrimiento, lleva inherente en sí la capacidad de dotar de plenitud a una vida previamente vacía, o aun de mejorar la calidad de una vida anteriormente plena.

En otras palabras, la oportunidad que existe en cada crisis nos permite acceder a la grandeza como consecuencia de la muerte de un hijo. Frente a esta extraordinaria

posibilidad, ¿cómo conformarse con un mero transitar el duelo o con un análisis de la culpa, el odio y cuantas emociones y sentimientos negativos se pueda mencionar? En su libro *Nietzsche*, Heidegger se refiere al arte así: “Posee grandeza porque llevan a cabo una tarea decisiva dentro de la existencia histórica del hombre, es grande porque es una necesidad absoluta”. Desde los comienzos de Renacer, sostuvimos que es una necesidad absoluta de la vida que sólo esperaba que alguien le diera forma.

Jaspers, hablando de la excepcionalidad en el sufrimiento nos dice:

La marginalidad en el sufrimiento que aplasta pero no llega a destruir la existencia ofrece posibilidades extraordinarias: la posibilidad de experimentar los límites, que permanecen ocultos al que vive amparado y, así, lograr la máxima conciencia de la realidad total de la existencia; la posibilidad de ver al hombre como hombre desnudo, despojado del ropaje que lo viste la sociedad integradora, más por eso mismo, a la vez, al hombre como hombre en su dignidad; alcanzar la máxima probidad conforme se rasgan todos los velos de las convenciones que la comunidad de intereses proclama inviolables; ver lo aparentemente imposible en su realidad y, así, osar desafiarlo a pesar de todo, llevando acaso el desafío hasta el extremo de lo desaforado, de lo absurdo. Se trata, pues de experiencias y posibilidades de conocimiento desde un lugar que en realidad no lo es, que se sustrae a toda posibilidad de ubicación porque le es negada.

Sin embargo es preciso, insiste el mismo autor, que ese ser insustituible nacido de la unidad de un todo universal incorporado a la realidad insustituible de una figura histórica “cobre carácter objetivo en el plano de la realización, la obra, la acción, la producción y trascendiéndolas, con su singularidad llegue a ser verdad para todos”. De esta manera está planteada la disyuntiva: elaborar el duelo o arriesgarse al espacio en que juega lo inefable.

Renacer nació para mostrar a quien estuviese dispuesto a transitar este camino de grandeza que era posible. Por eso su mensaje fue captado y aceptado por padres de muchos países de América y Europa. No por ser un grupo de duelo, sino por su inquebrantable voluntad de acceder a esta grandeza y mostrar algo radicalmente nuevo para la humanidad, tan nuevo que ha sido capaz de instaurar la primera memoria colectiva que trabaja a favor de la vida en lugar de hacerlo “en contra de”.

No se puede ser sin el otro

En instancias en que ni la religión ni la medicina pueden aportar las respuestas que ese hombre que sufre y pugna por salir airoso necesita, es cuando cabe lugar para la ayuda mutua. Ayuda que sólo puede provenir de otro hombre doliente que ha sido capaz de elevar su mirada por sobre el propio dolor y darse cuenta de que, en palabras de Antonio Machado, el ojo que él ve no es ojo porque él lo vea, sino que es ojo porque a él lo ve, es

ojo porque existe alguien al frente para mirarlo. Un hombre doliente encuentra sentido a su tragedia en el servicio y otro reclama esa ayuda que sólo un igual puede brindarle. Así nació Renacer.

Renunciar al dolor es posible, aunque a veces no queramos hacerlo; para algunos puede ser lo único que queda de un hijo. Al respecto, Séneca, en su consolación a Marcia, le dice: “Has colocado tu dolor en el lugar de tu hijo y así nunca podrás superarlo”. Nosotros hemos aprendido que, mediante el tiempo bien utilizado, se logra que lo que persiste sea sólo “una dulce nostalgia”. Pues además, debemos recordar que somos portadores de una memoria individual que debe integrarse a una memoria colectiva y debemos decidir qué aportarle y asumir la responsabilidad por dicha acción.

Por otro lado, en esos momentos en que pareciera que ya nada tiene o puede tener sentido, en que experimentamos nuestra vida como vacía, es cuando estos grupos presentan la particularidad de ofrecer una posibilidad de sentido colectivo, es decir trabajo, afecto, creación y capacitación para el grupo. Esto es igual para todos los miembros y se mantiene hasta que cada uno de ellos encuentre el sentido único e irrepetible en su propia vida.

Renacer representa ese espacio de lo inefable de manera colectiva: está allí para quien quiera asumir el desafío. Esto no significa que este sea el único camino que muestra, sino que, por el contrario, es un sendero que no se le puede negar a quien quiera asumirlo. Los grupos deben hacer un esfuerzo para mostrar a los padres que hay un camino distinto del dolor, que es el primero en convocar, el más aparente y que menos riesgos conlleva. Pero seguramente, no el mejor. Ni el que hubieran elegido nuestros hijos.

¿Cómo se hace para transitar este camino que Renacer ofrece? Está precisamente en la esencia de los grupos y tiene ojos, voz y rostro: es el hermano que sufre y está frente a uno. Si todo el dolor propio sirve para que un hermano sufra menos, entonces habrá valido la pena de ser vivido. ¿Cómo hacer, entonces, para sacar a los integrantes de estados de profunda concentración en sí mismo y preocuparse por el otro? O bien, desde un ángulo más personal: ¿Cómo es posible que si sufro, pueda desapegarme de mi sufrimiento? ¿Cómo puedo trascender mi yo psicológico y ver al sufrimiento como un fenómeno que hace a la esencia de la humanidad, que hace, al decir de Buda, a la verdad de la existencia?

Esto es imposible en la medida en que el ser sufriente permanece aislado. Lo logrará solamente si deja vibrar su corazón en resonancia con otro para entregarse a uno de los fenómenos humanos por excelencia: el servicio por amor y, a través de él, la ayuda mutua. Para llevar a cabo esta tarea se debe comenzar por aprender nuevas maneras de

comunicación que partan desde lo mejor de cada uno hacia lo mejor del otro. Atravesar el proceso y llegar a ver al otro como aquel para quién yo soy el otro.

Para una persona que pierde un ser querido o atraviesa una crisis existencial de otra índole es muy difícil hablar de “felicidad”. Pero ese alivio, esa paz interior lograda al ayudar a otro se le aproxima bastante. Hemos visto que esta no puede ser una meta en sí misma sino el resultado de una tarea o una misión adecuadamente cumplida.

De la elaboración del “duelo” al encuentro

Esta ayuda mutua es una expresión o experiencia existencial. Es una manifestación, quizás una de las más nobles de la trascendencia del ser humano. En este contexto, es necesario introducirnos en el significado de encuentro. Este implica, obligadamente, la manera de comportarse uno con respecto al otro y la reciprocidad entre ambos.

El verdadero encuentro consiste en una relación Yo-Tú, lo que implica un contacto personal. Cuando es impersonal o asimétrica se convierte en una relación Yo-Ello y el otro es cosificado, tratado como un objeto. En el abrazo, el otro se convierte en “tú”, yo me transformo en “yo” y se da un “nosotros”. Así, el mundo se convierte en “nuestro mundo común”.

Cuando en un grupo se trabaja la elaboración del duelo, ese “nuestro mundo común” a lo sumo, y si es que se logra, puede ser de dolor, dado que el duelo es un proceso absolutamente individual, donde no cabe lugar para un encuentro “Yo-Tú” en la medida en que cada uno está inmerso en su propio sufrimiento.

Es sólo cuando “yo” me olvido de mí mismo para brindarme a un “tú” que el verdadero encuentro ocurre. En otras palabras, no existe encuentro sin autotrascendencia y no hay autotrascendencia en la elaboración del duelo. Una vez más, es esta la razón por la que Renacer fue creado como una alternativa al duelo.

La posibilidad y la grandeza del encuentro surgen con mayor intensidad cuando el hombre se ve confrontado con situaciones límites que, al tiempo que limitan, sugieren nuevos territorios existenciales que explorar más allá del mismo límite. Estas situaciones conducen al análisis de la existencia al desnudo, con todas las dificultades inherentes, que servirá al mismo tiempo para que, apoyado y acompañado por aquellos con quienes el destino común lo ha hermanado, pueda el hombre encontrar en esos nuevos territorios el campo de sus libertades que le han de servir ahora para enfrentarse y oponerse a ese mismo destino, haciendo objeto del análisis compartido por el grupo no “las vivencias

pasadas que, presuntamente, tanto determinan su presente, sino las posibilidades de poder ‘crecer por encima’ de tales condicionamientos”.

En Renacer cada uno de sus integrantes reconoce que, si bien ha perdido hijos, la decisión de dejarse morir en vida o levantarse por sobre lo sucedido es exclusivamente de cada padre. Pero también saben que si eligen destruirse, con esta actitud permiten que sus vidas sean destruidas por ese mismo hijo que tanto amaron.

La esencia de la ayuda mutua, independientemente de la razón que la origina, se manifiesta en una frase que define tanto el comienzo como el final de esta tarea: “El ser sufriente a quién amar se vuelve la tarea a cumplir, a través de los valores de actitud”. Esta frase nos dice, primero, que hay una persona a quién amar; segundo, que existe una tarea que cumplir y tercero, que para cumplirla debemos adoptar una cierta actitud sin la cual el resultado no sería el deseado.

Búsqueda de sentido

Hemos mostrado los senderos, propuestos desde la logoterapia y el análisis existencial, que conducen hacia el sentido inherente en las crisis existenciales, que llevan hacia los valores creativos, experienciales y de actitud. También vimos cómo estos tres senderos se funden en uno solo cuando el hombre doliente se encuentra, rostro a rostro con otro como su par que en su tragedia lo reclama.

En estas circunstancias, el hombre intuitivamente sabe que no vale la pena perder tiempo derribando vallas, es decir, emociones que supuestamente lo condicionan, cuando puede saltarlas para ayudar al hermano que sufre. Recién cuando las sortea, se da cuenta de que se levanta por sobre sí mismo, que verdaderamente existe y en ese proceso trasciende su existencia inauténtica en su camino hacia el ser auténtico y también trasciende su existencia fáctica (es decir, su ser psicobiológico) dándole alas a su espíritu para este salto de libertad. Pero al mismo tiempo, y arrastrado por el sentido, que espera por él ser realizado, en ese mismo salto que paradójicamente lo conduce, no sólo al otro, sino al ser, su propio ser, desaparece la angustia existencial, pues la nada se desvanece en la plenitud del sentido.

Hemos avanzado la hipótesis de que todos los grupos de ayuda mutua son, desde su inicio mismo, grupos de “transformación interior”, lo que nos ha llevado a plantear la forma en que uno puede ayudar más adecuadamente a un integrante a llegar a ese estado de conciencia ampliada que llamamos espiritualidad y nos hemos preguntado si esto se

logra haciéndole reflexionar y analizar continuamente las emociones y sentimientos que se originan en este momento histórico de su persona, o abriendo su horizonte de libertades, de posibilidades y ayudándolo de esta manera a encontrar su nuevo momento histórico, su nuevo modo de ser en ese, su viaje por un nuevo territorio, sólo que esta vez acompañado y ayudado por sus compañeros de destino.

Parece evidente que al hombre que tiene que hacer su viaje por la vida con un platillo de la balanza sobrecargado por las realidades que el destino, ya sea biológico, psicológico o circunstancial le ha deparado, la mejor forma de ayudarlo no es alivianar ese platillo (hecho de por sí imposible de llevar a cabo), sino cargando el platillo de lo que él ofrece a la vida mediante la realización de posibilidades cualitativamente mejores.

Nada hace más egoísta al ser humano que el sufrimiento, así es posible ver que el hombre sufriente se vuelca, literalmente se dobla sobre sí mismo (reflexión), llegando sin esfuerzo alguno a situaciones de intensa hiperreflexión (ensimismamiento), dando lugar a la categoría existencial de serpara-sí-mismo, despojado de toda orientación a otro ser, al mundo, a la comunidad, es decir de toda autotrascendencia. Estas situaciones de intenso egocentrismo provocadas por el sufrimiento pueden perdurar por períodos de tiempo muy prolongados, y en ocasiones de por vida, dando origen a un sufrimiento de carácter atemporal, desprovisto de toda autotrascendencia.

Este nuevo ser, este ser en un nuevo momento histórico, este ser arrojado a una situación límite, para poder continuar su camino por la vida sin secuelas debe, indefectiblemente, dar un giro radical a su existencia, debe transformarse de un ser-para-sí mismo en un ser-para-otro. Solamente este cambio existencial evitará que ese ser muera ahogado en una tempestad de egocentrismo.

La ayuda mutua como factor de renovación cultural, moral y ética

Lo que motiva a las personas a ingresar a un grupo de ayuda mutua es el deseo de que las cosas no sigan siendo como son, el anhelo de cambio, pero no de un cambio material, sino de una transformación, de un crecimiento interior. Afán absolutamente realizable si tenemos en cuenta el *dictum* filosófico que nos dice que el anhelo de una cosa presupone la existencia de la cosa anhelada. Este deseo de cambio nos instala en sintonía conceptual con Zygmunt Bauman, catedrático de Sociología en la Universidad de Leeds, Inglaterra, para quien “cultura”, según lo describe en *La ambivalencia de la modernidad y otras conversaciones*, libro de diálogos con Keith Tester, docente del Bauman Institute, significa la capacidad de cambiar lo dado, de hacer las cosas diferentes de como son, el futuro diferente del pasado. Continuando con el concepto de cultura aplicado a la tarea grupal, este abre una línea de pensamiento enteramente nueva, a partir de la cual estamos en condiciones de ver a la ayuda mutua como un factor de renovación en la cultura de una sociedad.

Para Tester, cultura es a la vez, “expresión de la conciencia de que existe una alternativa y un estímulo para que hombres y mujeres piensen de manera diferente, siguiendo sendas no autorizadas, acerca del mundo en que viven, trabajan y mueren”. Tal vez, le faltó agregar el mundo en que esos hombres y mujeres sufren. Entonces, su definición habría sido completa. A partir de esta imagen podemos ver a los grupos como una realidad culturalmente revolucionaria: la de transformar un hecho a todas luces trágico, tal como la muerte, el sufrimiento o la culpa, en un triunfo del espíritu humano, impensado e inimaginado anteriormente, expresado en un trascender como hombres al levantarnos por sobre nuestro dolor para ayudar a un hermano que sufre y asumir, sin requerir nada a cambio, nuestra responsabilidad para con el otro.

Edmund Husserl, en *Renovación del hombre y la cultura*. Cinco ensayos, entiende por cultura “el conjunto total de logros que vienen a la realidad merced a las actividades incesantes de los hombres en sociedad y que tienen una existencia espiritual duradera en

la unidad de la conciencia colectiva y de la tradición que la conserva y la prolonga. Tales logros toman cuerpo en realidades físicas, hallan una expresión que las enajena de su creador original; y, sobre la base de esta corporalidad física, su sentido espiritual resulta luego experimentable por cualquiera que esté capacitado para revivir su comprensión”.

El autor habla de una conciencia colectiva y una existencia espiritual que se manifiesta en la cultura, proposiciones que adquieren vida en los grupos, en tanto y en cuanto el mensaje que se corporiza en el colectivo esté basado en fenómenos universales (como el sufrimiento), coherentes y que otorguen claridad a la esencia de la meta que se persigue.

De esta manera los logros, desprendidos de sus creadores pueden, a posteriori, ser experimentados por otras personas, en otros grupos y, por extensión, extrapolados a la comunidad entera merced a la nueva actitud ante la vida asumida por los integrantes.

En este punto es necesario volver a Husserl, quien sin proponerlo específicamente para la tarea de los grupos de ayuda mutua, expresa, circa 1923, conceptos que parecieran hechos a medida: “Una nación, una colectividad humana vive y crea en la plenitud de su fuerza cuando la impulsa la fe en sí misma y en el buen sentido y la belleza de su vida cultural; o sea cuando no se contenta con vivir sino que vive de cara a una grandeza que vislumbra y encuentra satisfacción en su éxito progresivo por traer a la realidad valores auténticos y cada vez más altos. Ser un miembro digno de tal colectividad humana, trabajar junto con otros a favor de una cultura de este orden, contribuir a sus más sublimes valores, he aquí la dicha de quienes practican la virtud, la dicha que los eleva por sobre sus preocupaciones y desgracias individuales”.

A primera vista parece imposible que partiendo de un colectivo de personas golpeadas por la tragedia, de forma tal que no encuentren alternativas otras que agruparse con compañeros de destino, pudiera emerger una transformación cultural asentada sobre bases morales y éticas que tuviesen la suficiente fuerza y voluntad para derramarse sobre una sociedad supuestamente sana y que es la que debería haberse levantado para contener y acoger a quienes transitaban por su hora más oscura, por esa noche negra del alma. Pero este supuesto imposible es, en efecto, una realidad.

La evolución de Renacer

La creación y la evolución de los grupos Renacer nos permiten ver en la práctica el desarrollo en el tiempo de una intuición moral y la manera de sustentarla de forma que pudiera desprenderse de sus creadores y repetirse en otro tiempo y espacio. Renacer es el

resultado de ese “preconocer axiológico” (intuición moral) de dos personas que intuimos, después de perder un hijo, que las cosas no debían necesariamente ser como eran y que pudiendo ser de otra manera existía la posibilidad de que fuesen mejores. También, que esa elección era de índole moral y que ser moral significa tanto la voluntad como el deseo de ayudar a un hermano en su desgracia.

Pioter Kropotkin, anarquista ruso del siglo XIX, afirmaba que ser moral, para el hombre, es dar a los demás siempre más de lo podía esperarse de ellos y que, sin la intervención del Estado o la sociedad, la condición natural del hombre era la ayuda mutua.

Cuando al principio trabajamos en Renacer con la certeza de que no había que detenerse en los porqué sino en los para qué, se estaba dando un mensaje de libertad. Al priorizar la finalidad (para qué) por sobre la causalidad (por qué) se daba a entender que el hombre no se determina por la causalidad, que siempre es libre para elegir otra cosa, en particular, mejor. Algo que los humanos nunca podremos conseguir es dejar de ser libres, indeterminados, inacabados, incompletos. Analizando estos aspectos o guías, llegamos a la conclusión, en nuestros primeros años de trabajo, de que ser moral es una decisión personal que consiste en conocer que hay algo bueno y algo malo, mientras que la ética es una construcción social.

Tiempo después, leyendo a Levinas, aprendimos que cuando vemos al mundo desde la óptica de la ontología, nos movemos en la categoría de antes y después, es decir de la causalidad que habíamos rechazado desde el principio de la tarea grupal, mientras que cuando nuestra visión del mundo se regía por la moral, nos movíamos en la categoría de mejor y peor. Ya en las primeras reuniones habíamos considerado que después de atravesar una conmoción existencial, como es la pérdida de un hijo, no podíamos seguir siendo las mismas personas. Es decir, estábamos trabajando en el plano de lo moral. El intento de llegar a la construcción de normas que dieran lugar a lo ético fue posterior, pero no se pudo llevar a cabo dado que es muy difícil reglar sobre el sufrimiento, la muerte y la culpa. E imposible hacerlo sobre el más allá.

Más tarde aprendimos, leyendo a Bauman, que se puede ser ético sin ser moral, puesto que al ser la ética una construcción social, puede haber normas dictadas por una Fundación o Institución con personería jurídica que establezcan que es ético atender a las personas sufrientes en días y horas determinadas, pero si un hombre sufriente mira a nuestro rostro reclamando ayuda en un día fuera de lo establecido por las normativas... ¿Puedo postergar mi ayuda sobre la base de esas normas? Y si lo hago... ¿Soy una persona moral? La ética puede ser enemiga de la moral, un escudo eficiente para no

asumir la responsabilidad moral para con el otro. Esta es otra de las razones por la que no consideramos adecuada la estructuración de Renacer o de cualquier otro grupo de ayuda mutua, sea como Fundación o como grupo con personería jurídica.

En la ayuda mutua cobran vigencia las aserciones del Rabino Hillel, emanadas setenta años antes de Cristo: “Si no lo hago yo... ¿Quién lo hará? Si no lo hago ahora... ¿Cuándo lo haré? Si lo hago sólo por mí, entonces... ¿Qué soy yo?”.

Cuando llega el momento de difundir la tarea hacia la comunidad en la que vivimos y hacia otras se plantean problemas nuevos. Fundamentalmente, cómo transmitir esa intuición moral que se ha originado en dos personas al lenguaje grupal. Esto nos llevó a tener un modelo que permitiera traducir y transmitir dicha intuición inicial a padres de distintos lugares para que pudiesen repetir la experiencia sin nuestra presencia.

Por ese entonces, contábamos con elementos que nos servirían de referencia para dicha elección:

1. Haber nacido de una intuición moral.
2. Trabajar priorizando la finalidad antes que la causalidad.
3. Concebir Renacer no como un “lloratorio”, sino como un oasis de paz y esperanza, un lugar al que concurríamos para calmar el mar embravecido de nuestras emociones y sentimientos. En otras palabras, como un santuario, en el sentido de lugar de protección.

Esta metodología de trabajo que se desarrollaba desde lo moral hacia una finalidad tal como la libertad para elegir los para qué de nuestro sufrimiento, marcó, sin que por entonces lo pudiéramos definir con esta claridad conceptual, el camino y la dirección futura de los grupos. Permitió que pudieran reproducirse en lugares lejanos. En aquel momento de la búsqueda de un modelo, y aún sin encontrar el que aparecería luego como el más apropiado, estábamos en condiciones de descartar algunos por inapropiados para la tarea en ciernes, principalmente los psicológicos basados en la categoría de causalidad y en criterios conductuales.

Fue necesario encontrar un modelo que reconociera la libertad del hombre y la responsabilidad que de ella emana; que reconociera en el hombre la libertad de elegir no sólo el para qué de su sufrimiento, sino el mismo sufrimiento como una condición esencial de la existencia y reconociera en ese sufrimiento el fundamento necesario para encontrar sentido en su tragedia. Estas ideas de moralidad, ética, libertad y paridad entre sus integrantes y, finalmente, responsabilidad por la propia vida y la manera en que la

vivimos formaron el núcleo fundamental de la tarea de Renacer desde el momento inicial y con mayor firmeza e intensidad a partir del momento en que comenzó a expandirse fuera de Río Cuarto.

La espiritualidad en la ayuda mutua

Hemos visto el papel fundamental que juega la espiritualidad en los grupos de ayuda mutua, entendiéndola como un estado de conciencia ampliado y como un existencial. Un fenómeno que tiene origen en, y a la vez muestra, lo específicamente humano del hombre. En el fondo de los anhelos y propósitos de todos los grupos de ayuda mutua y también en los de autoayuda, yace, con mayor o menor claridad, acceder a la espiritualidad. Cuando tratamos de definirla, entramos en terrenos complejos en los que a la intuición le faltan palabras.

Las lenguas occidentales poseen términos muy deficientes para describir los estados ampliados de conciencia. Por eso, acudimos a conceptos del Dalai Lama, volcados en *El arte de vivir en el nuevo milenio*, adecuados para todas las creencias, sean o no religiosas:

La espiritualidad, en cambio, me parece algo relacionado con las cualidades del espíritu humano, como son el amor y la compasión, la paciencia, la tolerancia, el perdón, la contención, el sentido de la responsabilidad, el sentido de la armonía, etc., que aportan la felicidad tanto a uno mismo como a los demás. Así como el ritual y la oración, junto con las cuestiones del nirvana y la salvación están directamente relacionadas con la fe religiosa, estas cualidades internas (las espirituales) no tienen por qué estarlo. Por lo tanto, no existe razón alguna por la cual no deba el individuo desarrollarlas, incluso hasta su grado máximo, sin recurrir a ningún sistema de creencias religiosas o metafísicas. Por eso digo algunas veces que la religión es algo sin lo cual nos podríamos pasar. En cambio, de ninguna manera podemos prescindir de esas cualidades espirituales básicas. Quienes practican una religión sin duda tienen razón cuando afirman que esas cualidades o virtudes son el fruto de un empeño genuinamente religioso y que la religión por tanto tiene muchísimo que ver con su desarrollo y con lo que podríamos llamar ‘la práctica espiritual’. De todos modos, más vale que seamos claros sobre este punto. La fe religiosa exige la práctica espiritual.

Michel Foucault, en *Hermenéutica del sujeto*, llama “espiritualidad” al conjunto de búsquedas, prácticas y experiencias que pueden ser las purificaciones, las ascesis, las renunciaciones, las conversiones de la mirada, las modificaciones de la existencia, que constituyen para el ser mismo del sujeto, el precio a pagar por tener acceso a la verdad. Dice en palabras claras lo que muchos de nosotros hemos experimentado: que las modificaciones de la existencia son puertas de acceso a la espiritualidad y por ende a la verdad y la libertad. Nos explica que aquellos a quienes se les cambia la existencia

radicalmente se les otorga, como contrapartida, la posibilidad de acceder a la verdad.

Foucault postula que para que se dé la espiritualidad en una persona, es preciso que el sujeto se modifique, se transforme, se convierta en alguien distinto de sí mismo como medio de acceder a la verdad, que esta sólo es dada al sujeto a un precio que pone en juego el ser mismo de este, o sea que no puede haber verdad sin una transformación del sujeto. Continúa Foucault, citando lo que él llama efecto “de contragolpe” de la verdad sobre el sujeto (y aquí tenemos algo sumamente importante para los que permanecemos en grupos de ayuda mutua) e insiste con que, para la espiritualidad, la verdad no es simplemente lo que se da al sujeto para recompensarlo por el acto de conocimiento. La verdad es lo que ilumina al sujeto, lo que le da bienaventuranza, lo que le da tranquilidad y paz interior.

Si no somos capaces de ver a Renacer, u otro grupo de ayuda mutua, con estos ojos jamás podremos comprender la razón por la que muchos integrantes permanecen por años en un grupo. Lo hacen, precisamente, porque han accedido a, y se mantienen en, la verdad y con ella a la liberación, la iluminación y la paz interior. Estar en la verdad equivale a estar lúcido, consciente, despierto, alerta ante un mundo que se ha vuelto transparente, sin velos que lo distorsionen. Por el contrario, si evaluamos a un grupo desde una perspectiva psicológica, sólo podríamos decir que algunos integrantes continúan participando durante mucho tiempo porque se han hecho adictos al grupo o dependientes de los ayudadores.

Para dar más énfasis a la necesidad de verdad y libertad, analizamos el comienzo de la escritura del Nuevo Testamento desde la visión de Levinas, en donde la Palabra, el Verbo, que es acción, aparece, por vez primera, en el suelo árido del desierto, donde nada se fija, donde todo es libre. Esta metáfora es muy útil para el mensaje de cualquier grupo: allí, en el desierto de la desesperanza, donde nada se fija, por lo que todo es libre, es necesario elegir entre esa libertad con la subsiguiente responsabilidad y angustia propia de cada elección, o la aparente “tranquilidad” de no hacer ningún esfuerzo, declararse víctima del destino y morir donde nada puede crecer.

Frente a esta manera de acceder a la verdad por experiencia, mediante una transformación interior, de manera impensada y arrojado a ella por una situación límite (en la que, como dice Nietzsche se tensa tanto la cuerda del arco que ahora nos es posible tomar como blanco las metas más lejanas) se opone el sistema de pensamiento que sostiene que se puede acceder a la verdad sólo a través del conocimiento. A partir de ese momento y sin que sea necesaria alteración alguna en su ser, el sujeto puede acceder a la verdad.

Por supuesto con condiciones de dos órdenes, ninguna espiritual. Por un lado, las

reglas, condiciones de forma, de método, objetivas. Por otro, las culturales, como haber estudiado, tener una formación, ser aceptado por cierta comunidad científica... A partir de esta concepción del acceso a la verdad, comienza el origen de estructuras de poder, de tutelaje del sujeto en el mundo occidental. Para acceder, es necesario el permiso de la autoridad correspondiente. Esta figura del intermediario todopoderoso en relación con el sufrimiento continúa con plena vigencia en la figura del clérigo y el analista de la psiquis humana: para acceder a la verdad interior la persona necesita de alguien que la guía, le indica, la autoriza y, eventualmente, puede llegar a dominarla, merced a la imposición de valores.

Pero todo crimen tiene su castigo. La condena para los sistemas de pensamiento que sostuvieron que se puede acceder a la verdad mediante el conocimiento se plasmó en el hecho de que ya la verdad no fue capaz de salvar al sujeto ni trajo la iluminación y la paz interior. Esto es clave en el caso del sufrimiento, cuando experimentamos que sólo se puede llegar a la verdad a través de un cambio existencial.

Foucault agrega que la noción de conversión, de espiritualidad, se borra al estructurarse un movimiento. Bauman, desde otra visión, aporta que la ética puede borrar la moralidad, que una construcción social, una estructura social (la ética) puede enmascarar aquello que es privativo del hombre como individuo. De esta manera nos encontramos, una vez más, frente a una estructura con poder de sujeción de la persona. Se puede pasar de la pertenencia a un grupo por el acceso que permite a la espiritualidad, a la pertenencia por adhesión a la estructura, hecho que nos sitúa, nuevamente, en medio de la lucha entre las dos concepciones de acceso a la verdad.

La paridad en un grupo remite a la ausencia de autoridades y al eterno tema de la filosofía, como es el de la verdad, la libertad y la relación entre ambas. Toda institucionalización genera poder, el poder genera control, el control genera sujeción, la sujeción implica dominación, que anulan la libertad de ambas partes. La relación entre el que tiene poder y el dominado no es una entre pares, sino de condescendencia. No es ayuda mutua. El poder siempre ata el poderoso al dependiente. La libertad es la esencia de la verdad y el acceso a la verdad nos hace libres.

Ahora, indagaremos sobre qué papel juega la iluminación en Occidente, qué significa para los integrantes de un grupo y, a su vez, qué significado tiene para la sociedad la emergencia de individuos que han alcanzado dicha condición. Para Kant, “iluminación” es la liberación del hombre del tutelaje en el que ha incurrido él mismo. A su vez, define “tutelaje” como la incapacidad del hombre para hacer uso de la razón sin la dirección de otro. Insiste Kant en que es muy difícil para un individuo aisladamente liberarse de una

vida de tutelaje, agregando que si se da la libertad la iluminación es una consecuencia natural.

Aportes de los grupos a la comunidad

En su esencia, los grupos de ayuda mutua existenciales, como Renacer, representan una alternativa a la idea (a la realidad) del hombre tutelado o, en términos franklianos, del hombre determinado, sea por la sociedad con sus estructuras opuestas al cambio, sea por el destino o por sí mismo, por la resistencia a asumir responsabilidad por la propia vida y así separarse del rebaño. Husserl resistía la idea de que un ser humano rechazara el combate moral, sosteniendo que este, en la medida en que fuese serio, actuaba como generador de valores y que, por el solo hecho de plantearse tal combate, la personalidad del que lo llevara a cabo se elevaba a nivel de la verdadera humanidad.

En una época en que el desamparo, la violencia indiscriminada, la ignorancia sistematizada del otro como par, el abandono de la fe en el Estado benefactor, en las instituciones y finalmente en el prójimo, trajo consigo una impensada serie de trastornos de orden social para los que esta nueva sociedad de individuos solitarios no tiene respuesta, no debe ser ignorado el significado social de un grupo de personas que se han desprendido de sus condicionamientos, de su tutela, aceptando a la vez plena responsabilidad por sus actos.

Es curioso, y no deja de ser una paradoja, que grupos que han debido formarse para crear alternativas a respuestas sociales insuficientes, cuando no inapropiadas, a problemas existenciales, puedan luego retornar individuos libres y responsables, solidarios y más compasivos, a esa misma sociedad que no pudo, o no supo cómo albergarlos en su hora más difícil.

Si en la vida diaria habíamos asumido responsabilidad por el otro fundamentalmente en el ámbito familiar, en un grupo, en una comunidad de pares sufrientes esta responsabilidad comienza a extenderse para abarcar a “los otros”. Nos hacemos conscientes de que todos somos responsables por lo que pueda pasarle a cada uno de nosotros y así, el radio de acción de nuestro quehacer puede ampliarse a la comunidad en que vivimos y, en última instancia, a la humanidad entera, refutando la idea del hombre como lobo del hombre, lo que nos recuerda nuevamente a Kropotkin, para quien ser moral significaba dar a los demás más de lo que se esperaba de ellos, con lo que vemos que la dimensión de lo moral no sólo inicia sino que también cierra el fenómeno de la

ayuda mutua.

Capítulo 12

Una experiencia vivida en Renacer

por Enrique Conde

(Renacer Congreso, Montevideo, Uruguay)

Dedicado a Ana con el más dulce de los recuerdos.

El 16 de septiembre de 1993, como fruto de un rayo que turbó su mente y lo señaló para que prematuramente partiera de este mundo hacia el cosmos, nuestro hijo mayor murió... En mi mente y en mi corazón explotó un volcán y lavas de fuego y negro humo inundaron todo mi ser, un mundo de luz y de sombras que la mente no comprendía.

Cenizas que no me dejaban ver. Todo en mí se oscureció.

Todo parecía un sueño... un sueño que rompía tantos otros sueños que con Ana, mi esposa, habíamos tenido desde el día que empezamos a vivir la dicha de la paternidad: los de la dulce espera, los surgidos al verlo nacer o al tomarlo en brazos, los aparecidos en las largas noches en que lo veíamos descansar, los que seguían a un sobresalto por su llanto o a alguna alegría, como su primer “ajó” o cuando dijo “pa... pá”. Luego, sus primeros pasos tomado de las cosas, su alegría por sus pequeños éxitos, las primeras palabras que brotaban a borbotones en un idioma ininteligible... ¡Y nuestra emoción llena de esperanza!

Porque ante todo, los hijos son esperanza. Sucesivas esperanzas que van siendo realidad a medida que se desarrollan: un día empiezan el jardín de infantes, luego el preescolar, desde allí a la escuela y siguen creciendo. De repente, son hombres o mujeres y deciden dejar la casa. Pero nuestros sueños no se terminan ahí: porque tal vez encuentran al amor que nos dan los primeros nietos, pequeños frutos que albergan nuevas esperanzas...

Pero en un instante todo en nuestras vidas se derrumbó. Todo se convirtió en un vacío existencial, nada de lo que nos rodeaba era como antes. Interminables preguntas sin respuesta acuciaban nuestras mentes.

El silencio se apodera de nosotros, en medio de la oscuridad. Y en medio de ese silencio y de esa oscuridad, nuestros otros hijos se esfuman de nuestras vidas. A Ana y a mí sólo nos quedaba hacer con nuestras lágrimas una inmensa piscina y ahogarnos en ella.

Pero no era eso lo que frente a su cuerpo le dijimos al despedirnos de él:

De tu mano recorrimos todos los senderos en busca de la luz. Nos detuvimos en cada estación, en cada piedra del camino. Golpeamos todas las puertas y tocamos todos los timbres. Veías que los capítulos de tu vida estaban inconclusos: en el deporte, en el canto, en la cerámica, en el trabajo, en el estudio, en la religión, en el amor... “Debo cerrar mis capítulos”, dijiste una y otra vez. Yo veía que, como aquella noche aciaga, los fantasmas rondaban tu mente y mi mente. A cada instante leía tus ojos que, profundos y tristes, me miraban como pidiendo permiso (y perdón a la vez) para irte de nuestro lado. Siempre te negué el permiso, pero no te negaría jamás el perdón. Mi corazón ya lo ha hecho. Esta mañana salimos a buscar flores para mi jardín, como en la adolescencia, y aprovechaste para irte, en silencio. Te encontramos como en aquel sueño fatídico de aquella noche, cuando después sonó el teléfono para el encuentro en el oasis de nuestra vida. Sólo la mano de Dios pudo unir ambos instantes. Primero llenó de afecto nuestros corazones, para hacer que hoy pudiéramos entenderte y también aceptar tu decisión y esa forma que tuviste de cerrar tus capítulos, a tu manera... ¡Todos de una vez! Como un alarido, vibró tu nombre en el espacio. Yo te grité: ‘¡Vuelve, vuelve, Enrique! ¡Enrique!’ Tu silencio fue aterrador. Luego besamos tu cuerpo, todavía tibio. Por siempre recordaremos la serenidad en tu rostro, tu risa que aún retumba en nuestros oídos, tu mirada, tu estampa y la bondad de todo tu ser. Fue un acto de amor de tu parte sustraernos al dolor de cada instante, para quedar alojado para siempre en nuestros corazones. Y allí, después de llorarte con ansias, te adoraremos, por siempre, con amor. Así se manifiesta Dios en ti y en nosotros. Y si detrás de cada sufrimiento hay una enseñanza, gracias por habernos enseñado a amar como te amaremos de hoy hasta la eternidad. En libertad, como querías.

De la misma manera que de la mano de Enriquito recorrimos todos los caminos en busca de la luz para su mente, ahora de la mano de Ana buscamos la luz en la oscura noche de nuestras almas y volvimos agolpear todas las puertas y a tocar todos los timbres.

Encontramos que las puertas estaban cerradas. Queríamos hablar de Enriquito, pero el mundo no quería hablar de él. Hasta debimos escuchar la voz de la Iglesia, que nos dijo: “Su hijo está en el infierno”.

Hacía poco que el Liceo Aiguá, en que había cursado mis estudios, había cumplido cincuenta años de inaugurado. Allí, recorriendo los caminos de la juventud, encontramos a los viejos compañeros de entonces. Ellos tampoco querían hablar de Enriquito, si bien aceptaban que nos refiriéramos a nuestro hijo, era el silencio lo que prevalecía cuando sacábamos el tema. El intento murió en la orilla. Con los compañeros de trabajo era muy difícil compartir la experiencia. Lo mismo con los amigos, que a veces hasta dejaban de venir a casa porque no sabían qué decirnos. Incluso, se cambiaban de vereda al vernos venir.

Entonces, recordamos que pocos meses antes de su partida, Enriquito había traído a

nuestra casa un extraño mantra en sánscrito: *Nam myojo rengue kyo*, cuyo significado es: “Me siento una manifestación de la fuerza vital cósmica que a través de la ley, reina armoniosamente sobre todas las funciones de nuestra vida”.

Pusimos nuestra atención en el enigma de ese mantra y la búsqueda nos llevó a los libros del filósofo japonés Daisaku Ikeda: *La vida, un Enigma*; *La noche anuncia la aurora*, *Escoge la vida* y *Los valores humanos en un mundo cambiante*. Lo tomamos como un legado de nuestro hijo y nos nutrimos de su filosofía, que propone ejercitar nuestras vidas el altruismo, dejando atrás aquellos estados que nos perturban.

Fue como beber en la fuente de la sabiduría. Nos dice Ikeda: “El amor es la fuente última de la vida cósmica”. Allí, ocultos bajo el manto de misterio que rodea al pensamiento oriental, envueltos en la bruma del simbolismo y revestidos de un halo mágico, yacentes en lo más profundo del conocimiento humano, descubrimos los principios de una forma de vida destinada a iluminar las conciencias. El camino propuesto para llegar a la verdad es vivir en un estado predominante de altruismo donde lo más importante es el otro.

La profundidad y el pragmatismo del altruismo de esta filosofía, expresado hace más de 3.000 años, quedó evidenciado para nosotros al proclamar la igualdad absoluta entre el hombre y la mujer, como seres espirituales eternos, contenidos en un cuerpo temporal.

Dice Ikeda:

El ser humano se encuentra en estado de altruismo cuando sus mejores cualidades, sabiduría, determinación, amor y coraje, se funden con la energía de la fuerza de la compasión para hacer el bien a otros. Al decir “fuerza de la compasión”, me refiero a una potente energía que fluye de lo más hondo de la vida humana. Esto incluye inteligencia, bondad, sabiduría y deseos espirituales.

El modo en que las personas comunes pueden lograr la meta última, es cultivarse por medio de actos altruistas, con lo que la energía de la compasión brota de las fuentes más íntimas de la vida.

A fin de compartir el dolor ajeno, es preciso experimentarlo en carne propia. La compasión es un tipo especial de conocimiento, que implica identificarse con el estado fundamental de la vida de otro.

Todos nacemos con una tendencia a la compasión, aunque rara vez nos damos cuenta de ello hasta que se presenta una ocasión especial.

Mientras uno se atrinchere en el egoísmo, no habrá forma de encontrar la felicidad. Sin embargo, cuando rompa su propio cascarón y salga a actuar en bien de los demás, su vida se renovará de manera vibrante.

En el caso del ser altruista, la lucha por ayudar a otros es, en sí, un ataque frontal al yo egoísta.

La energía vital fundamental fluye bajo la forma de sabiduría y compasión.

En el estado de altruismo, toda la vida es sustentada por la fuerza de la compasión.

El altruismo es el medio más efectivo de autorrealización y perfeccionamiento.

Hacer el bien es el mejor modo de mejorar el propio carácter y encontrar una mayor felicidad.

A fin de aliviar el sufrimiento de otra persona, uno debe identificarse con ella y compartir su sufrimiento, es un caso de identificación con el estado fundamental de la vida de otro. Esta misma identificación es el modo de practicar la compasión, y el acto de aliviar los sufrimientos ajenos y brindarles felicidad lleva a la perfección del ser.

El ser altruista se sumerge entre sus prójimos y trata de tomar sobre sí el sufrimiento y la tristeza de todos, es capaz de pensar profundamente y goza de una penetración segura, pero eso va inseparablemente unido a la acción práctica.

Al ayudar a otros, el ser altruista se modifica a sí mismo, pues al hacer el bien suprime el egoísmo latente en él, permitiendo que la luz de su sabiduría interior ilumine la maligna oscuridad del mundo circundante.

La actuación constante en beneficio de los demás, despertará la fuerza vital necesaria para lograr una vida plena y feliz. Una vida limpia y brillante, donde los instintos malignos o egoístas no tengan el poder de cambiar nuestra dirección. Una vida dedicada a ayudar a otros, en vez de buscar la ventaja propia, vierte la luz de la verdadera sabiduría y la inteligencia.

De esta manera, intuimos la presencia espiritual de nuestro hijo conduciéndonos hacia la búsqueda de ese estado de altruismo descrito por Ikeda. Nos preguntábamos cómo llevarlo a la práctica, en qué ámbito... El camino propuesto por Ikeda es la adhesión a una institución plagada de ritos e invocaciones sujeta a una institucionalización que constriñe la libertad. ¡Jamás renunciaríamos a nuestra libertad! “En libertad, como querías”, le habíamos jurado a Enriquito.

Un día, nuestra hija escuchó de la existencia de un grupo Renacer de Ayuda Mutua, para padres que pierden hijos, pero guardó silencio. “¿Para qué revolver el tema?”, se dijo. No había percibido cuán grande era la oscura profundidad del abismo por la pérdida de un hijo, cuando esta permanece oculta tras el silencio de las lágrimas en las noches de insomnio.

Pero un tiempo después, nosotros mismos vimos por la televisión a padres que hablaban de la existencia de Renacer en Montevideo. Hablaban del amor por sus hijos y recordamos aquella frase escuchada: “El amor es la fuente última de la vida cósmica”.

Instantáneamente, sonó el timbre del teléfono en casa de los padres que anunciaban la existencia del Grupo Renacer. Obviamente, aún no habían llegado a su casa desde la emisora. A la noche volvimos a llamar y nos enteramos de que el siguiente martes había una reunión de padres a la que podíamos asistir. El 30 de octubre de 1995, cuando ya habían pasado más de dos años de la pérdida de nuestro hijo asistimos, por primera vez, a una reunión de Renacer.

El altruismo implícito en la esencia del grupo, la ayuda mutua, fue para nosotros la forma de llevar a la práctica el fin que habíamos intuitido como esencia de nuestra presencia en la Tierra, constituyéndose en el mejor homenaje que le podíamos hacer a nuestro hijo, como legatarios del mantra que él había traído al seno de nuestra familia.

A través del mensaje de Renacer comprendimos que la conmoción existencial producida en nuestras vidas por la partida de nuestro hijo, “es la puerta de acceso a la espiritualidad, es decir, que a través de un cambio existencial el hombre, si lo desea, si es

corajudo, si continúa en este viaje, puede tener acceso a la dimensión espiritual, cuyo resultado es estar en la verdad”, como dice Gustavo Berti.

La transformación existencial en situaciones límites nos enfrentó a la gran opción de elegir cómo queríamos ser, si mejores o peores personas, generando, a través de la ayuda mutua, una oportunidad de hacer realidad el ansiado estado de altruismo, aceptado hasta entonces por nosotros con entusiasmo como una expresión moral, sin embargo carente aún de una forma concreta de llevarlo a la realidad de nuestras vidas.

No mejores que los demás, sino mejores que nosotros mismos, mejores hoy que ayer y mañana que hoy. Ese es nuestro desafío permanente, concepto esclarecido gracias al mensaje de Renacer, desechando la vanidad de sentirse uno hoy, tan bueno como antes.

Siempre fuimos buenas personas: llevamos 52 años de matrimonio, y tenemos 4 hijos y 6 nietos. Uno de nuestros hijos, Ulises de 50 años, convive con nosotros por ser diferente a causa de lesiones cerebrales múltiples al nacimiento.

Unos y otros tenemos los defectos inherentes a todo ser humano, pero hemos descubierto que a través del servicio, la solidaridad, la tolerancia, la paciencia, el cambio de actitud y la aceptación de los demás (en lugar del juzgamiento), la aceptación de lo que nos toca vivir, condensados en la tan incomprensida expresión “amor incondicional” de dar sin esperar nada a cambio, podemos llegar a ser mejores personas, pues siempre hay un amplio campo para cada día, a cada hora, a cada instante asumir una actitud positiva en homenaje a nuestro hijo.

Hemos cumplido 77 y 81 años. Cada día, la vida nos da la oportunidad de aprender algo más en nuestro andar, con la esperanza de lograr que en nuestra próxima etapa, dentro de nuestra existencia eterna, podamos elevar nuestro estado, hasta merecer ya sea “sentarnos a la diestra de Dios Padre”, o entrar en el “Nirvana” o si la “verdad última” es que no hay nada luego de nuestra partida, haber vivido esta parte en armonía con la ley universal, cumpliendo con el postulado del filósofo Immanuel Kant, que sostenía que estamos para evolucionar y ayudar a evolucionar a nuestros semejantes.

Teresa de Calcuta ha indicado el camino: “El fruto del silencio es la oración, el fruto de la oración es el amor, el fruto del amor es el servicio y el fruto del servicio es la paz interior”.

No hay posibilidad de especulación. Intuimos que nuestra misión en esta vida ha tomado ese camino, sin otra aspiración que aprender una lección y cumplir una tarea. Estamos en Renacer por haber perdido un hijo, lo cual no constituye mérito alguno.

Conocimos Renacer recién dos años después de la partida de Enriquito. Sabemos lo que es vivir sin brújula, en la bruma, sin encontrar sentido, con un dolor que parecía que

iba a acompañarnos para siempre. Así vemos a muchos padres que se debaten sumergidos en ese pensamiento. Por ellos es nuestra mayor preocupación, pues los necesitamos para devolver lo que hemos recibido.

Estamos en Renacer en homenaje a Enriquito y lo estaremos hasta el último suspiro de nuestras vidas, tratando de transmitir las potencialidades que se encuentran larvadas en cada ser humano que es posible descubrir, a raíz de la conmoción existencial provocada por la partida de nuestros hijos, pues ese hecho, en palabras de Kübler-Ross, puede generar en los padres un “despertar a la espiritual”.

Al grupo Renacer Congreso, de Montevideo, Uruguay, que integramos, han llegado padres con más de quince años de la pérdida de sus hijos a los que el tiempo no les había solucionado nada. Hoy dicen: “Mi vida cambió, dando una vuelta de 180 grados”. O: “Lo mejor que me ha pasado luego de la partida de mi hijo, es haber encontrado a Renacer”.

El Mensaje de Renacer rebasa todos los límites que nos aferran a las emociones, como sostiene Viktor Frankl cuando define al ser humano como aquel ser que tiene la posibilidad de oponerse a todo aquello que lo condiciona, entre lo cual nuestras emociones son el condicionamiento más significativo de nuestras vidas, pues, al decir de Berti, son la parte reducida del ser humano.

Ya en 1994 Berti decía: “El grupo debe concentrar sus esfuerzos tratando de que el padre pueda elevarse por encima de los condicionamientos de sus emociones y de las circunstancias, y, apoyado en su dimensión espiritual, mirar más allá, hacia un horizonte de esperanza”.

Así se lo transmitimos a los padres nuevos, con toda la fuerza que nos irradia nuestro hijo. No porque creamos que tengamos “la precisa”, ya que no inventamos nada. Sólo seguimos los consejos de los creadores del grupo: “Utilicemos esas armas para ser libres, conscientes, responsables y, por sobre todas las cosas, personas morales”.

Fuera de toda duda que esto entra dentro del concepto de grados de significación, de acuerdo con los cuales una cosa dada puede tener diferente significado o grados de importancia, para diferentes personas, dependiendo no sólo del nivel cultural, social o intelectual, sino, por sobre todo, del estado de conciencia a través del cual el acto de percepción se lleva a cabo.

Esto tiene extrema importancia en los grupos Renacer, en los cuales los padres entran con una crisis existencial tan abrupta y violenta, con estados de conciencia tan alterados y confusos, que dificultan aún el “simple vivir” en la realidad cotidiana, la que parece tan lejana y ajena, como si estuviese siendo observada desde afuera en una perspectiva atemporal. Alicia, cuando se dirige a padres nuevos, suele decir: “Es natural estar triste.

¿Verdad? Es natural llorar un poquito, extrañarlo, pero no esa desesperación, no ese desasosiego interior que no puedo estar ni conmigo ni dentro de mí, siendo una extranjera en mi propio cuerpo. Eso no puede ser. Hay que elevarse, como dice Frankl, en las alas indómitas del espíritu, por encima de lo que nos está pasando, por amor a ese ser tan amado y a los que quedan”.

Se hace evidente que el grupo tiene diferente significado para los padres que llegan en estados de conciencia alterados y para los que han alcanzado algún grado de paz interior. Nuestro esfuerzo hoy es cómo transmitir esto que experimentamos a todos los padres que necesitados de esta luz deambulan en las tiemblas, como también lo hicimos nosotros.

Cuando enfrentamos a la partida de un hijo, la más grande conmoción existencial a la que se puede enfrentar un ser humano, perdemos la noción de todo lo que nos rodea. Como si hubiera caído una bomba a nuestro alrededor, como si un volcán hubiera explotado en nuestro interior. No sabemos dónde estamos y la vida parece no tener sentido.

Siempre pensábamos que si perdíamos un hijo, nos moríamos detrás de él. Sin embargo, estamos vivos. Las preguntas no encontraban respuestas. Cuando llegamos a Renacer, nos dicen que nunca nadie ha tenido respuestas a las preguntas que surgen, porque no somos nosotros los que tenemos que hacerle preguntas a la vida o a Dios, si no que es la vida la que nos hace una pregunta: tú, padre o madre que has perdido un hijo... ¿Cómo vas a vivir de ahora en adelante?

Generalmente cuando se pierde un hijo en la cultura en que vivimos se piensa que tenemos más derechos. Sin embargo la realidad es que tenemos más responsabilidades. En primer término, la de qué hacer de nuestra propia vida desde ahora hasta el día que inexorablemente nos toque partir. El mensaje de Renacer nos muestra que en ese instante crucial tenemos que optar entre decirle sí a la vida o dejarnos llevar por las emociones y cerrar puertas y ventanas, tirarnos en la cama, dejar de trabajar, renunciar a arreglarse, estar muertos en vida. Eso convertiría a nuestros hijos en verdugos. Pero si asumimos una actitud positiva, podemos transformarlos en nuestros maestros.

No podemos cambiar lo que nos ha sucedido, pero sí nuestra actitud y, en vez de andar por este mundo con la cabeza gacha, como juntando moneditas del suelo, llevar la frente en alto en homenaje a ese hijo y asumir una actitud positiva producto de nuestro amor hacia él.

¿Qué une a una madre o a un padre a su hijo sino el amor? El mensaje de Renacer dice: ¿Acaso necesitamos de su presencia física para seguir amándonos?

Al nacer, nuestros hijos nos enseñaron una manera distinta de amar. Conocíamos lo

que era el amor a la madre, al padre, a los abuelos, a los tíos, a los hermanos, al compañero o la compañera... pero ellos nos proponen un amor incondicional, sublime, que ni siquiera necesita de su presencia física. Por ese amor, podemos cambiar de actitud frente a la vida, en homenaje a ese hijo que partió. Y podemos hacernos la pregunta: “¿Cómo habría querido vernos: llenos de angustia, de odio o de amor?”

A veces, cuando los recordamos, pensamos como si estuvieran allí, donde sufrieron el accidente, en la cama del sanatorio o del hospital o en el momento que decidieron por su cuenta partir o fueron agredidos... Pero están en otro lugar, al que por nuestras limitaciones físicas no podemos acceder. Cualquiera sea nuestra creencia de a dónde vamos a ir después de nuestra propia muerte, allí estarán esperando nuestra llegada.

La responsabilidad que surge desde ese momento hasta el instante de nuestra muerte es la de vivir dignamente. En su homenaje, pero también por nosotros mismos, que lo merecemos y por quienes nos rodean. Por los hermanos, que han perdido a un ser tan querido, compañero de juegos y picardías, muchas veces su compañero de pieza, su mascota o su modelo, según la edad. Ellos sufren calladamente y ven que sus padres, sumidos en su propio dolor, se olvidan de que existen. Entonces, suman a su dolor, el de perder a su mamá y a su papá que ya no son los mismos.

Kübler-Ross dice que aunque parezca extraño, la pérdida de un hijo puede producir en los padres un despertar espiritual, el mismo al que se refiere el mensaje de Renacer, cuando nos enfrenta a la opción de ser mejores personas, no que los demás (sería una actitud de vanidad), sino que nosotros mismos.

La partida de nuestros hijos enseña a no temerle a la muerte, a dimensionar el poco valor que tienen las cosas materiales, a ser más tolerantes con las cosas que nos pasan a diario, a comprender el dolor de los demás... en definitiva, a ver la vida y la muerte de una manera muy distinta de como la ve la cultura en la cual estamos inmersos.

Podemos homenajear a nuestros hijos llevándoles flores al cementerio, u ofreciéndoles misas, prendiendo velas o exhibiendo su foto. En Renacer aprendimos una forma más profunda: con nuestra propia vida.

Seguramente cada uno, en su momento, ofreció su propia vida a cambio de la del hijo, cosa que no fue concedida. Podemos vivirla en su homenaje.

Diariamente, en nuestro hogar, en la calle, en la oficina o donde sea, se nos presentan situaciones que nos pueden fastidiar, que habitualmente contestábamos con ira, fastidio o violencia. Pues bien, frente a estos hechos que no podemos cambiar, ahora podemos, en homenaje a nuestros hijos, cambiar de actitud. Por ejemplo, podemos dejar de acordarnos de la familia del otro conductor que acaba de hacer una mala maniobra o de fastidiarnos

cuando en la cocina nos pasa algo. En poco tiempo, nos daremos cuenta que ya no contestamos, no nos violentamos ni no nos fastidiamos. Eso constituye, en gran medida, ser mejores personas. Gracias al homenaje que le estamos haciendo, calladamente, a nuestro hijo. Es difícilísimo. ¿Pero acaso no es más difícil vivir amargados, desilusionados, llenos de pena y angustia? Entre dos cosas complicadas, podemos elegir la mejor.

La semilla es buena. Debemos hacer que caiga en terreno fértil y que sea cuidada hasta que se robustezca. Llegará un momento en que la paz interna que perdimos el día de la partida de nuestros hijos, llenándonos de oscuridad, vuelva a nosotros como demostración del triunfo del amor sobre el dolor.

Renacer es un movimiento cultural, que ha logrado cambiar muchas cosas, muchas ideas acerca de la muerte de un hijo, confirmando que el ser humano es el único ser de la creación que puede no sólo transformarse a sí mismo, sino que en el proceso es capaz de tener un impacto positivo y transformar la comunidad en la que se haya inserto. El aprendizaje de vida, a partir del sufrimiento, no es patrimonio de unos cuantos, sino de la humanidad.

La propuesta es ayudar a los papás a recuperarse, a encontrar y vivir en el amor, para que después puedan volver a una vida social plena, como seres útiles, no vencidos.

En consecuencia, podemos ver a los grupos Renacer como una realidad culturalmente revolucionaria, capaz de transformar un hecho a todas luces trágico como la muerte, el sufrimiento o la culpa, en un triunfo del espíritu humano, impensado y jamás imaginado.

Del primer aniversario a la actualidad: breve historia de los grupos

Para el 5 de diciembre de 1989, primer aniversario del grupo, planeamos un asado en el patio de casa, debajo de un añoso níspero. La reunión se llevó a cabo en un tono festivo. En un momento, Alicia y yo nos retiramos unos metros a ver cómo los padres charlaban y reían. Algunos, probablemente, por vez primera desde su tragedia. Eso nos confirmó el valor de la ayuda mutua entre seres sufrientes y el carácter contagioso de los valores de actitud.

Esa noche cenamos, reímos, contamos anécdotas, recordamos padres que ya no estaban en el grupo, hicimos proyectos, disfrutamos como si nunca hubiésemos sido heridos. Poco a poco, los padres fueron despidiéndose con una sonrisa y un abrazo. Por entonces ya nos recibíamos todos con un fuerte abrazo, incluso a los que recién asistían a las reuniones, lo que solía despertar rostros de incredulidad y sorpresa, que algunos padres anticipaban para luego divertirse con esas expresiones. Sí, hay padres capaces de volver a reír en los grupos, lo que demuestra a los más nuevos que no todo termina con la muerte de un hijo. Es cierto que también hubo personas que se han sentido ofendidas al ver una sonrisa y se han retirado de una reunión para no regresar, pero fueron los menos.

A medida que continuábamos trabajando, los padres de otras localidades adquirieron la confianza para iniciar Renacer en su lugar de origen. En marzo de 1990 comenzó a funcionar un grupo en Coronel Moldes, a unos 80 kilómetros de Río Cuarto; funcionó muy bien durante casi 6 años y luego se disolvió, como ocurrió con muchos de los formados en localidades muy pequeñas. No obstante, el espíritu de Renacer perdura y cuando un joven muere ocurre un “despertar” del grupo, que brinda su ayuda a los padres, y luego regresa a su “estado de hibernación”.

En abril se agregó Villa Mercedes, San Luis. En la primera reunión, Aldo, temeroso de la catarata de lamentos que podía esperarse de un grupo de padres nuevo tan numeroso, decidió tomar la palabra y volcar su propia experiencia. “¿Para qué me sirvió asistir a Renacer? ¿Qué me dejó la muerte de mi hijo? Me hizo ser menos vanidoso, comprender

mejor el dolor del otro, desprenderme de la rabia y de la bronca con Dios y con la vida. He aceptado la muerte y tengo alguien delante de mí que me espera cuando atraviese esa puerta y en la última sonrisa de mi hijo pude ver agradecimiento, y eso me reconforta”.

Hubo, por supuesto, conflictos a lo largo de este período de crecimiento: desde un matrimonio militante católico que quiso darle un giro religioso al grupo —y que terminó formando su propia iniciativa— hasta una mujer que aseguraba ver la presencia de los hijos al lado de sus padres, lo que motivó una reunión muy tensa.

En noviembre de 1990 conocimos en Buenos Aires a varios miembros de la Sociedad Argentina de Logoterapia, lo que condujo a la expansión de Renacer fuera de la provincia de Córdoba. También organizamos las Primeras Jornadas de Psicoterapia Existencial y Logoterapia de Río Cuarto, con el auspicio del Colegio Médico y la Universidad Nacional de Río Cuarto. Estábamos resueltos a introducir la tarea en la sociedad y a hacerlo desde una plataforma avalada por las ciencias médicas y con fundamentos antropológicos y filosóficos. Más importante aún: la sociedad lo estaba aceptando.

Más allá de las fronteras cordobesas

En 1991 recibimos una invitación para participar del Sexto Congreso Argentino y Primer Encuentro Puntano de Logoterapia, el 27 y 28 de septiembre en San Luis, donde nos concedieron, además, el horario y el salón central. En medio de la gran audiencia había un matrimonio, Paco y Ana, que se mantuvo abrazado durante toda la charla: también habían perdido un hijo y fueron los responsables de formar Renacer en Mar del Plata, organizado por el Centro de Logoterapia. El primero fuera de Córdoba en sostenerse en el tiempo (el de Villa Mercedes tuvo una duración breve).

A nuestro regreso, organizamos en octubre las Segundas Jornadas de Logoterapia de Río Cuarto bajo el lema “Logoterapia y grupos de autoayuda”, que agregaron el auspicio de la Municipalidad. De nuevo en Buenos Aires, al final de una conferencia dictada por la doctora Elisabeth Kübler-Ross, Alicia mostró un pequeño cartel donde dio a conocer la existencia de nuestro grupo. Graciela, psicóloga de Buenos Aires que había perdido un hijo, estableció contacto. Nos visitó unas semanas más tarde en nuestra ciudad. Esta conexión fue el germen de la apertura de Renacer en Buenos Aires, que se fortaleció luego de una charla para padres en Puerto Madero, a la que nos invitó la Fundación del Teatro San Martín: tres de los asistentes habían perdido hijos y ese día, emocionados por la experiencia compartida, decidieron formar el grupo local, al que asistimos en su primer

año dando cinco charlas en Buenos Aires.

El 14 de febrero 1992, con el título “Para que la vida no pierda sentido”, el diario *La Nación* reflejó nuestro trabajo. Hubo muchos llamados de padres de toda la Argentina, pero especialmente de Buenos Aires. La mayoría de esos llamados fueron derivados al grupo de Capital. Pocos días después, el mismo medio informaba la primera reunión de los grupos en Capital Federal, que se reunían en la parroquia de San Cayetano. Ese año los grupos funcionando llegaron a ser quince, muchos de los cuales se habían formado a partir de los artículos periodísticos, por lo que no sabíamos cómo trabajaban. Decidimos reunirlos para exponer la metodología en detalle y tratar de establecer normas de funcionamiento comunes. Organizamos el Primer Encuentro Nacional de Grupos Renacer de Autoayuda para Padres que Pierden Hijos, como nos denominábamos, en Río Cuarto, entre el 9 y el 11 de octubre. Participaron grupos de Río Cuarto, Moldes, Ucache y General Deheza (Córdoba); San Cayetano, La Redonda, Albariños, Devoto, Liniers y un grupo de hermanos de Capital; Mar del Plata, Saladillo, Bahía Blanca, Trenque Lauquen y Pihué (Buenos Aires) y Rosario (Santa Fe). En total, nos reunimos unos 100 padres. La única conclusión firme fue el logro de consenso con respecto a la decisión de no imponer valores a los integrantes. Y se decidió hacer el siguiente en Mar del Plata.

Concluimos algo más importante: debíamos seguir estudiando con mayor intensidad: el mensaje se esparcía por el país. Un pequeño error podía ser significativo. Como el que cometimos en un escrito en el que introducimos la palabra “catarsis”. Fue interpretado de manera errónea y llevó a que muchos grupos, en particular los de Buenos Aires, trabajaran fomentando el lamento continuo y el análisis de las emociones, cosa que ya habíamos dejado de lado y, si bien la permitíamos, no la fomentábamos.

Se abren nuevos caminos

En 1993, cuando el único proyecto en agenda era el Segundo Encuentro Nacional de grupos Renacer, en Mar del Plata, llegó una invitación para presentar nuestra experiencia en el Congreso Internacional de Logoterapia, a realizarse en junio, en Toronto, Canadá y otra para asistir al programa televisivo *Almorzando con Mirtha Legrand*. También se reforzó el grupo con la presencia de Jorge y Eva Crivello, de General Deheza, dos de los padres que más rápidamente comprendieron la esencia del mensaje y se dedicaron a dar asistencia en los rincones más alejados de la zona rural. Por esa época, se llevaban a cabo reuniones sociales los domingos que convocaban más de 100 padres.

Mientras le dábamos forma al trabajo a presentar en Canadá organizamos en Río Cuarto las Primeras Jornadas de Autoayuda y Sida, abiertas a la comunidad. En el programa figuraba una frase de Kübler-Ross: “El sida es la última oportunidad que nos da este siglo para abrir los corazones”.

La invitación al programa de Mirtha Legrand se concretó el 29 de junio, día del cumpleaños de Luciana. El contacto llegó a través de una productora del programa *Claves para un mundo mejor*, que había perdido un hijo, participaba de los grupos y consideró que el mensaje debía ser difundido.

Participamos Graciela, Elena y Carlos, de Capital y nosotros dos. Luego de que nos maquillaran pasamos a un corredor detrás del escenario, con los labios resecaos y el corazón saliéndose del cuerpo. Nos tranquilizó un ordenanza: “No se preocupen, a todos les pasa, miren la pared, ahí todos los famosos pegan su chicle antes de entrar”, nos dijo. La señora Legrand fue una anfitriona cálida, afectuosa y muy profesional, que nos hizo sentir cómodos, lo que nos permitió hablar del tema con soltura. Era la primera vez que en un programa de televisión argentino de audiencia masiva se presentaban padres que habían perdido hijos para dar un mensaje de esperanza. La repercusión fue enorme a punto tal que el programa debió ser repetido una semana después debido a la masiva cantidad de pedidos del público y fue el despegue definitivo para que todo el país conociera a Renacer. Las siguientes reuniones en el Colegio Médico fueron multitudinarias. Incluso, se rompieron fronteras y se llevó el mensaje a Chile, Uruguay y Paraguay. Volveríamos a la mesa de Mirtha Legrand en dos años consecutivos.

En julio apareció nuestro primer trabajo sobre la muerte de hijos en Palliative Care Today, de Inglaterra. A partir de allí, la aceptación de todos nuestros trabajos en el exterior fue una constante, a diferencia de lo ocurrido en el país, donde sólo logramos publicar en *Archivos argentinos de pediatría* luego de dos años de marchas y contramarchas.

Desarrollo en el Interior

El 21 y 22 de mayo, aniversario de la partida de Nicolás, se llevaron a cabo en el auditorio del Colegio Médico de Río Cuarto las Primeras Jornadas de Capacitación para los grupos de todo país. Asistieron más de 150 padres. En diciembre, también en nuestra ciudad, el seminario para padres nuevos reunió una cifra similar en el Colegio San Buenaventura.

Participaron cuatro padres de Uruguay que nos habían visto en lo de Mirtha Legrand y, pocos días después, formaron el primer Renacer en ese país, en Montevideo. Fue el primer cruce internacional de fronteras, pero no el único.

En 1995 se formó el grupo de Tucumán, pilar para el desarrollo del noroeste argentino, de la mano de José, que jugó un rol clave en la creación de grupos a partir de la creación de nuestro boletín electrónico mensual, y su esposa Tatá. Ya Norma y Roberto, de Posadas, habían llegado a viajar 1.500 kilómetros hasta nuestra casa para participar de las reuniones, hasta que decidieron conformar el grupo local, que hizo de enlace con aquellos que se crearon en el noreste de Argentina y Paraguay. En el grupo de Mar del Plata, creado años antes por Ana y Paco, emergió la tarea de Silvina y Rubén, editores de la revista *Renacer*, también mensual, donde se publicaban escritos de los padres, fotografías de sus hijos y noticias de los grupos. Del grupo de La Plata, ya sólido, partió la idea de plantar árboles en recuerdo de los hijos en parques de la ciudad, hecho que derivó en espacios públicos denominados Parque Renacer o Parque de la Vida. Susana y Horacio fueron los impulsores de Santa Fe, junto a otra Susana y Norberto. Es la provincia en la que más grupos se formaron.

El 31 de septiembre y el 1 de octubre participamos del Primer Encuentro Nacional de Grupos Renacer de la República de Uruguay. A tan sólo siete años de su inicio, la tarea y el mensaje habían cruzado el Río de la Plata. Nos reunimos con padres de Montevideo, Tarariras, San José, Durazno, La Paz, Tala, Mercedes Florida y Mendoza (Argentina). En octubre se celebró el Tercer Encuentro Nacional y Primero Latinoamericano de Grupos Renacer en Rosario, con la asistencia, precisamente, de integrantes de grupos de Uruguay.

En 1996 organizamos en Río Cuarto las Segundas Jornadas de Capacitación para los grupos, en mayo, bajo el título “Gente que hace para la gente”. Ya había 80 grupos en Argentina, 7 en Uruguay y uno en Paraguay. También comenzaron a llevarse a cabo encuentros regionales: el primero tuvo lugar en Tucumán. En octubre, el Cuarto Encuentro Nacional y Segundo Latinoamericano de los grupos en Mendoza. Este año, no obstante, se caracterizó por ser uno de los momentos más difíciles en la historia de Renacer: un sacerdote comenzó a afirmar en distintas presentaciones que nuestro grupo era una secta y que nosotros, en particular, éramos espiritistas. Este hombre envió cartas a distintas diócesis del país y de Uruguay. El ataque se extendió por un año y estuvo ligado a la aparición de grupos denominados Resurrección, a los que asistieron algunos padres que habían participado de Renacer, que funcionaban en parroquias y tenían orientación católica. Luego, en 1997, las aguas se calmaron. Poco a poco los grupos fueron haciendo su propia evaluación y todo terminó como una tormenta de verano, furiosa pero breve.

En septiembre se llevó a cabo el Tercer Encuentro Nacional en Mercedes, Uruguay. En el espacio para preguntas, una mamá comentó que lo que más le había afligido de la muerte de su joven hijo era que, siendo ellos dos solos en el mundo, cuando ella muriese el recuerdo de su hijo desaparecería de la historia de la humanidad, pero que ahora su hijo estaba en la memoria de todos los padres de Renacer y su recuerdo permanecería en el tiempo y eso le quitaba un gran peso de encima. Al escuchar este testimonio, nos hizo un clic en la memoria y recordamos que muchos padres nos habían comentado que cuando iban a la iglesia a rezar por sus hijos lo hacían también por todos los hijos del grupo y muchos de ellos en sus oraciones nocturnas pedían por todos los hijos. En ese preciso momento nos percatamos que lo que los padres estaban haciendo, sin darse cuenta, era crear la memoria colectiva de Renacer. Una memoria colectiva que trabajaba a favor de la vida, del servicio y de la ayuda entre los hombres y mujeres de buena voluntad; que perduraría mientras lo hicieran los grupos y que no existiría en contra de nada ni nadie. En octubre, Azul fue la sede del V Encuentro Nacional y III Latinoamericano.

De los diez a los quince años de vida

Entre 1993 y 1998, fin de semana por medio, viajábamos y cumplíamos un riguroso programa de actividades. Llegamos a transitar más de 30.000 kilómetros por año. Llegábamos el viernes por la noche o el sábado temprano en la mañana si el viaje era corto. Nos reuníamos con los padres que nos esperaban para conocernos y luego de un breve descanso para repasar el mensaje, el sábado por la tarde dábamos una charla, seguida de largos períodos de preguntas, que duraba unas dos horas o algo más. Al terminar la charla se nos acercaban decenas de padres, ansiosos con una nueva pregunta o simplemente a abrazarnos y agradecer. Por la noche se realizaba una cena, generalmente pollo asado, lo que en una ocasión me llevó a mencionar que estaba por hacerme miembro de un nuevo grupo de ayuda mutua: “Salven a los pollos del mundo”. Eran momentos agotadores y mágicos a la vez. Al terminar la jornada, que sería completada en la mañana del domingo con un desayuno de trabajo en el que explicábamos la metodología de las reuniones, nos invadía un cansancio profundo y, al mismo tiempo, una alegría inmensa.

En 1998 no hubo encuentro anual y aprovechamos para viajar menos. Ya no era tan necesaria nuestra presencia: el mensaje estaba plenamente difundido y los grupos llevaban a cabo reuniones regionales con grupos cercanos. En mayo, organizamos en Río

Cuarto, las terceras, y eventualmente últimas, jornadas de capacitación, como parte de la celebración por el décimo aniversario y con el lema “Volviendo a las fuentes. En busca de un lenguaje común”. Comprometieron su asistencia unos 300 padres, pero cuando llegó el día, se acercaron más de 600, lo que significó un serio problema para que el comedor de la Universidad Nacional pudiera atender a todos. Luego, por problemas de salud en la familia, dejamos de participar por un año, hasta octubre de 1999, cuando fuimos al Encuentro Nacional y Latinoamericano en Tucumán.

Un detalle: no podemos recordar cuándo ni cómo se creó esta costumbre, pero en cada encuentro, nacional o regional, se organizaba una suelta de globos. Cada padre podía escribir un mensaje para sus hijos. Esto representa, simbólicamente, la decisión de dejarlo partir. Es una instancia muy movilizadora, especialmente para los más recientes, que se hacía más tristes aún cuando un globo quedaba atrapado en la rama de un árbol sin poder continuar su viaje junto a los que se alejaban rumbo a quién sabe dónde (siempre tuvimos curiosidad por saber quién y dónde los encontraría).

Entre 1998 y 2000 viajamos bastante menos. Ya había grupos veteranos en casi todo el país, de manera que cuando se acercaban a nosotros en busca de ayuda para abrir uno nuevo en su localidad, siempre había adónde referirlos.

El nuevo milenio llegaba con una noticia impactante: la creación del primer grupo en Europa. En Barcelona, España, un grupo de padres comenzó a reunirse a instancias de Juan Vladimir, cuya mujer, Rosa, había perdido un hijo que él había criado como suyo desde muy niño. De nacionalidad uruguaya, en uno de sus viajes a su país de origen conoció la existencia de Renacer y se asesoró con el grupo de Tucumán para comenzar con la tarea en Barcelona. Es una persona muy espiritual y prontamente tomó los aspectos más elevados del mensaje.

A fines de 2002 en el grupo se comenzó a pensar que un año más tarde se cumplirían quince años de vida y que sería interesante hacer un encuentro internacional. Se habían llevado a cabo tradicionalmente durante octubre, pero para ese año se habían programado en Río Cuarto dos carreras de Turismo Carretera, una de ellas en el mismo fin de semana para el que habíamos solicitado reservas hoteleras, por lo que no hubo forma de conseguir las. Tuvimos que hacerlo en Huerta Grande, al norte de la ciudad de Córdoba, un hermoso pueblito en las sierras, en el Hotel Casa Serrana, que dispone de 600 plazas y un comedor para igual o mayor cantidad de comensales. Tuvimos que viajar varias veces en los meses previos; era nuestra intención reservar todo el hotel para los grupos y la gerencia no tenía la menor idea de lo que era Renacer por lo que se resistían a acceder a nuestro pedido. Accedieron luego de... un importante depósito.

Asistieron cerca de 900 padres (incluyendo de Uruguay, Paraguay, Chile, Colombia, Perú y por primera vez de España) lo que obligó a la gerencia del hotel a salir desesperadamente a conseguir camas en otros establecimientos. Cuando cinco años después celebramos los veinte en el mismo hotel, no pidieron referencia alguna: ¡Les bastó escuchar el nombre Renacer!

Estas fueron las palabras de bienvenida:

Queridos compañeros y compañeras de ruta de Renacer: Hoy es para todos nosotros un día muy especial, un día que esperamos perdure en nuestros corazones para siempre. En los días previos nos hemos abrazado con amigos de muchos años y con otros nuevos, que han venido de otras latitudes para compartir esta celebración. Recordemos juntos esos momentos en los que pensar en una celebración era prácticamente faltarle el respeto a nuestros hijos, pero sobre todo faltarle respeto a nuestro propio dolor.

Y sin embargo aquí estamos hoy todos juntos y si bien es cierto que la muerte de un hijo es un hecho que cambia a las personas, también es una realidad que nosotros, que pertenecemos a la raza de mujeres y hombres que nos mantenemos siempre de pie, al unirnos, al agruparnos, hemos producido un cambio cultural que no sólo se ha visto reflejado en las comunidades en las que vivimos y trabajamos sino que ha llegado en libertad hasta rincones recónditos de nuestro mundo.

Ese mensaje que la vida ha contribuido a expandir, sin dueños, sin fronteras ni barreras, lleva consigo el recuerdo y la memoria de nuestros hijos, los que partieron y aquellos que aún están físicamente con nosotros. Ese mensaje es nada menos que la memoria colectiva, memoria que es no sólo de nuestros hijos sino también memoria de nuestros propios actos, actos que han de perdurar en el tiempo y por los que deberemos asumir nuestra responsabilidad.

Es por eso que hoy, junto a esta bienvenida y que esperamos que para muchos de ustedes sea a la vez despedida, despedida de sus tristezas, de sus emociones que tanto duelen y de tantos otros aspectos negativos, les decimos que nuestro mayor anhelo es que todos podamos caminar por la vida con la frente alta, en dignidad y que cuando nos toque hacer la transición final, cuando la hermana muerte toque a nuestra puerta podamos irnos con el convencimiento que hemos sido dignos de nuestros sufrimientos. Muchas gracias por acompañarnos en esta celebración.

Los últimos años

Entre 2004 y 2008 casi no viajamos, salvo en 2005 en que fuimos invitados a Colombia por la Fundación Lazos, un grupo de ayuda mutua creado en Bogotá a partir de algunos padres que conocieron Renacer en Buenos Aires.

A principios del 2005 tomamos la decisión de mudarnos a Villa General Belgrano, una hermosa y tranquila villa enclavada entre las sierras grandes y las sierras chicas, en la provincia de Córdoba y planeábamos radicarnos allí durante 2006, por lo que nos reunimos con todos los padres del grupo nuestro para comunicarles esa decisión. Algunos pensaron que el grupo se disolvería, pero sabíamos que eso no sería así. Todos los padres estaban perfectamente capacitados para seguir adelante. A esto había contribuido el hecho

que hacía ya trece años que, aunque asistiéramos a las reuniones, ya no coordinábamos más.

Desde principios de 2006 dejamos de participar y en noviembre de ese año nos radicamos definitivamente en las sierras. Con el correr de los años vimos que nuestro alejamiento había sido positivo para el grupo: otros padres tomaron nuevas iniciativas, cambiaron el día de reunión del lunes por la noche al sábado por la tarde, lo que permitió que se acercara más gente al grupo. Es evidente que a pesar de nuestros esfuerzos por no tener protagonismo, nuestra mera presencia en el grupo inhibía iniciativas, más por respeto que por temor.

En 2008 se cumplieron 20 años de existencia de Renacer y los padres de Río Cuarto quisieron celebrarlo nuevamente en el Hotel Casa Serrana de Huerta Grande en Octubre de ese año. Pedro y Susi, Ricardo y Ani, Aldo y Chela, Doris y Carlos, así como otros padres de Río Cuarto hicieron enormes esfuerzos para que todo saliera bien. Como en todos nuestros encuentros participaron más de 600 padres.

Terminado el evento regresamos a casa. Muy cansados, pero con la satisfacción del deber cumplido. Así pasó un año más sin Nicolás, pero sin dolor. Cosa que ocurría hacía ya mucho tiempo. Sólo perdura la dulce nostalgia que siempre nos acompañará.

Conversaciones con los padres

Cuando muere un hijo aflora en los padres una miríada de preguntas que, aunque formuladas de distinta manera, remiten tanto al estado de ánimo en el que se han hecho, como a lo que les espera en el futuro. Algunas de ellas no tienen respuesta; como las que se hacen sobre cómo es la situación en que nuestros hijos se encuentran luego de su partida y el porqué de algunos eventos.

La mayoría de estas preguntas fueron hechas luego de charlas que hemos dado a lo largo de veinticinco años para los grupos Renacer de la Argentina y del exterior y algunas de ellas han sido mencionadas al pasar en capítulos anteriores.

Sobre la persistencia del pensamiento anclado en el pasado

Un padre pregunta, y se lamenta a la vez:

Padre: *¿Cómo hago para dejar de pensar en un pasado que me atormenta y no me deja ni siquiera dormir?*

Renacer: Todo lo que ha pasado no se puede modificar y continuar con nuestras emociones, con nuestros sentimientos colocados en el pasado, no nos lleva a ninguna parte; corremos el peligro de dar vueltas en el barro durante toda la vida. La respuesta no está en el pasado, está adelante nuestro, en lo que todavía nos falta por hacer.

No nos detengamos en lo que nos ha pasado, tratemos de canalizar nuestras energías hacia la multitud de posibilidades que se nos abren a partir de la muerte de un hijo, una serie de caminos nuevos, no explorados, no visualizados antes, pero que están allí esperando ser recorridos por nosotros. Kierkegaard decía que sólo comprendemos nuestra vida mirando hacia atrás, pero sólo podemos vivirla mirando hacia adelante. Si no los recorremos es por dos razones o porque no tenemos la voluntad o porque tenemos miedo.

Esos caminos están ahí, simplemente esperando que los transitemos.

Simplemente, preguntémonos, nosotros, que supuestamente somos la creación más

perfecta que existe en este planeta, ¿por qué razón tenemos los ojos puestos adelante? ¿Por qué no nos hicieron con los ojos puestos atrás? Eso tiene que tener un significado, ¿por qué no nos pusieron los ojos en la mano?, ¿dónde podríamos mirarnos la cabeza, mirarnos las orejas, poder mirarnos la espalda?

Pero no, nos los pusieron ahí donde están y los ojos puestos ahí, tienen dos significados: primero, no me puedo mirar a mí mismo; para mirarme a mí mismo tengo que doblarme y lo único que puedo ver es el ombligo y voy a terminar quebrado. La otra razón por la que tenemos los ojos adelante es porque tenemos que mirar hacia adelante, simplemente tenemos que mirar y caminar para adelante, hacia el futuro.

Con respecto del mirar hacia atrás, recuerden la historia de la mujer de Lot que le pide a Yahveh que la saque de la ciudad de Sodoma y Gomorra y el Creador le permite salir con su esposo, con la sola condición, que al salir no vuelvan la mirada hacia atrás. La mujer de Lot desobedece y se da vuelta y ¿qué pasa?, se convierte en una estatua de sal.

¿Cuál es el significado de esta metáfora? Que esa mujer, con su corazón en el dolor, al mirar a su pasado se inmoviliza, se cristaliza, incapaz de avanzar. Ese es el peligro de detenernos demasiado en mirar para atrás.

La vida, dice Viktor Frankl, no es un pergamino que deba ser leído, sino un libro que debe ser escrito, entonces hay que escribir ese libro, hay que dejar de entretenerse en leer el pergamino, hay que decir: ¡Basta! no puedo cambiar lo que pasó, no puedo traer a mi hijo de vuelta. Tengo que aprender qué es lo que puedo hacer de valioso todavía por delante, qué es lo que puedo aprender de tanto dolor.

En el fondo, la tragedia no es perder un hijo, la tragedia es perder un hijo y no aprender algo valioso de ello, porque entonces su muerte sería en vano, una muerte sin sentido, absurda. Como padre tengo la obligación de que no sea de esa manera y sólo cada uno de nosotros lo puede cambiar, sólo cada uno puede decidir qué es lo que va a aprender de esto o si va a dejar que la tragedia y el dolor que esta conlleva sea estéril y vacío de sentido. Seguir mirando hacia atrás, como dijimos, no conduce a ningún lado, voy a quedar cristalizado como la mujer de Lot. El resultado final es que vamos a haber muerto con nuestro hijo y así habremos hecho de él nuestro verdugo.

Ese mensaje, repito, yo no quiero darlo y el único elemento que dispongo para no darlo es mi vida y la manera en que la vivo, no tengo otra cosa, no hay otra manera.

¿Cómo vivo mi vida? ¿Qué es lo que hago con tanto dolor? ¿Para qué sirve este dolor?

Que nosotros sepamos para una sola cosa, para hacernos más solidarios y ayudar a otra persona a que sufra menos. Pero si quieres ayudar a otra persona a que sufra menos, no puedes acercarte a ayudarla y decirle ¿cómo estás?, yo también perdí un hijo, ¡Ah! y

tengo tantas culpas y todavía no puedo tal y cual otra cosa... ¿Qué clase de ayuda es esa? Cuando uno está dispuesto a ayudar a otra persona, se tiene que olvidar de su propio dolor, se tiene que olvidar del dolor, tiene que decirle yo también perdí un hijo y sé que se puede salir adelante.

Esta es la conclusión final: sólo puedes dejar el pasado atrás, donde corresponde, cuando orientas tu vida hacia las infinitas posibilidades que están esperando que las hagas realidad.

Sobre los sentimientos de culpa

Padres: *¿Cómo puedo quitarme este sentimiento de culpabilidad por todo lo que hago, incluso tomar mate con mi esposo?*

Soy hija y hermana, me siento culpable cada vez que salgo de mi casa y abandono a mis padres. ¿Qué puedo hacer?

Yo siento culpas, no quiero contarlas pero me atormenta pensar en ello. Sé que obré mal y me siento horrible.

Renacer: Gandhi tiene una hermosa anécdota cuando Pakistán se separa de India y aparecen severos disturbios religiosos entre hindúes y musulmanes. En una ocasión un hindú se acerca a él y llorando le dice: “Maestro, ¡Estoy condenado!, ¡Estoy condenado!” Gandhi le pregunta qué sucede y el hombre le contesta: “¡Han matado a mis familiares y en represalia y enceguecido he matado a un niño musulmán, estoy condenado!” Gandhi hace silencio y luego le responde: “¡Busca un huérfano musulmán, adóptalo y edúcalo como musulmán”.

¿Se dan cuenta de esto? Él era hindú, y le dice adóptalo, hazlo tu hijo y edúcalo como musulmán.

¿Cuál es la moraleja de esta anécdota, respecto a la culpa? Que la resolución de la culpa se hace mediante el cambio existencial, cuando uno ya no sea la misma persona. Hay un pensamiento que dice: “sabrás que el cielo te perdonó, cuando ya no seas la misma persona”.

Cuando nos damos cuenta de que hemos hecho algo que no está bien, lo corregimos y lo cambiamos, pero sobre todo nos cambiamos a nosotros mismos, porque hay cosas que han sucedido que no las podemos cambiar, pero sí podemos cambiarnos a nosotros mismos, para ya no ser la misma persona. No hay otra alternativa para la culpa.

¿Comprenden el significado de esto? El cambio existencial para bien. Aquello que yo

considero que no hice bien o no actué bien, de aquí en más aprendo; si yo no aprendo de eso que yo considero que fue un error, significa que no hay cambio y continúo en el error.

Supónganse una mamá que pierde un bebé de “muerte de cuna” y siente la culpa de que debió haber ido a vigilarlo. ¿Cómo se saca ese sentimiento de culpa? Supónganse que esa misma mamá que perdió su bebé por una “muerte de cuna” decide que en el día del aniversario de la muerte de su hijo, va a llevar unos ositos y ropita para que los bebés que vienen al mundo, pobres, carenciados en un hospital, ingresen al mundo de una manera mejor, y lo hace por amor, ¿no ha cambiado esa mamá? Ha hecho un cambio existencial, ya no es la misma mujer que era. Recuerden: “Sabrás que el cielo te perdonó, cuando ya no seas la misma persona”.

Está más claro. En el ejemplo de la mamá y del bebé estamos partiendo de la base de que la mamá, sin duda, no tiene culpa, es en el supuesto caso de que la mamá se echara culpas por lo sucedido. Siempre hemos hecho lo mejor que hemos sabido y hemos podido con la información que tenemos, en ese momento, y nadie nunca obra a propósito con maldad, sobre todo y especialmente respecto a los hijos.

Padre: *Nos costó tanto tener este bebé. ¿Para qué vino a nuestra vida si después se iba a ir tan pronto?*

Renacer: El sentido de la breve existencia física de estos seres, quizá tenga que ver con ese nuevo sentimiento de dulzura y alegría interior que los padres experimentan al concebir esa vida; con esa expandida capacidad de amar que los padres descubren en su interior y que siempre estuvo allí pero que fue a través de sus hijos que despertó. Y esa incrementada capacidad afectiva no desaparece con la partida del hijo. Es parte de nosotros y si ellos nos ayudaron a descubrirla es en su homenaje que debemos cultivarla para dar, dar todo el amor de que somos capaces, y en nosotros reside el que el paso de estos seres por el mundo, no importa cuán fugaz, no haya sido en vano. Que haya despertado en nosotros a seres más compasivos más fuertes, más solidarios porque habremos aprendido, crecido y madurado en el dolor, descubriendo, y para siempre, esa nueva e incondicional forma de amar.

Padre: *En Río Cuarto, en un encuentro de capacitación en el año 1998, hicieron la distinción entre culpa real y culpa ficticia, que resultó muy esclarecedora, ¿podrían decirnos algo sobre ese aspecto?*

Renacer: En realidad cuando uno pierde un hijo, es un proceso normal buscar la responsabilidad, así como cuando una persona se enferma, lo primero que hace es mirar

para atrás a ver qué comió, con quién estuvo, qué hizo, en qué pudo haber sido responsable. Entonces, si uno le pregunta cuándo empezó su enfermedad, dice: “¡Ah! mi enfermedad comienza...”

Es normal buscar siempre la causa del efecto, y cuando muere un hijo uno siempre busca la causa: ¿por qué pasó esto?, ¿quién fue el responsable?, ¿fue el médico?, ¿fue el que conducía?, ¿fue el que lo indujo?, ¿fue el que lo introdujo en tal cosa? Todas las especulaciones que se puedan hacer.

Poco a poco, generalmente durante las noches que no se puede dormir, uno va descartando algunas de estas causas y finalmente se queda con un culpable: uno mismo. Entonces, aparece una culpa ficticia, la culpa real es cuando, realmente uno ha hecho o dejado de hacer algo, es responsable, en alguna medida, de lo que sucede. Puede ser que la persona sea responsable, es muy difícil saberlo. Generalmente, cuando no se encuentra a quien culpar surge la culpa ficticia, la culpa imaginaria, se culpa a Dios y cuando después uno piensa que no es así, termina echándose la culpa a uno mismo.

Le ha pasado a muchos, me pasó a mí (Gustavo); al principio pensaba todas las cosas malas que había hecho para merecerlo. Cuando uno siente culpa, hay un mecanismo curioso, uno dice: yo me siento culpable de esto. ¿Qué he hecho para merecerlo? Y una noche de largo y duro insomnio me dije: si esto es un castigo, pues junto con la culpa aparece el concepto de castigo, ¿yo he hecho algo de lo que me siento culpable y la muerte de mi hijo es el castigo que recibo? ¿Lo han pensado ustedes así? Bueno, tengo noticias para ustedes, yo también pensé eso, pensé todas las supuestas causas. Hasta que un día me dije: evidentemente el que castiga debe ser un ser superior, omnipotente, pero ese ser superior, a su vez, tiene que tener un cierto grado de justicia para castigar, entonces si yo cometo algo por lo cual se me debe castigar, el castigo debe ser para mí, pero no puede ser que por un acto que yo cometa se me castigue a mí, a mi mujer, a mi hija, a mi suegra y a todos los parientes de Nicolás, porque eso sería absolutamente injusto. Entonces me dije: si se me tiene que castigar a mí me quedaría mudo, sordo, rengo o me moriría, pero el castigo tiene que ser personal, no puede ser general.

Padre: *Por ejemplo, Pablo, antes de irse a surfear me dijo: mami, ¿qué hago, voy o no voy? Yo le dije: Pablo, andá, así te despejás un poco, estás trabajando mucho... Hoy me invade la culpa y cuando algunos de mis hijos me preguntan: “mami, ¿qué hago, voy o me quedo?” Yo me callo... “hagan lo que les parezca”. Ya ni siquiera sugiero cosas porque no quiero tener que enfrentarme nuevamente a esa situación.*

Renacer: Nicolás partió en un accidente de moto y durante un tiempo me reproché

mucho haberle comprado la moto. Un día fuimos a visitar a un matrimonio que había perdido un hijo, cosa que hacíamos todos los sábados, por la mañana durante un tiempo, porque nos hacía sentir muy bien y la señora nos dijo: acá a la vuelta, hay una mamá que perdió un hijo y está muy mal, ¿por qué no van a visitarla? Fuimos y la mamá se puso a hablar y en un momento nos dijo: “Si yo lo hubiera dejado salir con la moto, mi hijo no se hubiera muerto”. Y yo le respondí: “¿Cómo es eso?”. Y me dijo: “Mi hijo todos los días después de almorzar salía a dar una vuelta con su moto y ese día discutimos, nos enojamos, y yo, en penitencia, le dije: hoy vos no usás la moto. Se sentó en el zaguán, pasaron unos amigos con un auto, lo invitaron a dar una vuelta, tuvieron un accidente y el único que murió fue mi hijo”. La mujer agregó: “Si yo le hubiera dado la moto, mi hijo no estaría muerto”.

Y ahí, frente a esa mujer doliente, estaba yo que pensaba que si yo no le hubiera dado la moto a mi hijo Nicolás no estaría muerto... Entonces, ¿quién tenía razón?

Las cosas suceden porque tienen que suceder.

Sobre los miedos

Padres: *¿Cómo hacer para no demostrar el miedo y transmitírselo a los hijos que quedan para no limitarlos cuando salen? Lo único que temo es que me vuelva a pasar.*

Perdimos a Valeria de 8 años. En nuestra casa tenemos miedo de nombrarla porque nos da mucho dolor pronunciar su nombre.

Renacer: Los miedos son un sentimiento muy fuerte después de la partida de los hijos que tenemos que aprender a manejar. Nos surgen de todo tipo, miedo a que les pase algo a los hijos que nos quedan, miedo de los hermanos a que les pase algo a los padres. Miedo cuando nos enfrentamos a la posibilidad de nuestra propia muerte o la muerte de los seres que nos rodean.

Muchas veces hemos visto a lo largo de estos años que el miedo de los padres se relaciona directamente con la causa de la muerte del hijo o de los hijos, si fue un accidente, tienen miedo de que los chicos estén en la ruta, si es una enfermedad van a tener miedo a cualquier resfrío que el hijo o la hija tengan y si es por violencia van a tener miedo de que salgan a la puerta de la calle, y si es suicidio van a tener miedo si otro hijo tiene algún síntoma de que ese día no se siente bien anímicamente. Entonces, los miedos están relacionados, muchas veces, con la causa de la partida de los hijos, estemos atentos a esto, que si bien puede ser así no necesariamente va a serlo en todos los casos. Pero es

normal, es natural tenerlos, pero no podemos dejar que ese miedo se convierta en el que maneje mi vida.

Yo manejo mi vida, al miedo lo llevo de copiloto y lo iré manejando hasta que vaya perdiendo importancia y mientras tanto hago cosas con sentido en mi vida. Debemos ocuparnos de cosas significativas y esos miedos irán perdiendo importancia y nos van a permitir vivir.

No se puede vivir sin miedos; la diferencia estriba en qué es lo que yo hago con ellos. El coraje no reside en no tener miedo, si una persona no tiene miedo de andar en una carretera a una velocidad de 250 kilómetros por hora, no es valiente, es inconsciente. El coraje radica, precisamente, en poder vivir con los miedos.

Nicolás partió en un accidente de moto un viernes a la noche y el domingo, a la hora de siesta, una amiga suya vino a buscar a nuestra hija Luciana en una moto; nosotros nos miramos y yo pensé: “Si yo le digo que no, va a ser un largo camino de tormento, de suplicio y de miedos del cual no vamos a poder salir nunca más”. Y entonces le dije: “Andá nomás”.

Cuando ella se fue a vivir a otra ciudad, no le dimos teléfono, ¿por qué? Para no estar llamándola todos los días y arruinarle la vida, porque los miedos estaban, pero no queríamos que nuestros miedos destruyeran a otra persona. Eran nuestros, no teníamos por qué transmitirlos a ella. Es una actitud trascendente, renunciar a sentimientos nuestros para no lastimar a otra persona, es un sacrificio que dos padres hacen por un hijo.

Sobre las relaciones sexuales luego de la pérdida

El tema de la vida sexual de la pareja es sumamente importante. Es necesario tener una infinita paciencia por ambos integrantes. No decimos padres porque hay muchas parejas en la que sólo uno de ellos sufre la pérdida del hijo, (quizás el hijo es producto de un matrimonio anterior) con lo que nos encontramos de entrada con experiencias muy disímiles. Insertos en el sufrimiento es necesario basar este encuentro en el amor y la paciencia; la madre, sobre todo, va a tardar en regresar a una relación sexual más que el padre, esto se da en líneas generales aunque pueda haber excepciones. En general es el hombre el que tiene que tratar de tener mucha paciencia, mucho cariño, demostrar todo el afecto posible, todas las atenciones posibles hacia esa madre. Y viceversa, ya que se da el caso opuesto.

Debemos recordar que nuestros hijos nacieron del encuentro amoroso y sexual de sus

padres por lo tanto, papás: gánense nuevamente a la mamá, tengan paciencia, no se enojen, no pongan barreras prematuramente porque ellas no quieren saber nada más durante ese tiempo pues está dentro de lo normal. El comienzo va a ser así y puede durar un tiempo.

Al principio puede ser que se haga a desgano, pero tiene que primar el amor, deben saber que lo tienen que hacer en algún momento. Hemos dicho que luego de perder un hijo hay una primera vez para todo y también para volver a tener una relación sexual, y este es un tema en el que nos extendemos dada la importancia del mismo. Hay una madre que una vez nos dijo, en medio de lágrimas: “Veníamos del cementerio y mi marido me propuso tener relaciones”. Para ese padre tener la máxima intimidad con su esposa, a la que ama tanto, a la madre de ese hijo que acababan de perder, era una manera de reafirmar la vida. Bueno, le dijimos, no seas tan exagerado, ni de un lado ni del otro... mucha paciencia y mucho amor, porque está todo bien, tarde o temprano todo vuelve a acomodarse.

Sobre el futuro

Padre: *¿Cómo podemos hacer para seguir viviendo de la mejor manera posible?*

Renacer: Les vamos a dar un ejemplo, que muchos lo conocen, que grafica la situación del hombre frente al destino, en este caso específico, por supuesto, después de la muerte de un hijo.

El hombre transita por la vida como una balanza, en la que en un platillo tiene las cosas que el destino le entrega y en el otro platillo están las cosas que el hombre le entrega a la vida. En síntesis, en un lado lo que el hombre recibe y del otro lado lo que el hombre devuelve a la vida.

Cuando muere un hijo, cuando muere un hermano, cuando muere un ser muy querido, el platillo de lo que el hombre recibe de la vida se torna muy pesado y nos inclinamos para ese lado y si pretendemos seguir caminando de esta manera, nos quedaremos torcidos y eventualmente quebrados y así caminaremos por la vida.

Para volver a caminar derecho por la vida, tenemos una sola opción porque no se puede quitar lo que la vida nos deparó, la única solución para llegar al equilibrio es poner peso en el otro platillo, es decir, donde están las cosas que nosotros devolvemos a la vida.

Pero las cosas que tienen mayor peso, las cosas que el hombre puede devolver a la vida, son las cosas valiosas. No tienen peso las lágrimas, los llantos, las broncas, los

enajos, solamente las cosas buenas, valiosas, que el hombre devuelve a la vida, hacen que ese platillo comience a tener más peso y cuando ese platillo tenga suficiente peso, la vida del hombre vuelve a balancearse y vuelve a caminar erguido, con la frente alta.

Entonces, para volver a caminar derecho, luego de perder un hijo, lo que importa es lo que devolvemos a la vida, es lo que hace que los platillos se equilibren, no es lo que ponemos en el otro, pues cada vez que ponemos algo en el otro (lágrimas, llanto, bronca, enojo, aislamiento) nos inclinamos más.

Lo que hacemos los padres cuando nos juntamos, para ver qué cosas podemos hacer por nuestros hijos, lo que estamos haciendo es forjando, desde hace muchos años, la memoria colectiva de nuestros hijos.

No una memoria colectiva de revancha, no una memoria colectiva de odio o de dolor, sino una de las pocas memorias colectivas basada pura y únicamente en el amor que existe en la historia de la humanidad, porque la mayoría de las memorias colectivas son memorias reivindicatorias, son muy pocas las memorias colectivas, inspiradas y cultivadas en el amor.

Ustedes pueden pensar la memoria colectiva como un hermoso jardín lleno de flores y de las plantas más hermosas, y cada uno de nosotros va a plantar en ese jardín un árbol, una flor o una planta en memoria y recuerdo de su hijo; habrá padres que planten una ortiga, pero habrá otros que planten una rosa o un jazmín y una vez más la decisión será nuestra, no tendrá nada que ver nuestro hijo, seremos nosotros los responsables de la belleza o el marchitarse de ese jardín.

Podemos agregar aquí que no debemos subestimar nunca lo que cada uno de nosotros puede hacer por el cambio en el lugar donde vive. Dice Elisabeth Lukas que el hombre es la única criatura del universo de la creación que es capaz de cambiarse a sí mismo, porque tiene conciencia de sí mismo, y en ese proceso de cambio interior puede también tener un impacto positivo, contagioso, en la comunidad en la que vive.

Entonces, nunca digamos “está todo perdido, no hay esperanza, todo está tan difícil... hay tanta violencia”, digamos que en cada uno de nosotros está la semilla que debe germinar y ser regada cada día, la semilla de la comprensión, de la solidaridad, del abrazo fraterno, del olvidarme de mí para pensar en el otro, para pensar en el bien común.

De esa manera, muy de a poquito, podemos lograr cambios perdurables, ya no sólo en nosotros mismos, sino a través de esta actitud, en la comunidad en la que vivimos.

Así, como decía un maestro oriental, si cada uno barre su vereda, finalmente, la ciudad estará limpia, finalmente el mundo estará limpio; hagamos nuestra contribución que no es poco. Cada uno de nosotros es un ser único e irrepetible, como dice Viktor Frankl, y

somos capaces de mucho.

¡Hay tanto para hacer y tanto para dar!

A través de una tragedia, como la que nos tocó vivir, ¿cómo no dar lo mejor de nosotros? para hacer de este lugar donde hay niños, como los que vemos aquí, que tienen que vivir su vida, hacer de este mundo un mejor mundo, para hacer de esta una vida rica, amorosa y solidaria.

Padre: *En el encuentro en Montevideo del año 2001 a mí, que me faltaba mucho por caminar y me sigue faltando, pero estoy con la cabeza en alto, recuerdo cuando dieron el ejemplo del edificio en llamas y me preguntaron si me quedaban más hijos y nos dijeron mirando a Natalia, te puede volver a pasar, eso no te tiene que asustar, pues no es lo único que te va a pasar en la vida. La vida sigue y eso me quedó muy presente.*

Renacer: Esa es una anécdota que Elisabeth Lukas incluye en su libro *Psicología Espiritual*, un libro hermoso que les recomendamos.

Elisabeth Lukas cuenta que una familia está durmiendo y la casa en la que están durmiendo comienza a incendiarse. El papá se despierta cuando ya está muy avanzado el fuego y el humo. La madre logra rescatar a un niño, el papá a otro niño y salen corriendo. Pero al llegar a la calle se dan cuenta de que queda un niño más que estaba durmiendo en el primer piso.

Cuando el niño se despierta se asoma a la ventana. El papá quiere entrar a la casa pero no puede porque las llamas ya han cubierto el edificio completamente y entonces se dan cuenta de que la única salida para el niño es saltar y que el papá lo reciba en sus brazos. Pero el niño estaba envuelto en humo que no le permitía ver. El papá le dice: “¡Saltá, hijo, saltá, yo te sostengo, yo te recibo!”. Y el niño responde: “No puedo, papá, no te veo”. Y el papá insiste: “No importa, yo te veo, saltá, yo te recibo”.

Aquí dejamos por un instante detenido el relato y vamos a ver qué semejanza encontramos en este relato con los grupos Renacer y con lo que nos pasa. Perdemos un hijo y nos encontramos inmersos entre las emociones, las llamas, y el humo de los sentimientos encontrados que suben y que bajan, que van, que vienen: un día me siento horrible y me quiero morir y al otro día tengo ganas de vivir, y al otro día me parece que es una locura.

Estoy en ese mar de sentimientos y emociones encontrados y no me animo a dar el salto a la liberación, a la libertad, pero ahí están los papás de Renacer que dicen saltá, y yo digo no puedo, porque siento esto y siento aquello, y voy a esperar a estar mejor, pero mientras tanto, las llamas me consumen, el humo no me deja respirar y puedo morir

ahogado.

Entonces, ¿qué tengo que hacer? Saltar hacia los brazos del papá que me está esperando, un salto de fe, porque él sí me puede ver y él me puede enseñar a saltar hacia mi libertad, a mi libertad interior por encima de mis emociones que, en ese momento me la niegan.

Hay también una anécdota que le contábamos a Luciana, nuestra hija, cuando era más chica, una anécdota de un filósofo cristiano dinamarqués, Søren Kierkegaard, a quien le preguntaron un día ¿por qué cree, por qué tiene fe? Y él respondió: “porque mi padre me lo dijo”.

Sí, podemos sonreír ante esa respuesta, pero en la vida hay que creer en una persona, en algo o alguien en que apoyarse.

Sobre el sufrimiento

Padre: *Ustedes no hablan de dolor o duelo, sino sobre el sufrimiento, ¿por qué?*

Renacer: Primero porque Renacer se creó como una alternativa al duelo por la muerte de un hijo. Cuando trabajamos en un grupo tratamos de hacerlo con aquello que es universal para los integrantes. Por esa razón decimos que nos reunimos independientemente de la edad y causa de la partida de nuestros hijos. Tratar de resolver y/o detenernos en los problemas de cada uno en una reunión es imposible, pero existe algo que es común a todos los padres y es el sufrimiento y sobre el mismo y las múltiples maneras individuales de trascenderlo es donde se pone énfasis en la tarea grupal.

Sobre las fechas especiales

Padre: *Hay fechas especiales que son muy difíciles, ¿cómo pasarlas?*

Renacer: Normalmente estamos rodeados de fechas especiales en nuestra vida, fechas que luego de la muerte de un hijo adquieren características aún más especiales y, por lo general, adquieren un rasgo ominoso, tanto en el carácter anticipatorio como real de las mismas. Así, por ejemplo, los cumpleaños de ese hijo, de los padres y hermanos, los días de la madre y del padre y los festejos de fin de año son fechas particularmente difíciles de enfrentar durante los primeros tiempos.

Esta problemática merece más de una respuesta: la primera es que si no enfrentamos estas situaciones cuando se presentan por vez primera, cada año en que se sucedan volverá a ser la primera vez, por lo que el mejor consejo es apurar dicho trago amargo de entrada lo que permite enfrentar las sucesivas ocasiones de una mejor manera. Esta actitud es compartida por la gran mayoría de los padres.

Otra respuesta, que creemos es de mayor valor, está dada por una nueva realidad que se hace presente al morir un hijo. Ya hemos mencionado que cambiamos para siempre, que es imposible volver a ser la misma persona. Cuando un hijo muere toda nuestra vida se da vuelta, es como sacarse un guante de cirujano de la mano; no se lo puede quitar por los dedos hay que darlo vuelta de manera tal que lo que estaba afuera queda adentro y viceversa. Así ocurre con nuestra vida. Antes aspirábamos a ver la vida a través de los ojos de nuestros hijos y ahora nosotros debemos mostrar a nuestros hijos la vida a través de nuestros ojos. Así, por ejemplo, en el día de mi cumpleaños ahora soy yo quien debo hacer un regalo a ese hijo y lo único que tengo para hacerlo es mi propia vida y la manera en que vivo ese día. Si lo paso llorando, ese es entonces mi regalo, como lo es el pasar el día de la mejor manera posible.

Un papá que es chofer de micros en el día del cumpleaños de su hijo preparaba bolsitas con caramelos y las regalaba a los chicos que subían al ómnibus; unas mamás tejen ropitas para recién nacidos y en las fechas que son especiales para ellas las llevan a hospitales de zonas carenciadas para que ese día tan especial algunos niños vengan al mundo en mejores condiciones. Estos y tantos otros que hemos visto son una demostración más de que el sufrimiento se resuelve a través del servicio.

Sobre los hermanos

Padre: *¿Podrían comentar sobre los hermanos, qué pasa con ellos?*

Renacer: Los hermanos merecen un capítulo aparte. En Renacer, desde muy temprano, supimos lo difícil de su situación; enfrentarse a la muerte de un hermano, al dolor de los padres, la interrupción de su vida y su concepto de “hogar”, ese lugar en el mundo donde podían sentirse seguros, a salvo.

Cargar con la responsabilidad de “ser fuertes” por sus padres, lo que en muchos casos significa para ellos no poder demostrar lo que sienten, la imposibilidad de expresar su vivencia sobre lo ocurrido. Y además, sentirse en parte responsables por la recuperación y bienestar de sus padres.

Ya no tienen un lugar en su grupo de amigos. Todo cambió en sus vidas, por lo tanto también lo hicieron sus intereses, gustos y, sobre todo, sus estados de ánimo. Los jóvenes sólo tienen un tiempo de acompañamiento de sus amigos más cercanos, pero ellos, aunque tratan, no logran comprender la magnitud de lo acontecido a ese otro joven, adolescente, que hasta unos días atrás, era uno más. Llega el momento en que el chico debe elegir entre pertenecer, esto es, ocultar sus sentimientos a sus amigos haciendo de cuenta que “ya está todo superado”, o contemplar cómo sus amigos se van alejando de a poco hasta quedarse solo.

Por ello fue que decidimos recibir a todo el grupo familiar en las reuniones, nos dábamos cuenta, intuitivamente, de que todos sufrían al máximo de su capacidad en ese momento y por lo tanto todos podían, si así lo deseaban, formar parte de esta búsqueda de sentido en lo vivido, cada uno el suyo, ya que nada se impone. El iniciar este camino de regreso a la vida, pero a una vida nueva, diferente, con otros desafíos y valores, era una experiencia que probó ser de gran utilidad para todo el grupo familiar.

El aporte de los hermanos resultó invaluable, lograba y logra aún, en cada reunión, ayudar a recapacitar a los padres, no sólo a los propios de cada chico, sino a todos los que se hallan presentes en esos momentos. Muchos fueron los padres que se acercaron a Renacer luego de años de la partida del hijo, al darse cuenta de que ya no querían seguir viviendo como lo hacían, con el dolor como única manera de ser en el mundo. Muchos confesaban que alguno de sus otros hijos les había reclamado duramente por la indiferencia que ellos demostraban frente a cualquier acontecimiento u objeto de celebración del que estos hijos eran protagonistas, ante el que los padres no demostraban la alegría o aprobación esperada.

Les reclamaban estar “hartos” de su actitud. O simplemente estos padres veían cómo los hijos que quedaban se iban alejando sin que ellos se sintieran capaces, o sin saber cómo retenerlos.

Algunos de estos testimonios de los hermanos fueron compartidos personalmente en las reuniones de grupo o por carta o mails con padres de Renacer. Otros fueron vertidos años después de la muerte del hermano, luego que descubrían a Renacer y participaban de sus reuniones. Y también están incluidos aquellos con pérdidas más recientes.

“No logro entender lo que pasó, por qué a él.”

“No sé qué hacer, ¿alguna vez mi casa volverá a ser la misma? ¿Mis padres volverán a ser los mismos?”

“Todos me decían que tenía que ser fuerte por mis padres, yo no sabía cómo, si yo misma estaba destrozada. Comencé a sentirme responsable del bienestar de mis padres.

De mí dependía ahora que ellos se recuperaran, que ellos estuvieran bien.”

“Sin darme cuenta traté de ocupar el lugar de mi hermano, pienso que para que no se notara tanto su ausencia.”

“Por mucho tiempo culpé a mi hermana, porque al morir me dejaba un vacío inmenso y unos padres tristes que yo ya no reconocía y me sentía aún más culpable por tener estos sentimientos.”

“Cuando me enojaba con mi hermano le decía que ojalá se muriera, después de que sucedió pensé que yo era responsable de su muerte.”

“Mi hermano era mayor que yo, era mi héroe, lo imitaba en todo, cuando se fue me sentí desprotegido, perdido.”

“Yo les dije a mis padres: ustedes tenían una vida antes de mi hermano, yo no, él ya estaba aquí cuando yo llegué al mundo, yo no sé lo que es una vida donde él no esté.”

“Mi hermano era menor que yo, cuando murió me sentí responsable por no haberlo cuidado mejor.”

“Me sentí muy solo por mucho tiempo. No tenía con quién hablar de lo que me pasaba, mis amigos, aunque trataban, no me entendían, no quería entristecer más aún a mis padres y en la familia cada uno hacía lo que podía.”

“Me cerré completamente y hacía como que no había pasado nada.”

Respuestas a interrogantes de los hermanos

A menudo los padres nos creemos dueños del dolor y no advertimos el sufrimiento de los que nos rodean. La experiencia de los hermanos es sumamente valiosa, el enriquecimiento por parte de todo el grupo familiar cuando se comprende cómo vive cada uno esta experiencia límite, ayuda enormemente a salvar los obstáculos para lograr una comunicación fluida entre sus miembros. De esta manera se hace más suave llevar adelante esta nueva vida que se les presenta, más enteros, con más fuerzas y un poco más sabios.

Cada uno de nosotros es único e irrepetible, así también lo son ustedes, los hermanos. Cada uno tiene su lugar en el corazón de sus padres y en la vida. Nadie reemplaza a nadie. Traten de comunicarse con sus padres, no deben cerrarse pensando que los entristecen más aún, es importante para ellos y para todo el grupo familiar saber lo que hay en el corazón de cada uno.

Apoyarse y amarse en estos duros momentos hará que la comprensión de esta realidad

que hoy les toca enfrentar y el descubrir el sentido que yace latente en la tragedia, sea una empresa posible.

Si bien tu vida ha cambiado brutalmente, de manera inesperada e importante, debes seguir haciendo aquello que es necesario, estudiar o trabajar, o que sientas deseos de hacer, reunirse con tus amigos o escuchar música, salir, no está mal que lo hagas, es parte de la vida de la que aún formas parte. Seguramente es lo que tu hermano querría.

Si invertimos la situación, porque nos has dicho que en tu mente lo has recreado más de una vez, si hubieras partido tú, ¿qué querrías de tu familia? ¿Cómo desearías verlos?, ¿Cómo desearías que fuera su vida?

CARTA DE UN HERMANO

¡Tantas cosas para decirles! Mi hermana murió hace 7 años, ella era mayor, yo era adolescente. Me veía muy reflejada en ella, era mi modelo a seguir, escuchaba mis problemas e inquietudes con paciencia, me apoyaba y aconsejaba. Y de repente la perdí. ¡Y me sentí tan sola!

Todos me decían que debía ser fuerte por mis padres, que hiciera el esfuerzo. “No llores delante de tus viejos”. Y fueron palabras muy fuertes, que hasta hace poco me aturdían. Y crecí con esa “mochilita” de ser fuerte (no por voluntad propia) para ayudar a mis viejos.

Crecí sintiéndome responsable absoluta de su recuperación. Y sentí culpa, ¡Porque no mejoraban! Sentía que mi cabeza crecía mucho más rápido de lo que en realidad podía soportar.

Y sentí celos. Poderosamente fuertes, como por nadie vivo había sentido. ¡Estaba celosa de un muerto! Y qué culpable me sentía por esto. Sí, porque mis papás se habían ido con ella, y porque yo “no podía devolverles la vida a pesar de todo”.

En medio de la oscuridad, un día... Renacer. Junto a esto, todo un proceso de transformación: nuevas risas, esperanza, mayor comunicación, relaciones totalmente distintas para con nosotros (mis hermanas y yo), tanta paz...

Y yo también evolucioné con Renacer. ¡Me devolvieron a mis papás!

Me dieron la oportunidad de llorar juntos, por primera vez en 8 años, la partida de mi hermana. Y me sentí libre; con mucha paz y alivio. ¡Me devolví a mí misma la vida!

¿Cómo no estar agradecida? Si aprendimos a vivir de nuevo. Y a creer que la distancia hacia atrás es el recuerdo que vamos cambiando y embelleciendo en la memoria.

¿Cómo no sentir mi más fuerte admiración hacia este acto tan noble, como es el de honrar la vida?

Y en ese fin de semana que compartimos todos en mi ciudad, cuando un impulso y una emoción muy grande hizo que comunicara delante de todos los padres, la importancia de Renacer para los “hijos que quedan”, sentí una enorme felicidad, cuando uno de los padres presentes, que no pertenecía a Renacer pero que había perdido un hijo, dijo:... “tus palabras me hicieron bien. ¿Por qué no intentar en Renacer, no sólo por mí, sino por mis otros hijitos?”. Y allí comprendí el significado de las palabras servicio y compasión de las que tanto hablan en el grupo.

Sobre el suicidio

Padre: *Mi hijo de 15 años se quitó la vida, no logro entenderlo, parecía un muchacho*

sano y alegre. Me siento lleno de culpas y una basura.

Renacer: El suicidio es un interrogante que no tiene respuestas. Si las buscas en la medicina te dirán que seguramente estaba deprimido, pero esta respuesta no responde todos los interrogantes pues las estadísticas señalan que la depresión afecta a entre un 13 y un 18 por ciento de la población en Occidente y sólo una ínfima parte de esas personas se suicidan, de modo que debe de haber algo más. Si, en cambio, buscas respuesta en la filosofía, puedes encontrar algunas respuestas que te ayudarán. Por ejemplo, para Albert Camus, Premio Nobel de Literatura, la pregunta por el suicidio era la única pregunta válida de la filosofía. Personalmente creo que en gran número de casos la decisión que toman nuestros hijos es irreversible; si todos los suicidios fueran pasibles de prevención el mismo no existiría y, sin embargo, constituye la tercera causa de muerte juvenil en nuestro país. Ahora sólo podemos decirte que el inicio de la superación de tu tragedia reside en la aceptación y el respeto por la decisión de tu hijo.

Ha sido una decisión tomada en libertad y como tal debe ser respetada; no te gusta, estamos seguros, pero para respetar algo no es necesario que nos guste. Además debes darle permiso a tu hijo para que comience una nueva etapa en lo que Kübler-Ross llama el reino de la compasión total. Por último queremos decirte que el suicidio, asesinato, enfermedad, accidente, etcétera, no son más que el ropaje que se pone la muerte para venir de visita.

Capacitación para trabajar en grupos Renacer

Los grupos fueron formándose a partir de la voluntad y el esfuerzo de personas comunes, sin conocimientos médicos ni de psicología (lo que terminó siendo un plus) y, fundamentalmente, sin experiencia en el manejo de grupos ni participación previa en iniciativas similares. Por esto, resultaba muy fácil, en un principio, abrir un grupo. La dificultad residía en lograr su permanencia en el tiempo.

En Río Cuarto las reuniones eran coordinadas por una madre y un padre. En ocasiones, por tres personas. La tarea era rotativa e incluía a todos los que formaban parte del grupo, con excepción de los que se resistían. Siempre tratábamos de que se diera una suerte de flujo entre los aspectos testimoniales, ofrecidos naturalmente por los padres, en particular los más nuevos, y el aspecto trascendental, necesario para el cumplimiento de la tarea de ayudar a otros a encontrar sentido en la tragedia común.

Funcionamiento de los grupos

Las reuniones se llevan a cabo dos veces al mes con una concurrencia que oscila entre los 15 y los 40 integrantes. Duran un promedio de dos horas. Inmediatamente antes, existe un espacio físico y temporal en el que los padres se encuentran, charlan, reciben a los nuevos y los presentan con el resto de los asistentes, de manera amorosa y sin mayores formalismos. No es inusual que durante este breve lapso se vean sonrisas y expresiones de alegría que pueden desconcertar a los recién llegados, hasta que se dan cuenta de que es posible reír estando acompañado por pares en el sufrimiento. Luego de cada reunión, otro momento para tomar un café. Los padres que compartieron inquietudes similares pueden profundizar o, simplemente, es un buen instante para estrechar lazos de amistad.

El fenómeno primordial que acerca a una persona a un grupo de ayuda mutua es la decisión existencial de no continuar viviendo como hasta ese momento. Esto implica,

abierta o tácitamente, un anhelo de cambio. Por eso, el material presentado aquí, si bien sustentado en la experiencia de los grupos Renacer, es aplicable al funcionamiento de todo tipo de grupo de ayuda mutua.

Existen tres niveles en los cuales los grupos funcionan. Esto no significa grupos distintos, sino fases en diferentes momentos de una misma reunión, o en reuniones separadas. Existen, además, dos aspectos íntimamente relacionados que deben evaluarse por separado: por un lado, el nivel en que cada integrante se acomoda al ingresar, que varía de acuerdo al grado de significación que represente y de transformación interior que experimente en el tiempo, aunque es frecuente que en una misma reunión se oscile entre distintos niveles; por otro lado, la manera en que el grupo, como entidad real y verdadera de índole transubjetiva, se acomoda, expandiéndose o contrayéndose, a las necesidades de cada uno de sus integrantes.

Instancia previa a la reunión

Hay un momento previo a la reunión en sí, en que el padre es recibido por los miembros más antiguos. En ruedas informales se presentan y comparten lo que los llevó a acercarse al grupo. Allí nos enteraremos de sus nombres, del hijo que partió, si quedan otros hijos y la causa de la partida. Es un período que puede variar entre 15 y 30 minutos, dependiendo de los grupos, la cantidad de padres nuevos y del tiempo que se disponga en total. Es una instancia muy importante, porque permite un contacto muy personal entre dos o más padres, en el que se comparte un abrazo y se habla con confianza.

Este primer contacto de quienes recién ingresan influye en la actitud con que estos se predisponen para con la reunión. No debe subestimarse la importancia de darles una recepción cálida, con un abrazo acogedor que rompe las barreras, ni escucharlos por algunos instantes, ni mirarlos. Al mismo tiempo el papá más antiguo que los recibe, tiene la oportunidad de señalarles que ya no están solos, que son muchos en la misma situación. Los padres nuevos demuestran asombro, invariablemente, al ver que “somos tantos”. Eso desplaza de inmediato el énfasis del “por qué a mí” al “por qué a nosotros”, lo que elimina el estigma de unicidad en el dolor.

Maneras de acomodarse en el grupo

Nivel tradicional. Los padres pueden, o no, compartir sus vivencias (negativas en este momento). Es la etapa de lamento o, impropriamente llamada, de catarsis. Los años siguientes demostrarían que la mayoría de los grupos se quedan trabajando solamente con esta primera fase, que pasa a ser de elaboración de emociones y sentimientos y toma un sesgo psicologista centrado en el proceso de duelo. Pero no es eso para lo que Renacer fue creado.

En este nivel, la orientación tiende a los “grupos testimoniales”, en los que el lamento predomina y llega, incluso, a instalarse como algo continuo. Uno de los problemas que se presentan es que luego de que todos los testimonios se conocen tan bien que no queda ya nada por decir, se procede a la disolución del grupo. También es frecuente que los que sólo funcionan en este nivel se convierten en grupos de autoobservación y autorreflexión. Elisabeth Lukas dice al respecto: “De ningún otro modo aprendemos tanto de nosotros mismos como a través de la observación de nuestras intenciones, dado que nuestras intenciones sólo se reconocen en la mirada hacia algo... que no es yo mismo”. La misma especialista agrega: “De ningún otro modo sabemos tan poco de nosotros mismos que por la autoobservación y la autorreflexión... Junto con la observación de nuestras intenciones hay solamente la atención de lo (para nosotros y para el mundo) esencial, la ‘esencialidad de nuestra vida’”.

Cuando el grupo funciona en el nivel testimonial se ven la intensidad y la vigencia cultural de ciertos mitos relacionados con aspectos puntuales de la exteriorización del pesar por un destino trágico. Es común escuchar que una persona no debe reprimir su llanto u otras expresiones del profundo dolor experimentado. Se dice que si se lo reprime, se sufre por no poder exteriorizarlos. Si estas expresiones de pesar son, con ese criterio, fomentadas inadecuadamente, podemos llegar a los mencionados “estados de lamento continuo”.

Si nos remitimos al modelo antropológico frankliano es posible analizar el llanto y otras manifestaciones paralelas de pesar desde una doble perspectiva, desde la del sentido inherente a esas manifestaciones y desde la autotranscendencia propia del ser humano, que no se pierde ni aun en las más severas conmociones existenciales.

Sobre la primera, toda manifestación de pesar tiene sentido si es buena para la persona, para los que la rodean y para la vida misma. Entonces, habrá situaciones en las que el lamento adquiere sentido y otras en las que es absolutamente opuesto a él. Por ejemplo, si un padre encuentra a un hijo que está solo en su casa llorando la muerte de un hermano, puede ser muy importante que él también llore para compartir su sufrimiento y, al mismo tiempo, mostrar que el llanto no implica debilidad. Pero si ese mismo padre rompe en

llanto por la pérdida de su hijo cuando otros hijos están por salir con sus amigos e impide que estos puedan ir a divertirse, esa manifestación es contraria al sentido.

En el plano autotrascendente, debemos preguntarnos: ¿Es nocivo para una persona suprimir el llanto u otra manifestación de congoja para no apesadumbrar más aún a otra persona? Planteado desde otro ángulo: ¿Es beneficioso para otra u otras personas y para la vida el llanto y pesar indiscriminado de un tercero? Es correcto todo aquello que se haga o se deje de hacer con el objetivo de beneficiar a otra persona que sufre por una misma razón. En otras palabras, si se elige no llorar para no entristecer más a otra persona, si se sacrifica el propio dolor por el bienestar de otro, en la medida en que sea un acto de amor, no hay que preocuparse por haber evitado esa exteriorización de sentimientos.

Sobre el sacrificio

El autor italiano Cesare Pavese da en su diario, *El oficio de vivir*, una definición muy interesante del fenómeno de la ayuda mutua: “La aceptación del sufrimiento es, en sustancia, un modo de no sufrir. Por lo tanto... ¿Quién se sacrifica no lo hace para aliviar el sufrimiento de otro? Lo cual equivale a decir: que sufra yo con tal que no sufran los otros, está todo bien. ¿Y no sería la cosa más expeditiva si cada uno se ocupase de no sufrir él mismo? Pero precisamente el hallazgo de Dostoievski consiste en que dejamos de sufrir sólo aceptando el sufrimiento. Y, al parecer, sólo podemos aceptar el sufrimiento sacrificándonos”.

Las emociones y los sentimientos se subordinan, facultativamente, al sentido. Los “consejeros de duelo” no deben fomentar las manifestaciones emocionales de los seres sufrientes, sino orientarlos a la búsqueda del sentido inherente en cada situación, no importa cuán difícil o dolorosa sea.

Sin sacrificio ni autorrenuncia es imposible trascender sufrimiento alguno. Sacrificio es una palabra compuesta de origen latino: *sacrum facere*, que significa hacerse sagrado, lo que equivale a ganarse el respeto de la vida, de aquello que nos trasciende. En términos del filósofo alemán Max Scheler, es una supresión definitiva de bienes o placer que no puede volver a presentarse bajo otra forma. Además, el sacrificio siempre tiene intencionalidad. Se produce por algo o por alguien.

Cuando una persona se sacrifica por otra, su acción debe ser analizada desde una doble perspectiva: desde la del que realiza el sacrificio y desde la del otro por quien se efectuó. Es más meritorio el primero. Si Lao-Tse, uno de los filósofos más relevantes de la cultura

china, decía que haber cumplido una tarea significaba ser eterno, haber realizado un sacrificio por otro ser humano representa también ser sagrado. El receptor cuenta a su favor con la posibilidad de redención que el tiempo y su propia maduración espiritual le otorgan para comprender ese hecho como lo que siempre fue, lo que implica un proceso de transformación interior, con lo que la intencionalidad original del sacrificio se cumple y adquiere toda su grandeza para ambos, emisor y receptor.

Si examinamos a su vez la transformación interior del receptor desde la perspectiva de lo que Frankl llama la tríada trágica del hombre, es decir el sufrimiento, la culpa y la muerte, y la respectiva resolución de cada uno de estos componentes, se comprende que el sufrimiento se trasciende a través del servicio, la culpa a través del cambio (“Sabrás que el cielo te perdonó cuando ya no seas la misma persona”) y el conocimiento de la muerte y su aparecer sin aviso nos hacen aprovechar nuestro tiempo con sentido. En el supremo sacrificio por otra persona, el que implica la muerte, se descubre, como si se corriera un velo, que en él yace la respuesta máxima a los componentes de esa tríada: el que ofrece su vida como servicio al que sufre y lo transforma a través de su muerte.

El significado cabal de esto se nos hizo comprensible durante uno de los tantos encuentros con padres que habían perdido hijos, en una pequeña zona rural de nuestro país. Estábamos tratando de transmitir a los presentes el concepto de sacrificio, su valor y el hecho de que algunos padres habían sido capaces de sacrificar su propio sufrimiento en homenaje a esos hijos. Era evidente, por la mirada de los oyentes, que el mensaje no llegaba como era deseado, por lo que se hizo necesario recurrir a una situación de la vida real que capturara su atención.

Les contamos acerca de una madre de mellizos de 12 años. Uno de ellos perfectamente saludable, deportista, siempre activo. El otro, víctima de una enfermedad que lo dejó con severa debilidad en ambas piernas. La madre había traído a este niño para una consulta neuroquirúrgica. Al darse cuenta de que no quedaba nada por hacer, la conversación se orientó hacia el sufrimiento. Ella lamentaba enormemente que su hijo no pudiera ser como el otro. Pero casi sin intención, se encontró hablando de los “logros” de ese hijo: “Es tan determinado, tan voluntarioso, tan esforzado en hacer sus cosas”, dijo. “No quiere que lo lleve a la escuela, aun cuando debe dejar la casa mucho antes”, agregó. En su voz se reflejaba una forma de afecto especial que hizo que el médico exclamara: “¡Pero usted ama por igual a sus dos hijos!”. La mujer lo miró, pero fue como si en realidad estuviese dirigiéndose a la vida: “Sí, pero él se ha ganado también un respeto especial”, explicó. El doctor le cuestionó qué lo hacía distinto de su otro hijo. Sus ojos se empañaron de emoción y respondió: “Los amo a ambos, y profundamente, pero todo es tanto más difícil

para él y nunca se queja ni abandona, aun cuando todos los días hace un gran sacrificio. Verdaderamente merece mi respeto”.

Una de las madres, en la primera fila del auditorio, asintió. En su rostro se reflejó una hermosa sonrisa. Luego, preguntó: “¿Entonces Dios mira con respeto a los que sufren?”. La respuesta llegó también como interrogante: “¿Bajo qué condiciones?”. La mujer pensó por un momento. Su sonrisa se hizo más amplia y segura. Respondió: “En la medida en que nunca bajemos los brazos, en que estemos siempre dispuestos a hacer ese sacrificio que la vida nos requiere”.

Sacrum Facere. Hacernos merecedores al respeto de lo que nos trasciende, por el solo hecho de asumir responsablemente la última y más grande de las libertades del hombre: elegir la actitud con la que se enfrenta un destino del que no se puede escapar.

Sobre el habla en los grupos

El filósofo y escritor Emmanuel Lévinas, en su libro *Ética e infinito*, diferencia entre el decir y lo dicho, en el ámbito de su permanente inquietud por el rostro del otro. Esta distinción tiene un profundo significado práctico en los grupos de ayuda mutua, particularmente en instancias en que el lamento forma parte de la estructura de funcionamiento o es fomentado por desconocimiento de quienes lo coordinan: “Pero el decir es el hecho de que ante el rostro yo no me quedo ahí a contemplarlo sin más: le respondo: el decir es una manera de saludar al otro, pero saludar al otro es ya responder de él. Es difícil callarse en presencia de alguien; esta dificultad tiene su fundamento último en esa significación propia del decir... pero hablar, responderle a él y ya responder de él”, explica Lévinas.

El rol de quienes coordinan un grupo en lo referido al fomento del lamento es notable y, lamentablemente, poco reconocido. Una simple pregunta hecha para iniciar una reunión puede desmoronarla por completo hasta convertirla en “un llloratorio”. Por ejemplo, cuando un coordinador arranca con un: “¿Cómo te sentís?”. Esta pregunta, con frecuencia, obtiene como respuesta un lamento, con un marcado efecto dominó concomitante, a menos que el coordinador haya elegido una persona que está muy bien, para que pueda responder en un tono optimista, algo muy difícil cuando los grupos son jóvenes o recién inician su tarea. El marcado tono de lamento que impera en algunos grupos es una de las principales razones para el abandono por parte de sus integrantes.

Los integrantes de un grupo deben hablar para aquellos cuyo dolor los reclama. Desde

el punto de vista de Lévinas, el puro lamento, con su implícito egocentrismo, equivale a lo radicalmente opuesto al concepto de ayuda mutua. Si recordamos que para este filósofo la justicia es aquello que modera el privilegio del otro, en nuestro caso principalmente en el uso del tiempo en el grupo, nos adentramos, entonces, en la noción de justicia como atributo esencial de los grupos de ayuda mutua y nos alejamos de la psicología como sustento cada vez con mayor firmeza. En la psicología profunda, detrás de cada palabra hay algo oculto que desenmascarar. En la ayuda mutua, delante de cada palabra hay un otro a quien ayudar.

Nuestra postura no significa que el lamento deba ser eliminado sino que no debe ser fomentado innecesariamente y el discurso, en lo posible, necesita orientarse hacia la derreflexión. Para algunos, “catarsis” significa dar curso a los sentimientos. Para otros, dejar que las emociones afloren y que puedan expresarse libremente, especialmente el enojo, el odio y la bronca. En la antigua Grecia significaba una experiencia interior purificadora. En nuestra experiencia jamás hemos visto que un padre se recupere o progrese hacia su recuperación mediante la llamada catarsis, llevada a cabo por algunos grupos con fuerte orientación emotivista.

En cambio, vimos cómo la fuerza del amor, la indefensión y la paz reinante en las reuniones del grupo hacen inútiles la cólera, la bronca y el odio, dado que con el tiempo las personas aprenden a desapegarse no sólo de sus emociones, sino de las de los demás, no en el sentido de no preocuparse con dicho sufrimiento, sino de no identificarse con él. El maestro espiritual indio Jiddu Krishnamurti relata algunas de sus experiencias con animales salvajes (citado en el libro *Diálogos con científicos y sabios*, de Renée Weber): “En una ocasión, mientras practicaba yoga en una cabaña en las montañas de la India, un gran ejemplar de mono, temido por su fiereza, amenazó entrar por la ventana. Le tomé una pata con la mano y la retuve por un momento para luego decirle, en voz alta: ‘Viejo amigo, puedes ver que esta cabaña es muy pequeña para los dos, así que no puedes entrar’, tras lo cual, el mono se fue”. Relató luego la anécdota del tigre salvaje que se sentó, pacíficamente, tan cerca suyo que pudo haberlo atacado. Como es su costumbre, no saca conclusiones: sus historias parecen implicar que hasta las fieras más salvajes sienten la indefensión de una persona realmente pacífica y deponen así su agresividad y violencia.

En las instancias en que prevalece el lamento, predomina también el egoísmo de algunos participantes que adquieren un protagonismo inusitado en una reunión, mientras que otros se sienten apabullados y dejados de lado, creando situaciones de difícil manejo e injustas, como afirma Lévinas.

Una tipología que no contribuye a los grupos es la del “larguero”: el padre que comienza a hablar, no termina nunca y cuenta hasta lo que compra en el almacén. De todas formas, logramos hacer útil incluso esta experiencia: es una gran oportunidad para mostrar al resto lo que ocurre cuando se extiende en demasía y quita tiempo a los otros padres. También, nos permite demostrar que el testimonio puede agotarse en sí mismo, mientras que si se trabaja en el nivel existencial, tratando de evaluar las posibilidades de cada uno a realizar en esta nueva etapa, las posibilidades de una reunión son infinitas, lo que, además de evitar el tedio de las repeticiones, permite a quienes se acercan por primera vez darse cuenta de que se abren nuevos horizontes y que es posible hallar sentido aún en lo que parece la más absurda de todas las tragedias.

Sobre la hiperreflexión

Platón habla despectivamente de Heródico, “que no hizo otra cosa que vivir una muerte prolongada. Como su enfermedad era mortal y no podía curarla enteramente, se obstinó en seguirla paso a paso, despreciando todo lo demás para consagrar a ella su atención, y siempre estaba devorado por la inquietud, a poco que se separara de su régimen; de suerte que a fuerza de arte y cuidado, llegó a la vejez, arrastrando una vida moribunda”.

El texto, citado en *Los grandes filósofos* de Jaspers, parece ser un claro caso de hiperreflexión, quizás uno de los primeros en ser descriptos. El concepto habla de un continuo reflexionar del hombre sobre sus propios problemas. Dicho de otra manera, el hecho de hacer una montaña de un grano de arroz.

Marcel Proust, en *En busca del tiempo perdido. Por el camino de Swann*, nos dice de una tía suya que vivía con su familia: “Además, en aquella absoluta inercia en que vivía, atribuía a sus mínimas sensaciones una importancia extraordinaria, dotándolas de una tal movilidad, que era imposible que las retuviera dentro de sí; y a falta de confidente a quién comunicárselas se las anunciaba a sí misma, en un perpetuo monólogo, que era su única forma de actividad”. Aquí es posible anticipar cómo, en medio del sufrimiento y ante la ausencia de proyectos, sólo queda el refugio en las experiencias ya vividas, dolorosas en nuestro caso, lo que da origen a cuadros de intensa hiperreflexión.

No importa la dimensión de una preocupación. La continua elaboración de ese problema lo magnifica de tal forma que el peso termina por destruir psicológicamente a la persona.

El coordinador debe evitar que predomine el lamento. Por lo general, no se invita a

hablar a un padre recién llegado apenas comenzada la reunión. Se inicia de acuerdo con lo que los coordinadores de cada grupo perciben o intuyen que es adecuado. Una forma es con una introducción más o menos breve, en la que se presenta a los recién llegados y se les cuenta de una manera informal y personal, siempre diferente, sobre Renacer. A veces es oportuno invitar a hablar a un padre que hace muy pocas reuniones que asiste, en particular si se nota su semblante calmo o porque ya manifestó que la reunión anterior lo ayudó mucho. Esto marca un comienzo positivo y, si queda claro que su ingreso al grupo fue reciente, se convierte en una esperanza inmediata para el padre nuevo.

Los recién llegados tendrán su oportunidad de compartir lo que deseen, entremezclados con otros testimonios que suscitarán temas de reflexión. La instancia de lamento quedará así incluida en la de esclarecimiento y plan de vida, pasándose del plano testimonial al existencial, necesario para la trascendencia y el crecimiento interior de los integrantes.

Sobre la derreflexión

El objetivo de la derreflexión es dirigir la atención de los integrantes hacia otros hechos o aspectos de su vida que pueden ser tan importantes, tan significativos y tan positivos que permitan comenzar gradualmente a trascender su particular situación con el resultado que, luego de un tiempo más o menos corto, obviamente muy individual, se encuentre pensando cada vez menos en él y su propio sufrimiento, hasta poder colocarlo en la perspectiva adecuada merced a la cual pueda recordar con dulzura y nostalgia mientras comienza a incluir a otros en sus proyectos.

Sara, una mamá que lloraba un hijo muerto, daba vueltas sobre una misma frase: “Mi vida no tiene más sentido, me quiero matar, no quiero vivir, no me importan los otros hijos, ellos se cuidarán, son grandes, si no fuera porque no hay quien le lleve flores a mi hijo al cementerio, ya me hubiera matado”. En este testimonio, aparentemente negativo, hiperreflexivo, se encuentra un resquicio por donde comenzar a construir: la tarea de llevar flores al cementerio. Por el momento y hasta que encuentre una mejor razón, Sara tiene aún una misión en el mundo. Así comienza la tarea de derreflexión, arrancándola de su momento de egocentrismo. A partir de esta realidad se puede, entre otras cosas, preguntar a los padres por qué tareas o personas vale la pena seguir viviendo y anotar en un pizarrón para que todos puedan ver lo que se ha dicho. De esta manera, aun de un testimonio negativo se puede extraer algo positivo. Si se le suman otros, muy pronto, incluso los padres nuevos estarán encontrando razones valederas para seguir viviendo.

Aquí se aprecia cómo en la etapa de “lamento”, del nivel testimonial, el grupo funciona también a nivel existencial (al descubrir y analizar cosas o personas por las que aún vale la pena seguir viviendo) y trascendental (al comprobar que incluir a otros en su vida, aún con el sufrimiento fresco en el corazón, es la forma más significativa de vivirla y lo que le da sentido al sufrimiento y la partida de sus seres queridos).

Muchas veces, los integrantes creen que “no están lo suficientemente bien para ayudar”. Por eso, en las reuniones se insiste que es dando como se recibe y no a la inversa. Se enfatiza que hasta no trascender el propio dolor para llegar al otro, no comenzará la verdadera recuperación. Debemos estar atentos, porque en cada reunión se observará que asistentes debutantes abrazan y confortan a otro más experimentado cuando este comenta que algo ocurrido ese día trajo recuerdos dolorosos. Ante un hecho así, los coordinadores deben destacar este gesto de generosidad (en nuestra experiencia, vimos que estos padres, por lo general, tienen una mejor recuperación en menor tiempo).

Sobre la intención paradójica y el humor

La intención paradójica, como la denomina Frankl, tiene por aliado al humor y es utilizada para rescatar a alguien lleno de ansiedad, quizás algo obsesivo, perdido en el laberinto de sus emociones. No es recomendable resistir ni luchar contra esta situación. Por el contrario, llevar esta conducta al extremo del absurdo nos hará vernos más objetivamente y descubrir, asimismo, lo insostenible de la situación.

Un diálogo entre Rosa y Rosita, en una reunión de Renacer, demostró la aplicación de la intención paradójica de una manera espontánea. Rosa no podía aceptar la partida de su sobrinita, ocurrida meses atrás. Como prueba, sacó de la cartera algunos objetos que habían pertenecido a la niña y los mostró. Rosita le dijo que a ella le había pasado lo mismo: al principio llevaba algunos objetos de su hijito, luego iba agregando cada vez más, hasta que un día se dio cuenta de que ya no podía encontrar nada de lo que realmente necesitaba en su cartera. Entonces, reflexionó: “Lo que yo en realidad quería era a mi hijo y me parecía tenerlo a través de sus cosas, pero cuando vi lo ridículo que resultaba mi cartera llena de juguetes y ropas, dejé todo en casa, y a mi hijo comencé a sentirlo dentro de mí. Hací lo mismo, Rosa: empezá a poner más y más cosas en tu bolso y vas a ver que te das cuenta de lo que te digo”. Mientras lo decía, se reía de sí misma.

La intención paradójica apela también a nuestra imaginación. Es posible pedirle a Rosa que piense que su bolso ya está lleno con cosas de la nena, pero como no es suficiente, no

representa la inmensidad del sentimiento por su ausencia, es necesario llenar más bolsos. Que si ella está dispuesta a demostrar cuánto la ama y la extraña, tiene que poner más y más cosas, hasta llenar todos los bolsos que tenga en su casa. Y luego, comprar más. Y seguir así hasta el infinito. O hasta que Rosa se dé cuenta del absurdo, de lo paradójico, y no sienta tanta necesidad de llevar las cosas de la nena cada vez que sale. No es llevando objetos que puede demostrarle su amor o extrañarla menos. Es haciéndola trascender en la vida diaria, viviéndola significativamente, llevando su sufrimiento con dignidad. En los casos de sufrimiento inevitable, la intención paradójica sólo puede ser inducida por un igual existencial.

Nivel de análisis existencial

En esta fase, los relatos de los padres más antiguos, ya fortalecidos, aportan nuevas perspectivas para esta realidad y permiten a los recién llegados o los más nuevos mirarse en múltiples espejos, no sólo vivenciales sino temporales.

Personas a las que la vida les ha hecho una pregunta extremadamente dura buscan, acompañados por sus compañeros de infortunio, en su “dimensión espiritual”, recursos interiores con los que ni siquiera habían soñado. El análisis existencial entiende al hombre como un ser libre y responsable. Para Frankl, la responsabilidad es la base fundamental del ser humano por ser una dimensión espiritual y no impulsiva. Cada grupo puede actuar como una escuela de vida y asistir a cada integrante en el análisis de su propio transitar, pero reflexionando desde una triple perspectiva: lo pasado y lo futuro, lo bueno y lo malo, lo recibido y lo dado, rescatando las experiencias positivas y cambiando lo que necesite ser cambiado.

Cuando el hombre, tanto enfermo como sano, pregunta cuál es el sentido de la vida, el análisis existencial lo hace consciente de que, en última instancia, no es él quien interroga, sino el interrogado: la misma vida plantea continuamente preguntas a las que el hombre debe responder. Para hacerlo, cuenta sólo con su propia existencia y asume plenamente su responsabilidad por la respuesta dada. Nuevamente llegamos a que ser hombre es ser consciente y responsable.

El análisis existencial puede aplicarse especialmente a personas que no están enfermas, pero se ven confrontadas con crisis espirituales, con conmociones existenciales en las que se padece por un acontecimiento insuperable, un destino inevitable, que plantean con especial intensidad el sentido de la vida.

Los siguientes conceptos que Frankl vuelca en *Teoría y terapia de las neurosis. Iniciación a la logoterapia y al análisis existencial* y que aplica a la terapia de las psicosis, es útil para las situaciones que requieren de la ayuda mutua, dan una idea del valor del análisis existencial, y presentan, además, la peculiaridad de que pueden ser extrapolados a cualquier situación límite: “El análisis existencial no sólo procura descubrir algo, sino también despertar algo. Lo que descubre es la humanidad intacta e invulnerable. Son tres ‘existenciales’ los que constituyen el existir humano en cuanto humano: espiritualidad, libertad y responsabilidad. Cuando el análisis existencial trata de descubrir espiritualidad, incluso en la existencia psicótica, procura despertar, aún en ella, libertad y responsabilidad”.

Cuando los miembros utilizan el grupo en este nivel, encuentran respuestas a las preguntas que componen la tríada trágica: sufrimiento, culpa y muerte. El primero puede ser resuelto a través del servicio a otros compañeros en mayor necesidad o cualquier otro ser sufriente. Por ejemplo, miembros de distintos grupos se comprometen más allá del tejido del grupo en sí y visitan orfanatos u hogares de ancianos. La culpa es resuelta a través del cambio existencial. La muerte se convierte en mensajera de la vida: se deben aprovechar hoy las oportunidades. Mañana puede ser tarde.

Respecto de la culpa, sea real o imaginaria, se la observa con frecuencia durante las grandes conmociones existenciales. Es imposible resolverla mediante un mero análisis causal o lógico. La única respuesta posible es de carácter existencial e implica una profunda transformación interior, facilitada en un grupo en el que muchos de sus integrantes han sido capaces de lograrla. La mayoría de los padres se acercan a Renacer con sentimientos de culpa. A veces indefinidos, a veces puntuales. Este sentimiento es, en la mayoría de los casos, injustificado. Pero debemos fundamentarlo para que el padre vea el error de concentrar valiosas energías en un camino sin retorno. Dice Lukas que los animales sufren y mueren y que sólo los humanos sentimos culpas. Agrega que es una parte esencial de la vida humana y que es natural sentirla, pero que también tiene un sentido y una cualidad redentora inherente.

Cuando una persona se lamenta (“Si hubiera hecho”, “Si hubiera sabido”, “Si le hubiera dado”, “Si no le hubiera dado”), debemos recordarle que siempre hicimos y vivimos de la mejor manera que supimos y pudimos. No quisimos herir ni causar daño alguno. Creímos que así debíamos resolver las cosas. Somos humanos y, como tales, cometemos errores. Aun así, algunos persisten en sus sentimientos de culpa. Es útil saber que tiene en su cualidad redentora un potencial positivo, que nos permitirá admitir errores y saber que, con ese reconocimiento, va implícita la oportunidad de resolverla a través del

cambio, para bien. Regresar a las causas de nuestro comportamiento en determinadas circunstancias es inútil. Para Lukas, existen cosas más importantes que hacer que desenterrar errores del pasado: el presente debe ser utilizado y el futuro, planeado. Esto recuerda una frase de Séneca: “El hombre feliz archiva su pasado, pone en orden su presente y está en condiciones de reformar su futuro cuantas veces crea necesario”. Trabajar y elaborar sentimientos negativos, reactivando momentos dolorosos, no es positivo y, además, impide ver con claridad las opciones disponibles. El pasado no puede ser cambiado, pero lo que existe es la libertad de elegir la actitud con que lo enfrentaremos y resolveremos la culpa. El perdón es una opción válida. Perdonarse y perdonar permite trascender el sufrimiento egoísta, el camino sin retorno, y elevarnos por encima de lo mezquino e inmediato, en alas de las fuerzas indomables del espíritu, más allá del horizonte, hacia una vida plena de sentido. El perdón nos libera y rescata lo mejor de nosotros.

Dice Rilke que si el ángel se digna a venir es porque vio en el hombre la voluntad de levantarse cuantas veces sea necesario, a pesar de todo. Según sea el resultado de haber aprendido de los errores y de esa decisión personal de continuar con firmeza y dignidad en esta empresa de vivir la propia vida, tal y cómo nos ha sido dada, se producirá un cambio.

Carlos, un papá, hizo el siguiente comentario: “Mi hijo partió por un accidente quirúrgico. Yo había elegido e insistido sobre el cirujano. Me sentía tan culpable que no encontraba consuelo. Hasta que un día reflexioné que lo que había ocurrido estaba más allá de mi control. El cirujano era muy capaz. Todo apuntaba a que esta fuese una intervención normal. Sin embargo, el resultado fue otro, el que jamás hubiera imaginado. Entonces, fui al cementerio y le dije a mi hijo: ‘Jamás hubiera querido que las cosas salieran así, hice lo mejor que creí en esas circunstancias, pero la vida quiso que vos partieras, te pido perdón’”. Desde ese día, Carlos se siente mejor.

Celia, una mamá en quien personificaremos a muchos padres en la misma situación, se lamentaba haber sido demasiado severa, hasta cruel, al punto de admitir que “se le iba la mano” con sus chicos. Al partir su hija, la culpa no la dejaba vivir. Kübler-Ross, ante un caso semejante, luego de que todos sus esfuerzos por hacerle entender a esa madre que quizá se estaba juzgando muy severamente, finalmente se mostró de acuerdo: “Bien, fuiste una madre demasiado severa. ¿Qué vas a hacer al respecto? ¿Cuáles son tus opciones?”.

Una vez más, surge la capacidad redentora inherente a la culpa. Las opciones son sólo dos: seguir viviendo como hasta ese momento (con el agravante de que para los que

quedan, además de una madre severa, tendrán una atormentada, incapaz de vivir con sentido y alegría) o pedir perdón a la hija que partió, quizás a los que queden, y perdonarse a sí misma, aceptando la responsabilidad asociada: la del cambio para bien. En este último caso, debe poner todo el empeño en lograrlo. Al hacerlo, convertirá a su hija en una mensajera amorosa, en un ser de luz que viene al mundo para tocarnos breve pero profundamente con su amor y para dejar una enseñanza que perdura. Cuando un ser sufriente alcanza la paz interior a través del perdón, genera los sentimientos más bellos y profundos por parte de los demás integrantes del grupo, incluso los recién llegados, muchos de los cuales ven desaparecer su propia sensación de culpa.

Con estos ejemplos se aprecia cómo en una sola reunión, muchos de los integrantes, con diferentes tiempos de duelo y asistencia al grupo, pasan de la instancia testimonial al análisis de su existencia. Logran así acomodarse en el nivel trascendental. Tal es la liberación de ese gran peso, que suele verse en amor contenido que brota a borbotones y se vuelca a manos llenas a todos los padres presentes, ayudando, abrazando, sintiendo con el otro. Esta actitud trasunta a todos los aspectos de la vida, no se produce sólo en las reuniones grupales.

Sobre la modulación de actitud

La modulación de actitud puede utilizarse en infinidad de casos más allá de la culpa. Muchas veces, una situación determinada, negativa y sin esperanzas, puede ser revertida cuando se muestra al grupo, o este logra intuirlo a través del crecimiento interior que experimenta, una visión totalmente diferente, positiva y hasta amorosa.

Reinaldo y Ester tuvieron un hijo, Darío, con un problema neuromuscular. Fueron muchos años de lucha para superar un primer diagnóstico desalentador. El joven vivía plenamente, con alegría, amigos y proyectos, y daba una gran lección de fe, esfuerzo y paciencia a todos los que lo rodeaban. Darío murió en un accidente de moto a los 23 años. Sus padres tenían dos opciones: considerar que la vida, que se llevó a Darío por algo no relacionado con su problema después de tanto sufrir y luchar para superarlo, era cruel o pensar que la vida le había dado a Darío la oportunidad de partir como cualquier otro chico.

Silvia presencié el accidente y la muerte de su hijo y su esposo. La escena la perseguía constantemente. Se preguntaba por qué tuvo que estar allí. Repetía, sin paz ni sosiego, que podía dar su vida por ellos. En el grupo se le planteó la misma situación desde otra

óptica: “Estás dispuesta a dar tu vida por tus seres queridos... ¿Harías cualquier sacrificio por ellos?”. Su respuesta no se hizo esperar: “¡Por supuesto!”. Entonces, se le explicó que el sacrificio que ellos le habían pedido había sido precisamente ese: la necesitaban para que los despidiera en el momento en que hicieron su transición. Algunos necesitan partir en soledad. Otros eligen la persona con la que quieren estar en ese momento. Silvia descubrió que su trágica situación tenía sentido. Eso la ayudó a serenar su corazón. Pudo suavizar la escena de a poco, hasta que la trascendió.

La actitud que una persona asume frente a un destino inevitable es expresión de la única libertad que no puede serle quitada. En ella, se apropia conscientemente su ser-libre, no sólo para aceptar su destino, sino también para emprender un nuevo camino despojado del peso existencial de todo lo que lo ha condicionado hasta ese momento. Así comienza el siguiente nivel de funcionamiento de un grupo.

Nivel trascendental

Esta fase se da en medio de una estrecha interrelación entre todos los presentes. Se comienza a considerar la vida de aquí en más, dejando de trabajar con lo pasado y priorizando aquello que se podría hacer con lo ocurrido.

A este nivel se lo puede llamar de iluminación o de liberación, que significa llegar a un estado de paz interior haciendo uso de la responsabilidad que viene con la libertad.

La experiencia de Renacer marca que hay miembros que pueden trascender sus crisis más rápido que otros y lograr una vida más plena. Son los que rápidamente se acomodan en el nivel trascendental, capaces de dejar de lado su sufrimiento, “mirar más allá del límite” y usar su capacidad para autodistanciarse. Pronto, comienzan a ayudar al hermano que sufre. Son importantes como “ayudadores”. Siempre tiene la palabra justa y una actitud consoladora. Se convierten tanto en referentes para el grupo como en el plano social.

Prueban, una vez más, que la única forma de ser ayudados es ayudando a otro. Estos padres se consideran a sí mismos responsables por sus vidas. Llegan a ver en su destino una pregunta, quizá la más importante. Ayudando a un hermano que sufre, hallan la respuesta.

Cómo se acomoda el grupo a sus integrantes

Vimos los niveles en que cada integrante puede acomodarse en un grupo. Ahora analizaremos las maneras en que cada grupo funciona de acuerdo a las variadas necesidades de sus integrantes.

Cada grupo de ayuda mutua, como entidad transubjetiva, puede ser considerado como una entidad trascendental: trasciende la fecha y el lugar de reunión, a cada uno de sus miembros y la sumatoria de sus miembros. “Transubjetivo” no significa un “poder superior” al que cada subjetividad se remite, en muchas ocasiones abiertamente y en otras de manera implícita, sino al hecho de que actúa como una entidad viviente, que se acomoda a las necesidades de los integrantes, se contrae y se expande de acuerdo con su horizonte y su visión. Por eso empleamos “entidad” en lugar de “estructura”, término este último que se comporta como obstáculo para el crecimiento interior, la libertad y responsabilidad de los integrantes de todo grupo y, por sobre todo, impide ese sutil acomodamiento del grupo a las necesidades de sus integrantes.

¿Cómo un grupo puede expandirse o contraerse y funcionar como una unidad, de manera superior a la de cada integrante por separado? El filósofo Edmund Husserl, en *Renovación del hombre y la cultura. Cinco ensayos*, dice: “Hay momentos en que una colectividad opera con muchas cabezas y, sin embargo, en un sentido superior, lo hace ‘acéfalamente’, es decir: sin converger a la unidad de una subjetividad volitiva y sin actuar en un sentido análogo a como lo hace el sujeto individual. Pero la colectividad ‘puede’ también adoptar esta forma superior de vida y devenir ‘una personalidad de orden superior’ y, como tal, llevar a cabo logros colectivos que no sean meras sumas de los logros personales individuales, sino logros personales en el verdadero sentido pero de la colectividad”.

El grupo funciona como una unidad superior cuando muchos de sus integrantes actúan, casi al unísono y ayudan a trascender su dolor a personas que recién ingresan o han sido incapaces de lograrlo. En Renacer, los padres aprenden el valor de permanecer en silencio cuando se dan cuenta de que lo que necesitan expresar puede herir o acentuar el sufrimiento de otro. Llega un momento en que la mayoría de los integrantes apprehenden esta realidad de manera intuitiva, espontánea. Si uno se distancia de lo que acontece en una reunión, no habla y observa, concluye que es casi posible palpar la forma en que el grupo funciona de una manera sincrónica, tratando siempre de aliviar el dolor de quienes más lo necesitan. Es una experiencia muy difícil de transmitir mediante el lenguaje, pero sólo requiere un cierto desapego y atención a detalles sutiles, como los que señalan los

momentos de beatitud que acontecen en el devenir de una existencia. Quien ha descrito de hermosa manera esta sensación es Rilke, en *Cartas francesas a Merline*: “Esas cosas cuya vida intenta uno convertir en esencial, lo primero que te preguntan es: ¿Eres libre?, ¿Estás dispuesto a consagrarme todo tu amor? (...) Y si la cosa ve, si la cosa nota que te pilla ocupado, aunque sea en una pequeña parcela de tu interés, se encierra en sí misma; puede llegar a dirigirte tal vez unas palabras de mandato (...) pero se resistirá a entregarte su corazón, a confiarte su esencia paciente, esa dulce constancia sideral tan semejante a los astros”.

El grupo se expande al máximo de su potencial cuando cualquiera de los miembros trasciende sus sentimientos expresados en el nivel de análisis existencial y comienza a trabajar como ayudador. Después de una reunión a la que asistió una mamá por primera vez, otra, con un poco más de experiencia en el grupo, dijo: “Es la primera vez que pude dejar mi dolor de lado y pensar sólo en el suyo y en lo que podía hacer para ayudarla”.

Cuando los integrantes comienzan a distanciarse de su dolor y a prestar más atención al de los otros, frecuentemente mencionan la falta de palabras para describir sus sentimientos más íntimos, que expresan mucho más que “felicidad”, o un deber cumplido. Es más una sensación de que “todo está bien, que están finalmente en paz con la vida, que quizás este fue, en realidad, su destino verdadero”, que la vida, después de todo, necesita seres compasivos y que es extremadamente difícil lograrlo leyendo libros, que es sólo a través del “sufrimiento vivido con coraje” que la compasión puede ser ganada. Un integrante que no puede contener su asombro ante lo que siente cuando sus esfuerzos para ayudar a alguien han sido respondidos y que carece de palabras para describir estos sentimientos, representa una comunión absoluta con el otro, que puede ser alcanzada sólo a través de la intuición. Es decir, el movimiento de la empatía a través del cual uno se transporta a lo más íntimo del otro para coincidir con lo único y, por lo tanto, inexpresable. ¿Qué puede ser más único e inexpresable que un destino trágico enfrentado con valentía?

En determinadas ocasiones usamos el término “referente social” para las personas que fueron dolorosamente señalizadas por el destino, que marca a un ser sufriente sin preguntarle si está o no de acuerdo con lo que ha sucedido. Esto los lleva a estar en la mirada de muchos, en especial de quienes sufren, lo que eventualmente, les plantea la necesidad de ayudar allí donde sea posible hacerlo, haciendo realidad las palabras del rabino Hillel: “Si no lo hago yo, quién lo hará, si lo no hago ahora, cuándo lo haré”.

En la tarea grupal de ayudar a otros seres humanos a encontrar sentido en sus vidas, podemos colocar señales en el camino y usarlas para orientación. O, mejor aún, un faro

que ilumine ese sendero, que parecía tan oscuro al principio. En este punto del camino no importa el color de la luz. Lo valioso es haber visto el faro que señala la vida que existe más allá de nosotros mismos. El miembro de un grupo de ayuda mutua que logra trascender su sufrimiento en aras del de un hermano necesitado, acepta el rol de referente social y asume una responsabilidad adicional: ya no es responsable sólo por su propia recuperación, sino también por la de otros seres que ahora ven en él un mensaje de esperanza y de actitud. Si flaquea, sabe que otras personas dependen de él y así reencuentra esa fuerza indomable del espíritu que le permite salir adelante.

Esta es, en esencia, la tarea fundamental de los grupos: habilitar entre sus integrantes la educación hacia el reconocimiento de, y conformidad con, la responsabilidad que les cabe como seres sufrientes, que no puede ser rechazada ni transferida, dado que sólo a ellos le pertenece.

Capítulo 16

Correspondencia con los padres

A lo largo de los años hemos mantenido correspondencia con numerosos padres que nos han escrito comentándonos sobre la muerte de sus hijos y pidiendo ayuda. Años después de enviadas nos hemos encontrado con aquellos padres a quienes fueron dirigidas y grande fue nuestra sorpresa cuando de una cartera, semiajada por los años y las repetidas lecturas, salía a la luz una de aquellas cartas junto a un cálido agradecimiento. Transcribimos a continuación algunas de ellas.

Carta a Carlos sobre el suicidio de su hijo

Querido Carlos: Cumpló con la promesa del último Encuentro y te envío material sobre el suicidio que espero sirva para llevar algo de alivio a tu dolor. Lo primero es una carta que Alicia escribió especialmente para los padres de hijos que se han suicidado:

Qué difícil que es hablar de la muerte cuando afuera el sol ilumina el verde brillante de las hojas, las gotas de rocío en el pasto, las flores blancas del laurel... En realidad es difícil hablar de la muerte en cualquier circunstancia, en cualquier lugar. Tiene que ver con negar la existencia de una certeza. Todos sabemos que vamos a morir, es inevitable, y sin embargo haremos lo posible por ignorarlo y damos la espalda cuando le pasa “a los demás”. Hasta que un día nos pasa a nosotros; le pasa a seres que amamos más que a nada en el mundo... Le pasa a nuestros hijos, quienes nos enseñaron una nueva forma de amar que teníamos reservada sólo para ellos.

Y de entre todas las diversas formas de morir un hijo, el suicidio está entre las más duras y difíciles de aceptar para los seres que quedan. Generalmente sumidos en un dolor que no conoce iguales, y en una incredulidad que les hará repetirse una y otra vez: ¿Por qué, por qué? Al mismo tiempo que se reprochan el “no haberse dado cuenta” de lo que iba a suceder para evitarlo. Y de aquí en más comenzarán el largo y angustiante camino de las culpas que los acosarán día y noche y no los dejan vivir, dormir, respirar.

Se culpan ellos, culpan a otros, culpan a Dios y aún quizá lo que les causa tanto desasosiego, culpan a los hijos que decidieron irse de esa manera. El dolor no parece tener límites, las nociones de castigo los acechan y quizá también la mirada de los demás, que creen ver —aun cuando no lo sean— acusadoras.

Pero así como sabemos muy poco sobre la muerte y el proceso de morir —lo que hace difícil consolar a los que sufren, especialmente a un padre que pierde hijos— nada sabemos sobre cómo hablar al padre cuyo hijo se quitó la vida. Poco y nada se sabe lo que lleva a una persona a suicidarse. A veces “parecen” existir causas directas, otras no. Y los padres se debatirán en un sinfín de tentativas de explicación, buscando el sosiego y la paz que parecen haberlos abandonado para siempre.

En una reunión de grupo de padres de adictos, un padre se acusa de ser el culpable de la adicción de su hijo por haberle dado demasiado; inmediatamente un segundo padre se culpa de no haberle dado lo suficiente, otro dirá que lo amó demasiado y un cuarto que quizá no le demostró su amor como debía.

En la larga trayectoria de estas comunidades de rehabilitación del adicto, la experiencia les dice que en realidad no se sabe por qué un chico acepta la droga —que como ellos mismos lo expresan, son una forma lenta de suicidio—, pueden ser múltiples las causas, pueden no ser detectables, puede ser un proceso, una decisión puramente personal de la persona (aun niños), que lo lleva a aceptar y no rechazar la droga.

Por su parte Elisabeth Lukas, logoterapeuta discípula de Viktor Frankl, llega a una conclusión semejante en su libro *El significado del sufrimiento*: “Una madre buscó consejo porque una de sus hijas tenía serios problemas. Su segunda hija había sido un bebé no deseado, fue criada por sus abuelos, más adelante volvió a vivir con sus padres; fue violada por el padre y luego se alejó de la familia. Esta hija llegó más adelante a ser una joven y saludable mujer con un buen trabajo y una relación satisfactoria con su novio.

”La otra hija fue un bebé deseado, criada por padres amorosos y con las mejores oportunidades de educación, no fue violada, sin embargo era inestable y llena de problemas.”

Elisabeth Lukas agrega: “Esta realidad no se encuentra en los libros de texto de psicología. La teoría de traumas perdurables se halla entonces cuestionada. Una persona expuesta a traumas severos puede llevar una vida normal, mientras que otra, habiendo crecido en circunstancias favorables, lleva una vida llena de problemas psicológicos. Cada persona responde a la vida de una manera individual”.

Y así es con los padres de los hijos que deciden terminar con sus vidas, perderán la paz sólo tratando de comprender qué llevó a su hijo de apariencia y vida normal a tomar decisión tan extrema. Se fueron de nuestra vida “dando un portazo”, sin pedirnos permiso, pero se fueron. Consideremos por un momento dárselo, para que la partida sea menos dolorosa, para que ellos sepan que los amamos por sobre todo y a pesar de todo, y que no los juzgamos. Sólo Dios sabe lo que habitaba en sus corazones. Nuestros hijos son seres separados de nosotros, son el universo en sí mismos. No siempre nos es posible saber lo que piensan, lo que sienten. Respetémosles su decisión de partir, aun de esa manera, a pesar del dolor. Quizá palabras similares a estas puedan señalar el comienzo del retorno a la paz interior: “Hijo querido, hasta aquí llegamos juntos. Vos has decidido seguir tu propio camino, has decidido partir. Y aunque no lo comprenda, te lo respeto, te quiero y deseo que seas feliz, que Dios te bendiga”.

Víctor Frankl dice en sus libros, que el hombre en su búsqueda de un sentido para su vida, a veces pareciera no encontrarlo en esta, lo que puede motivarlo a hallarlo “del otro lado”, porque si así no fuese, no tomaría decisión alguna. Y aunque muchas religiones se expresan negativamente hacia el suicidio, nosotros creemos en un Dios de amor, y si estamos hechos a su imagen y semejanza, y somos capaces de amar y perdonar a nuestros hijos, por encima y a pesar de todo, tenemos la seguridad de que así lo hará él. Porque el amor es su naturaleza misma. Y es con amor que nos enseña. Porque detrás, alrededor y dentro del dolor que debemos vivir, está el amor, que es lo único que nos puede salvar del abismo.

Elisabeth Lukas reflexiona: “La gente debe darse cuenta de que todavía les queda una elección, no importa cuán irrevocables sean los hechos, elegir la actitud que adoptarán frente a estas situaciones. Pueden aceptarlas o condenarse a sí mismos o al mundo. Pueden mostrar coraje, confianza en el futuro o desesperanza. Esta es su decisión: el destino más cruel no tiene el poder de decidir cómo deben ellos enfrentarse a él. Una cosa sin embargo es cierta: si encontramos una actitud positiva al confrontarnos a circunstancias extremadamente negativas, encontramos un gran consuelo en el hecho de que no necesitamos perder la autoestima; podemos, aun con orgullo, llevar nuestro sufrimiento con dignidad y ser así un ejemplo para otros en sus propias tragedias”.

Elisabeth Kübler-Ross nos dice que las partidas prematuras son una lección de amor incondicional, y nuestros hijos los maestros del verdadero y desinteresado amor; aquel que no tiene reclamos ni expectativas, que necesita siquiera de una presencia física. Dejando fluir estos sentimientos en nuestro interior, daremos paso al nacimiento de un nuevo ser en nosotros. Un ser capaz de disfrutar nuevamente del sol y la naturaleza en todo su esplendor, un ser que no resentirá la vida, porque ha comprendido la muerte. Que no rechazará el dolor, porque ha sabido aprender de él, y que se acercará a otros que sufren ayudándolos a realizar su propio aprendizaje hasta encontrar la luz.

Alicia Schneider

Las siguientes son reflexiones extraídas de distintos autores, en su mayoría seguidores de una línea existencial de la medicina y la psiquiatría y que poseen una visión más humanizada sobre el problema del suicidio, del asesinato y de la muerte acompañada de grandes sufrimientos y que se han recolectado con el afán de brindar paz y consuelo a padres cuyos hijos han partido en tales condiciones.

Reflexiones sobre el suicidio de Karl Jaspers en su libro Entre el destino y la voluntad:

En el hecho de que el hombre, sólo el hombre, pueda quitarse la vida con una decisión clara, pura, sin enturbamiento por los afectos, sino más bien siendo fiel a sí mismo, en este hecho reside su dignidad.

Todos los despotismos, todas las Iglesias, toda violencia que salió del hombre y pasó por el hombre, han rechazado con horror el suicidio: aquí se atestigua la libertad del individuo particular, del hombre en tanto que hombre, el cual se sustrae a la opresión y al sufrimiento aniquilador. La disposición al suicidio hace libre.

El suicida ha traspasado la frontera ante la que nos hacemos preguntas, pero ante la que, al final, nos quedamos parados en silencio y con profundo respeto.

Reflexiones de Rollo May en The discovery of being:

El símbolo del suicidio como una posibilidad tiene implicancias positivas de largo alcance. Nietzsche dijo una vez que el pensamiento del suicidio ha salvado muchas vidas. Yo dudo que nadie tome su vida con total seriedad a menos que se dé cuenta que dentro de sí mismo yace el poder de cometer suicidio.

Reflexiones de Binswanger en su ensayo The death:

En la medida en que una persona lleva a su existencia al final de manera voluntaria, el análisis de tal existencia debe suspender, más que nunca, todo juicio originado en cualquier punto de vista, sea ético, religioso, médico, psiquiátrico o psicológico, que indague en los motivos de tal decisión.

Tampoco debemos evaluarlo desde el punto de vista, sustentado en el “saludable sentido común”, de la “dignidad de la vida”, desde el que se mira con pena y horror a quienquiera que la “muerte le haya sucedido”, especialmente a quién toma su propia vida. No debemos tolerar ni desaprobar el suicidio, tampoco trivializarlo con explicaciones médicas o psicoanalíticas, ni dramatizarlo mediante juicios éticos o religiosos. Jeremias Gotthelf ha dicho al respecto: “Pensemos cuán oscura se torna la vida cuando un mero humano quiere ser su propio sol” o la sentencia de Kierkegaard: “No importa cuán profundo un hombre haya caído, siempre ‘puede’ caer aún más, y este ‘poder’ es el objeto de su angustia”.

Esta creciente oscuridad y hundimiento no debe ser comprendido por el análisis de la existencia en base a la religión o ética, sino que debe ser visto y descrito antropológicamente. Esto no es posible hacerse desde una única perspectiva, no importa cuán cercana a nuestro corazón, cuán familiar resulte a nuestro entendimiento o cuán de acuerdo esté con nuestra razón, porque, como dice Paul Valéry: “En la medida en que acusamos y juzgamos, aun no hemos tocado el fondo”.

Ese fondo, esa base —dado que permanece un secreto para todo ojo humano— es, para estar seguro, no obtenible, sino alcanzado mediante la imaginación en la medida en que el ser humano abandone o se salga de la actitud de abrir juicio, condenar o aun absolver, esto es, fuera del modo o la manera plural de ver la existencia. El fondo debe ser alcanzado más allá de toda dicotomía sujeto-objeto. Pero esto sólo es posible en la medida en que estemos libres de los prejuicios de la manera dual, a través de la unión del

Yo y el Tú en el Nosotros. Y esto significa en la unión de la existencia humana con el fondo común que Yo y Tú compartimos y la formación antropológica que de ello emerge.

En esta unidad también nos hallamos antes de la dicotomía que determina nuestra relación con nosotros mismos, la relación de la sociedad con el individuo y de este con la sociedad y, finalmente, antes de la dicotomía que rige el “Juicio de la historia”. Esta unión también es previa a dicotomía entre libertad y necesidad, culpa y destino o, en términos psicológicos reduccionistas, entre actividad y pasividad, entre acción y sufrimiento. Y esto sucede así porque la existencia, en el fondo abarca ambos opuestos. Así como en los ojos del amor “todo es posible” así también “todo es necesario”. En otras palabras, el amor no tiene respuesta a la pregunta de si el suicidio de una persona acaece por una “necesidad fatídica” o si existió una posibilidad de escapar a ese destino. En vez de levantar la cuestión del destino o de la culpa frente al suicidio y tratar de decidir sobre estos aspectos, el amor intenta llegar al “fondo de la existencia” y desde este fondo entenderla antropológicamente.

Reflexiones de Michel Foucault en su libro Entre filosofía y literatura. Al reflexionar sobre la imaginación dice:

Por ello las formas mayores de la imaginación se entroncan con el suicidio. O mejor el suicidio se presenta como el absoluto de las conductas imaginarias: todo deseo de suicidio está colmado por ese mundo en el que yo ya no estaré presente aquí o allí, sino en todos lados, cada uno de cuyos sectores me será transparente, y designará su pertenencia a mi presencia absoluta. El suicidio no es una manera de suprimir el mundo o suprimirme yo, o ambas cosas a la vez; sino de reencontrar el momento originario en el que me hago mundo, donde nada todavía es cosa en el mundo, en el que el espacio no es todavía más que dirección de la existencia y el tiempo el movimiento de su historia. Suicidarse es la manera última de imaginar; querer expresar el suicidio en términos realistas de supresión es condenarse a no entenderlo: únicamente una antropología de la imaginación puede fundar una psicología y una ética del suicidio. Retengamos de momento que el suicidio es el mito último, el “juicio final” de la imaginación, como el sueño es su génesis, el origen absoluto.

Otto Dörr en su libro Psiquiatría Antropológica nos dice:

Hay un estado del alma humana en que la esperanza se esfuma, o no se hace presente en el momento decisivo. Ese estado es la desesperación. En ella la angustia existencial no actúa poniendo en juego la esperanza y abriéndonos la dimensión de lo trascendente, de modo que nos quedamos presos y temblorosos ante la nada y el sinsentido. El mundo deja de ser una morada, los prójimos se tornan inaccesibles, no hay un dios que acuda en nuestro auxilio, el tiempo se detiene como un dolor intolerable. Este estado es la antesala del suicidio. Mientras haya esperanza (trascendente) no cabe desear la muerte, aunque no quede ya nada que esperar, porque la enfermedad sea incurable o el poder y la brutalidad del enemigo no puedan ser neutralizados: Pero al desaparecer ella, puede ser un último esfuerzo de búsqueda provocarse la muerte, no tanto por evitar el dolor y la angustia que acompañan a la desesperación, sino sobre todo como una forma de encontrarse a sí mismo, de terminar con las polaridades que desgarran el ser, volviendo a la naturaleza como al origen.

Más adelante, Dörr, al referirse al suicidio en los esquizofrénicos rehabilitados, se pregunta si, dada esta posibilidad, es necesario insistir con las medidas rehabilitadoras y concluye que sí, que es válido insistir porque, entre otros aspectos piensa que una muerte elegida en medio de una vida vivida con cierta intensidad es algo mucho más digno de la persona humana que un aislamiento autista y vacío.

Carta a los padres que han perdido a un bebé

Queridos padres: Los padres que ven partir a un hijo de sólo unas horas, días o pocos meses de vida y

aun aquellos que vieron nacer a su hijito ya muerto en el vientre de la madre, muchas veces viven su dolor en soledad.

Luego de transcurridos los primeros días después de la partida, familiares y amigos van espaciando sus visitas y finalmente la pareja se queda sola. Y esto se cumple aun antes que en los duelos que involucran niños de más edad o adolescentes. La idea general es que si no llegaron a conocerlo, o a convivir con él o ella, si lo tuvieron tan poco tiempo “seguramente pronto se consolarán, tendrán otros niños, son tan jóvenes...” Estas ideas se basan en un desconocimiento de la situación real que viven un padre y una madre que han perdido un bebé o un niño de corta edad. Ideas que hacen que la mayoría de las personas los contemplen incrédulos cuando luego de transcurridos algunos años, estos mismos padres dejen escapar lágrimas ante la sola mención de su nombre.

Verán a madres que después de la partida prematura continúan usando ropas de embarazadas como una forma de negar esa realidad tan dolorosa y prolongar la ilusión del pasado. Y serán testigos de padres que se sientan horas frente a la tumba de su hijito preguntándose: “cómo hubiera sido de haber vivido”, o mamás que se preguntan si hubo algo que ella hizo mal por lo que el bebé partió tan pronto. Y las respuestas parecen no llegar. Estos padres se preguntan una y otra vez: ¿Para qué vino al mundo si se nos iba a ir tan pronto? ¿Por qué Dios nos permitió concebirlo si luego nos lo iba a arrebatar así?

Este dolor no comprendido por otros, tiene que ver con largos meses de “dulce espera”, de planes y proyectos que incluían a ese ser que no conocían pero al que ya amaban. Planes y proyectos que se inventaron sólo por él y para él. Tiene que ver con largos conciliábulos familiares para elegir un nombre y con toda una vida de esperanzas mientras ese ser crecía dentro del vientre de su madre.

Los padres de estos niños logran expresar un vívido y tierno retrato de sus hijos y sus rostros se iluminan ante la oportunidad de hablar de ellos: “él observaba todo con grandes ojos asombrados, como si quisiera abarcar el mundo en esa mirada, como si supiera que iba a partir...”, “era un bebé tan especial, tenía una gran dulzura, siempre regalándonos sonrisas, siempre de buen humor...”, “se comunicaba con nosotros a pesar de no hablar aún, con sus ojitos, sus sonrisas y sus llantos...”.

Y aun los padres que vieron nacer su hijito muerto, cuentan con qué nitidez recordaban la forma en que se movía dentro de la madre: “me acariciaba o me sorprendía o me llamaba la atención cuando yo debía cambiar de posición porque se encontraba incómodo...”

Sí, hay recuerdos vívidos, dulces, intensos. Y hay muchas, muchísimas ilusiones trucas; proyecciones a un futuro que nunca llegará, no con ese ser. Hay un nombre que nunca será nombrado, hay una cuna vacía y un oso de peluche sin dueño.

Y hay miedos. Miedo de no ser capaz de llevar a término un embarazo normal, de haber hecho algo mal que causara directa o indirectamente la muerte del niño. Y son tantas las veces que la causa no se conoce con certeza, y son en su mayoría, ajenas a los padres.

Estos sentimientos deben ser verbalizados, deben expresarse abiertamente para que no se conviertan en fantasmas y llenen sus corazones y sus vidas de dudas y amargura; para que les llegue el esclarecimiento con el aporte o el enfoque positivo a través de aquellos que tienen la capacidad, amor y fortaleza para ayudarlos a discernir y superar esos miedos, esas culpas tan destructivas como infundadas. Aquellos que pueden ver más allá del dolor, porque sobre estos sentimientos negativos no se puede comenzar a construir.

Elisabeth Kübler-Ross sintetiza su experiencia de décadas en el campo de la tanatología en unas simples, claras y hermosas palabras. Ella llama a los que realizan la transición prematuramente “seres de luz” que han venido al mundo por un breve momento con una misión específica: la de transformadores espirituales de los padres.

Viktor Frankl dedicó una de sus obras a su hijito concebido sólo cuatro meses antes de que su esposa fuera obligada a abortar en un campo de concentración durante la Segunda Guerra Mundial. Para Frankl, la breve vida de su hijo tenía un sentido muy importante, que trascendía la tragedia y el dolor, porque había sido concebido en el amor, y era ese mismo amor el que le hizo escribir en la dedicatoria de su libro *An unheard cry for meaning* (El grito no escuchado por el sentido): “A Henry o Marion, un niño no

nacido”.

El sentido de la breve existencia física de estos seres, quizá tenga que ver con un nuevo sentimiento de dulzura y alegría interior que los padres experimentan al concebir esa vida, con una expandida capacidad de amar que los padres descubren en su interior, que siempre estuvo allí pero que fue a través de estos hijos que la despertaron.

Y esa incrementada capacidad afectiva no desaparece con la partida del hijo, es parte de nosotros y si ellos nos ayudaron a descubrirla es en su homenaje que debemos cultivarla para dar, dar todo el amor de que somos capaces, y en nosotros reside el que, el paso de estos seres por el mundo, no importa cuán fugaz, no haya sido en vano. Que haya despertado en nosotros a seres más compasivos, más fuertes, más solidarios, porque habremos aprendido, crecido y madurado en el dolor, descubriendo, y para siempre esa nueva e incondicional forma de amar.

Carta para padres de hijos muertos con gran sufrimiento

Querida mamá:

Nos preguntas si existe una razón por la cual tu querido hijo haya muerto de cáncer con grandes dolores y te afliges por su sufrimiento. Hay preguntas en la vida para las que la razón no tiene respuestas y estas sólo pueden ser vislumbradas merced a una visión mística de la vida. Al respecto te agregó un comentario de Rudolf Allers, psiquiatra austríaco, amigo de Viktor Frankl de cuyo libro Logoterapia y Análisis existencial fue extraído: “El paso de las potencias a los actos es la esencia y el sentido de la vida humana. Estoy convencido de que la tensión entre los valores ya realizados y los valores que hay que realizar todavía, y que están esperando en el germen de la persona como posibilidades, representa el motor, la fuerza motriz propiamente dicha mediante la cual el movimiento de la vida se mantiene en funcionamiento. Si una persona hubiera realizado completamente las posibilidades de valor que tiene esbozadas en sus profundidades, la vida debería detenerse, esta debería morir.

Pienso que por eso muchos santos se mueren jóvenes; consideremos la vida de San Luis de Gonzaga, de San Juan Berchmans, de Santa Teresa del Niño Jesús o la vida muy santa de sus Hermanas de la Orden, que no fueron canonizadas, como María de la Santísima Trinidad o Angélica de Jesús o la de muchos otros más; ¿no tenemos la evidente impresión de que a estas personas ya no les quedaba nada más que hacer aquí en la Tierra, como si hubieran realizado todo lo que les era posible realizar?

¿Y de que tantos de estos santos jóvenes habrían muerto con sufrimientos muy grandes porque este aguante del dolor y de la enfermedad era lo último que les faltaba por realizar? De estas personas el idioma dice que fueron “perfectos tempranamente”...

Cartas de consolación

Estimados papás:

Nos animamos a enviarles estas líneas con la esperanza de que puedan servirles de apoyo en estas horas tan oscuras que les es dado vivir luego de la partida de su querida hija. Nosotros sabemos lo que significa esta experiencia por la que tuvimos que pasar unos años atrás, después de la partida de nuestro hijo. Es por esta razón que queremos compartir estas líneas con ustedes, con la esperanza de que puedan llevar algo de alivio a sus corazones.

Estamos seguros de que, con el tiempo, esfuerzo personal y, por sobre todas las cosas, basados en el amor incondicional que une a los padres con sus hijos, estén donde estén, quizás puedan encontrar una nueva manera de vivir que sea tan o más plena que la anterior.

Vivir la dimensión trágica de nuestra existencia no es fácil, en realidad es extremadamente difícil, pero debemos creer en la vida misma así como es, con toda su tristeza y toda su alegría. Porque hay de ambas, y les podemos asegurar que aunque ahora les parezca imposible, la alegría puede retornar, aunque muy diferente de las alegrías anteriores. Porque de una experiencia dolorosa como esta pueden surgir seres más compasivos, fuertes y generosos de lo que alguna vez fuimos, pero esa es y será siempre nuestra elección. Si me levanto por encima de mi dolor para ayudar a otros, convierto a mi hijo en un maestro, y

rescata su partida de un destino absurdo.

Nosotros aprendimos que la felicidad nos es otorgada como resultado de una tarea cumplida adecuadamente, y que la única forma de trascender el sufrimiento por la partida de nuestros queridos hijos es a través del servicio y qué mejor tarea para hacernos felices, que aquella que llevamos a cabo en nombre de nuestros amados hijos, y esto es precisamente lo que hacemos al ayudar a otros padres que han perdido hijos. Si conseguimos que esto se transforme en una misión para nosotros, con todo el significado que esa palabra tiene, habremos encontrado una verdadera y valiosa razón para seguir viviendo, aparte de los hijos y familiares que quedan, es decir algo para qué vivir por nosotros mismos, y nos trae a la memoria esa frase de Nietzsche, citada por Frankl”: Quien tiene un por qué vivir, siempre encuentra el cómo”.

Por este solo hecho la dimensión existencial, no importa cuán breve haya sido, de nuestros hijos se acrecienta con cada palabra de aliento, de esperanza que sale de nuestros corazones, y esto es amor, ese amor incondicional que ni siquiera necesita de la presencia física del ser amado para crecer cada día.

Hay cosas que no entendemos o en las que nos cuesta creer, nos contestamos con palabras de Rilke, extraídas de Cartas a un Joven Poeta: ”Quisiera encarecerle, tanto como puedo, que tenga paciencia frente a todo lo no resuelto en su corazón, y que trate de amar los problemas mismos como a libros escritos en un idioma muy extraño. No busque ahora respuestas; no le pueden ser dadas porque no podría vivirlas. Y de eso se trata: de vivirlo todo. Viva usted ahora los problemas. Viviéndolos tal vez, en un lejano día, poco a poco, sin advertirlo, penetre en la respuesta”. Sabemos por lo que están pasando, pensamos en ustedes y deseamos puedan encontrar un camino de amor que los haga sentirse aún más cerca de su querido hijo.

Con todo nuestro afecto y respeto.

Queridos papás

A través de amigos supimos de la partida de su querida hija, es con un gran respeto y profunda comprensión de lo que están viviendo que nos acercamos a ustedes esperando reconfortarlos un tanto, aun en pequeña medida su corazón de padres.

Nosotros ayer, como ustedes hoy despedimos un hijo, nuestro Nicolás nos dejó con un dolor tan lacerante como incomprensible. Y las preguntas que nos hacíamos incesantemente no parecían tener respuesta. Los porqués, por qué a él o a ella, a nosotros, y quizás el trasladarnos en el tiempo tratando de saber si “hubiera habido algo, o algo más de lo que hicimos que hubiéramos podido hacer para evitar esto”, si hubiéramos dicho, o si hubiéramos visto... y tantas otras preguntas que acrecientan quizá nuestro dolor.

Pero también intuíamos que nuestro amoroso hijo, como su querida hija, no podían irse de nuestra vida llevándose consigo toda nuestra alegría, y ganas de vivir. Sabemos que debemos seguir, tienen dos hermosos hijos más, pero no sabemos cómo. ¿Cómo seguir viviendo sin ella? ¿Es que es posible una vida sin ella? Saben, queridos papás, el legado de nuestros hijos no puede ser sólo dolor. Una vida, donde el sufrimiento no tuviera un sentido, no valdría la pena ser vivida. Nuestros hijos nos dejan un mensaje muy valioso que depende de nosotros descubrir. Son seres de luz que dejan tras de sí muchísimo amor y alegría del tiempo compartido, y son estos sentimientos los que nos unirán para siempre a ellos. Ellos simplemente nos han precedido en este viaje en el que todos nos hallamos embarcados, pero jamás se irán de nuestro amor, de nuestra vida y de nuestro recuerdo. El amor incondicional nos unirá para siempre a ellos, más allá del tiempo y la distancia.

Su hija continúa unida a ustedes y ella sabe cuánto la aman y extrañan, pero seguramente también espera de todos ustedes, pero especialmente de los papás que hagan su mejor esfuerzo para ponerse de pie y vivir una vida plena de sentido.

Nosotros descubrimos y tantos papás desde entonces, que el sufrimiento por la partida de un hijo sólo se

resuelve para bien a través del servicio. El extender mi mano solidaria a los que sufren para que ese sufrimiento sea más llevadero, es la forma llena de sentido de reencontrarnos con la vida. Y cuanto más pronto nos pongamos de pie, comenzando simplemente a llevar este sufrimiento con dignidad, más rápido llegarán las respuestas a muchas de las preguntas que nos hacemos. Y lentamente veremos que la herida se suaviza, hasta que un día la anhelada paz interior que parece haberse ido para siempre volverá. Queridos papás, hay mucho para aprender y para hacer en esta vida que aún nos reclama, en Renacer hay un espacio muy cálido, un oasis de paz esperándolos, a ustedes y a todo el grupo familiar, aun amigos y quienes deseen asistir. Otros que han pasado por lo mismo y han aprendido a vivir nuevamente son seguramente quienes pueden ayudar mejor a comenzar nuevamente, a “renacer”.

Un regalo inesperado

Sesenta y dos aforismos sobre la muerte de un hijo y los grupos Renacer

Una mamá que asiste a un grupo Renacer nos envió una recolección de las frases que más usamos en nuestras charlas y en las reuniones grupales. Son frases que dicen mucho en pocas palabras, como pequeños aforismos:

1. ¿Qué es el Amor Incondicional? El que sentimos por nuestros hijos, el que no necesita la presencia ni el contacto físico para ser, crecer y expandirse, manifestándose a los seres queridos que nos quedan y a la vida en todas sus necesidades.
2. Cuando nace un hijo conocemos una nueva clase de amor, un amor que no conocíamos. Cuando muere también nos enfrentamos a algo desconocido, un dolor nuevo y también un amor nuevo.
3. Si estamos de este lado de la vida es porque la vida aún espera mucho de nosotros.
4. La muerte de un hijo es un hito fundamental en nuestra vida, marca un antes y un después, yo elijo cómo será ese “después”.
5. Un hijo que parte es una pérdida que se transforma con el tiempo (bien utilizado) en una dulce nostalgia.
6. No puedo convertir a mi hijo que partió en mi verdugo, en alguien que mata mi alegría y mi capacidad de amar y vivir.
7. No puede ser de ninguna manera que mi hijo sea mensajero de dolor.
8. ¿Cómo puedo unir el amor por nuestros hijos con el dolor por su partida?
9. Renacer no es un lugar donde sólo voy a explorar mi “mero” duelo, es mucho más, apunta a lo más generoso y elevado del ser humano.
10. Nos une la partida de un hijo y el sufrimiento por ello, pero no vamos a explorar las culpas, los miedos, etcétera.

11. Tenemos que encontrar un sentido, razones valiosas para continuar.
12. Renacer nos muestra un horizonte pleno de esperanza, pleno de cosas por hacer.
13. Somos personas que caímos al más profundo abismo y fuimos capaces de resurgir, de levantarnos, por amor, por el amor a esos hijos.
14. Somos padres que buscamos razones valiosas para vivir y que esa vida valga la pena ser vivida.
15. Renacer habla de vida, de una vida plena, de una vida de esperanza que está más allá de lo mero y de lo aparente.
16. ¿Cómo puedo demostrar cuánto he amado a mi hijo? ¿Sufriendo? ¿Así de grande es el amor por mi hijo? El dolor nunca debe prevalecer sobre el amor.
17. Nadie se había atrevido a la muerte de un hijo como lo hizo Renacer.
18. Renacer nos llama a modificar nuestra existencia.
19. Renacer se traslada a toda nuestra vida, a todas nuestras actitudes, nuestra actitud toda debe reflejar que nosotros hemos perdido un hijo y que por ello hemos sido capaces de modificar nuestra vida, nuestra existencia.
20. Yo decido hasta dónde sufro y cuál es mi manera de sufrir.
21. Hay un mensaje, un sentido que nos deja la partida de un hijo, hay algo más allá del dolor que sentimos cuando lo perdemos y Renacer nos enseña a descubrir ese mensaje, ese sentido.
22. La vida cobra un sentido incondicional y se vuelve mucho más valiosa.
23. Ese abismo en el que me encontré cuando perdí a mi hijo, en realidad tenía mucha luz y un espejo donde mirarme.
24. En vez de elaborar un duelo hay que modificar nuestra existencia.
25. Ser hombre es ser la suma de las decisiones que toma, es ser responsable de asumir lo que uno elige.
26. ¿Me volví necio por haber perdido un hijo?, la muerte de un hijo nos da derecho a sufrir pero no nos da derecho a ser necios.
27. Si no queremos que la vida nos vea de rodillas, lo único que nos queda es pararnos, levantar la cabeza y caminar hacia adelante.
28. Los por qué no tienen respuesta, si queremos encontrarlas nos convertimos en prisioneros de un destino que no podemos cambiar.
29. Cambiar el porqué por el para qué. El porqué me lleva al pasado, el para qué al futuro.
30. Si yo me atengo al por qué voy a trabajar en la categoría del antes y del después: soy prisionero de un pasado que no puedo cambiar.

31. Si me pregunto para qué estoy diciendo: Soy libre para elegir.
32. Si yo estoy bien me hago responsable de mi bienestar.
33. Ser moral implica dar a los demás el doble de lo que uno espera de ellos: dar sin pretender nada a cambio. Lo que se lleva a cabo en Renacer.
34. . El duelo no tiene nada que ver con lo moral.
35. Renacer es un mensaje que viene de nuestros hijos, hace escala en nosotros y regresa a la vida.
36. No necesito un cargo para ayudar a una persona, somos todos iguales y todos transmitimos el mismo mensaje.
37. Enfrentarme a la muerte de un hijo significa hacerme cargo, hacerme responsable de lo que implica su pérdida.
38. Cuando voy a un grupo tengo que cuidar al otro más que a mí porque si ese otro (ese papá o mamá) no viene más, me quedo sin grupo. Eso es trascender. Si salgo de mí mismo para preocuparme por otro papá que sufre, salgo de mi dolor, trasciendo.
39. Cuando me preocupo por otro papá que sufre, tengo que elegir qué actitud asumo ante él.
40. Libertad, moral, responsabilidad: son los ámbitos de Renacer.
41. Un hijo que muere merece algo distinto a un duelo, merece una transformación interior, una modificación radical de nuestra existencia. Después de perder un hijo nunca volvemos a la vida anterior, nunca volvemos a ser los mismos.
42. Renacer es una revolución cultural, no es un grupo de duelo.
43. No me quedo sufriendo por lo que perdí, transformo mi vida, produzco en mí una modificación radical de mi existencia.
44. Nuestros hijos no están atrás, están adelante nuestro. Y si ellos están vivos donde están han seguido creciendo espiritualmente. Y yo debo crecer espiritualmente para poder reencontrarme con ellos, ya tuve que separarme una vez de él, no quiero volver a hacerlo.
45. Yo soy radicalmente diferente de cuando mi hijo vivía.
46. Renacer no es un regalo, es un préstamo que debo devolver, es una obligación moral. No es gratuito, no hay nada gratuito en la muerte de un hijo.
47. Que esa marca que nos dejó nuestro hijo no sea una marca de dolor, sea una marca de Amor.
48. Ellos tenían que hacer algo muy breve en esta vida pero nosotros aún tenemos mucho por hacer.

49. ¿Qué cosas hago que me hacen mal? Hay que dejar de hacerlas.
50. ¿Qué cosas hago que me hacen bien? Hay que hacerlas.
51. Hay que oponer el pensamiento positivo al negativo.
52. Hay que rescatar a ese hijo del dolor y recordarlo con Amor.
53. La muerte de un hijo no nos priva de la paternidad y debemos actuar con la responsabilidad que eso implica.
54. El hombre es el único ser capaz de aceptar todo en la vida y de cambiarse a sí mismo.
55. No podemos controlar los eventos de la vida, a duras penas controlamos algo de la nuestra, mucho menos intentemos controlar la de nuestros hijos, tratando de evitarles sufrimientos o desilusiones. Mostramos con el ejemplo y esperemos lo mejor.
56. A nuestros hijos ya no les importan sus cosas materiales (su ropa, sus juguetes, su auto, etcétera) es a nosotros a quienes nos importan.
57. Si yo elijo quedarme solo en el dolor que siento puedo quedarme así eternamente, es mi elección.
58. La máxima renuncia que un padre puede hacer en beneficio a los hijos que quedan es renunciar al dolor por amor, siempre renunciamos a muchas cosas cuando nuestro hijo estaba vivo, entonces... cuando un hijo muere ¿no renunciamos a nada más?
59. Los padres tenemos que hacer todo el esfuerzo para que nuestros hijos que quedaron estén bien.
60. Los padres que perdimos hijos somos socios de un club al que nadie quiere entrar pero del que nadie puede salir.
61. Hay que elegir una actitud adecuada para ayudar a otro papá, no puedo ir a ayudarlo llorando. La compasión se adquiere ejercitándola.
62. El servicio mantiene al hombre en un estado de paz interior y los papás que perdimos hijos queremos vivir en ese estado de paz.

Sugerencias para quienes coordinen, moderen o faciliten una reunión de Renacer

Son múltiples las tareas que los integrantes pueden realizar para los grupos: traer café, llamar a los miembros por teléfono cuando se los extraña en una reunión, contestar correspondencia, visitar padres, tener fotocopias listas... Cada una es importante y necesaria para un funcionamiento fluido. Por lo tanto, es una responsabilidad que cada uno de estos padres asume con el grupo y con ellos mismos. Este tipo de compromiso tiene una gran importancia en la recuperación de los padres. A mayor compromiso con el otro, mayor y más rápida trascendencia de lo propio.

El trabajo de coordinar o facilitar una reunión es una tarea abierta para todos los miembros. Sugerimos que no coordine una sola persona las reuniones, sino que tengan una participación activa una o dos más. Esto lleva implícito responsabilidades que, si bien todos los padres deberían cumplimentar, se hace especialmente necesario para la tarea de coordinar. Coordinar es un servicio para los papás. Una tarea rotativa que jamás debe convertirse en un “cargo”. Muchos padres cayeron, a lo largo de los años, en la “hoguera de las vanidades”. Pretender apropiarse de la coordinación de un grupo es una especie de vanidad. Otra tipología compleja se da con los padres personalistas, como una forma derivada del “enamoramiento” con los grupos, lo que los llevaba a proponer actividades, modos de funcionamiento, adherencia a creencias religiosas determinadas y otras cuestiones o aspectos ajenos a Renacer.

Guía útil para el trabajo grupal

1. El mensaje de Renacer es, por sobretodo, moral. Idealmente, debe reflejarse en nuestra vida. Esto implica una mayor responsabilidad. Cada uno de nosotros es un representante de ese mensaje, de una actitud frente al sufrimiento y frente a la

vida. Una actitud que habla de esperanza, de crecimiento y de cambio. Nos guste o no, la sociedad de la que formamos parte nos considera referentes, pero nosotros debemos elegir de qué clase queremos ser.

2. Es importante capacitarnos continuamente (a través de la lectura o de escuchar atentamente a cada padre en cada reunión). Sugerimos anotar todo aquello que pueda ayudar en este proceso. Esto ampliará nuestra visión y experiencia.
3. Asistir a todas las reuniones posibles. Tratar de conocer a los miembros más regulares por su nombre y su testimonio o actitud frente a la vida y al dolor, lo que servirá para invitarlos a hablar en determinado momento en que su testimonio sea necesario.
4. Los coordinadores deben estar preparados para dar respuestas a preguntas puntuales, siempre y cuando no haya otro padre (que no esté coordinando en ese momento) que desee y pueda hacerlo. Estas respuestas no necesariamente vendrán de la propia experiencia. Pueden haberse leído y corroborado una y otra vez con la experiencia de otros padres.
5. Los coordinadores deben tratar de trascender lo testimonial para elevarse a lo conceptual (a excepción hecha de determinadas situaciones donde justo su testimonio personal puede ayudar a esclarecer ideas). Hablar conceptualmente ayuda a trascender el nivel testimonial y acomodarnos en el existencial, desde donde se hace más fácil llegar al trascendental. Es posible hacer todo esto en una sola reunión.

Si el coordinador considera necesario participar, no apelará sólo a frases como: “En mi experiencia personal, puedo decir”. Tomará introducciones como: “La experiencia de estos años nos dice...”, “La vida nos propone...”, “El dolor puede ser...”, “Como dice Kübler-Ross...”, “En las palabras de Viktor Frankl...”, “En el grupo hemos escuchado muchas veces...”

6. a. Estar atentos para rescatar lo positivo de los diferentes testimonios vertidos en las reuniones y destacarlo para comenzar a partir de allí, por ejemplo, la tarea de derreflexión. También, para mostrar que en un comentario aparentemente negativo, siempre está la fuerza indomable del espíritu pugnando por surgir. Simplemente, hay que facilitarle el camino.
- 6.b. No contradecir el testimonio de un padre, aunque no estemos de acuerdo con él. En lugar de: “No estoy de acuerdo contigo” o “No comparto tu opinión...”, se puede disentir de maneras diversas y más respetuosas. Por ejemplo: “Lo que decís es interesante, pero también se puede considerar este otro punto de vista...”. Esto

ayuda a que el padre negativo no se sienta “atacado” y se abra al nuevo enfoque que los más experimentados le ofrecen.

7. Reglas para manejarse con los padres nuevos.

No es necesario “fomentar” el lamento cuando un padre recién ingresa. En la primera etapa del recibimiento (espacio previo antes de la reunión en sí), el papá nuevo tendrá un ambiente informal para charlar con otros integrantes (con diversos tiempos de asistencia). Esto le proveerá un contexto cálido, contenedor, que lo ayudará a relajarse. Es el momento para que pueda hablar de su situación personal, al ver a tantos pares dispuestos a escucharlo y contenerlo, lo que le facilitará la integración a la reunión. Nombre del hijo que partió, la edad y el tiempo transcurrido desde la partida (mencionar la causa es optativo y, generalmente, innecesario). Se puede hacer mención a papás que vienen de lejos, para reconocer su esfuerzo, aunque no sea su primera vez. Lo mismo con los que retornan a una segunda o tercera reunión. De esta manera, el papá nuevo no se siente el único observado o mencionado y se ve como parte integral.

No es necesario dar la palabra a un papá nuevo al comenzar la reunión. Es muy importante que escuche a otros padres y sus mensajes más positivos y amorosos, así como sus pequeños o grandes logros luego de la partida del hijo. Esto hará que tenga un tiempo para sentirse más cómodo, entre pares que supieron integrarlo. Asimismo habrá transcurrido un lapso de tiempo que le permitirá salir de su situación personal y abrirse a lo que el grupo le propone a través de los testimonios. Cuando los coordinadores consideran que es tiempo de que el padre nuevo intervenga, si este lo desea, se le da la palabra. Es muy importante comenzar con una pregunta que haga que su respuesta parta desde una perspectiva más positiva y esperanzadora, como, por ejemplo: “Nos gustaría saber qué piensan de lo que escucharon de los otros papás que hablaron, quizá les han mostrado una esperanza...”. También: “Observábamos que ante algunas palabras, ustedes asentían o sonreían... ¿Qué escucharon que los hizo sentir así?”. O: “Como ven papás, están escuchando a otros que atravesaron por su misma situación y sin embargo hablan de las cosas valiosas que aún tienen en sus vidas. ¿Cuáles serían para ustedes estas cosas valiosas?”.

Esta manera de abordar a un padre nuevo es de suma importancia pues lo saca de su problema y lo pone a prestar atención al otro, a alguien que está en el mundo fuera de sí mismo y de sus propios dolores. Esta es la base de la derreflexión.

Los papás nuevos deben darse cuenta de que los presentes saben, por experiencia

personal, lo que se siente ante la pérdida del hijo. Necesitan recordar que no estamos en el grupo porque hayamos perdido un hijo, sino que, habiéndolo perdido, no queremos seguir viviendo ni sintiéndonos como lo estamos haciendo en ese momento. El grupo promueve un lugar para la esperanza.

Lo que se busca es que el papá vislumbre los puntos fuertes y amorosos que, aún en medio del dolor de los primeros tiempos, tiene en su vida. No todo es dolor ni todo está perdido. El gran desafío es transformar el dolor en amor.

8. Saber cuándo y cómo interrumpir a un padre que se extiende demasiado en su testimonio (en particular, si la prolongación es dolorosa e innecesaria) y encaminarlo para que concrete su mensaje. Por ejemplo: “Comprendemos el sentimiento que estás experimentando, todos hemos pasado por algo similar, quizá te sea útil considerar lo siguiente” y, seguidamente, rescatar algo positivo que hayan dicho o algo que, en una situación similar, otro padre del grupo supo ver y rescatar.

De la misma manera, tratar que el padre no se detenga demasiado en detalles dolorosos o morbosos sobre la partida del hijo. Esto no conduce a una conclusión ni a una reflexión constructiva o positiva de su experiencia y provoca, además, una reacción negativa en los miembros más nuevos.

Recordemos que esto es parte del pasado, de lo que no podemos cambiar y que ese hijo no está hoy, todavía, sufriendo la forma de su muerte. Quedó atrás. No lo matemos con nuestro pensamiento cada vez que lo traemos a la memoria.

9. Tener en cuenta que, luego de un testimonio muy doloroso, el facilitador debe tratar de alternar con el testimonio o reflexión de un padre con actitud positiva. De esta manera se evitará el “efecto dominó”, por el cual otros se “enganchan” en la onda negativa comenzada por uno de ellos.
10. Tratar de mantener un cierto orden dentro de la reunión. No permitir (con cariño) el diálogo entre los padres. Por supuesto, no el cuchicheo, pero tampoco las charlas entre quienes participan en ese momento. Enfatizar periódicamente que no debemos juzgar la conducta o la actitud de un padre. Necesitamos ser tolerantes y respetuosos. Eso no significa que no llamemos la atención de un padre que puede estar dañándose a sí mismo o a otros.
11. Llevar un hilo conductor de los temas que surgen espontáneamente, conectarlos entre sí, tratar que se profundicen y que quien desee pueda verter su opinión para “zambullirnos” en la derreflexión muy pronto y dirigir la atención de los padres, aun los nuevos, a estos temas.

12. Finalizar cada reunión en una nota positiva. Hacer una apreciación global de lo que se aprendió o leer algún pensamiento lleno de esperanzas para que los padres queden reflexionando. También se puede dejar para este momento el testimonio oral o escrito creativo y positivo de algún padre que haya manifestado deseos de compartirlo con el grupo.
13. En algunos grupos acostumbran a que los padres se anoten para hablar. Nuestra experiencia es que esta metodología no es positiva. Debe haber libertad para expresarse en cualquier momento. De esta manera, la reunión se hace más fluida y se pueden tratar aspectos importantes en profundidad por la totalidad de los asistentes.
14. Todos los padres que participan en Renacer deben llegar temprano el día o la noche de la reunión para recibir a los que recién ingresan. Es mayor la responsabilidad de los coordinadores/facilitadores o de quienes se estén capacitando para serlo.
15. Mirar a los ojos a los padres que están hablando.
16. Escuchar con atención. Continuamente se vierten conceptos valiosos que no se deben dejar pasar. Resaltarlos: a veces dan, espontáneamente, el tema para profundizar en la reunión de ese día. No es necesario buscar un tema ni proponerlo de antemano, ya que siempre surge en la misma reunión. Y no necesariamente es el que preparamos. Es importante mantenerse abierto, atento y flexible.
17. Observar atentamente la reacción de los demás padres, sobre todo los más nuevos, frente a lo que se dice. Cuando un coordinador habla, tanto él como quienes lo apoyan tienen la oportunidad de observar la reacción de los demás. Esto permite:

- Detectar puntos probablemente conflictivos o que deben explicarse un poco más para una mayor clarificación del concepto.

- Dar la palabra a algún papá que asentía convencido frente a lo que se decía, resultando de esta manera más fluida la reunión manteniéndose en el tono positivo y esperanzador que siempre debe tener.

- Observar el cambio que generalmente se produce en los padres nuevos a medida que avanza la reunión.

- Al finalizar la reunión, acercarse a los padres nuevos y ocuparse de ellos, lo que nos permitirá saber si se han sentido cómodos, si les ha resultado útil, aclarar algún concepto... O, simplemente, para que se sientan “tenidos en cuenta”.

La participación de los padres en los grupos muestra aspectos importantes, más allá de lo que cada uno logra respecto a la búsqueda de sentido en su tragedia. Por ejemplo, muchos aprendieron a respetarse más, a mirarse a los ojos mientras conversaban, a respetar los tiempos de cada uno y a callar cuando otro hablaba. También detectaron que si lo que decían o hacían podía lastimar a otro padre, lo evitaban, norma que resulta valiosa en cualquier circunstancia de la vida. Descubrieron, por otra parte, que la compasión es parte fundamental del ser humano.

El amor, la gratitud, la veracidad, la fidelidad, la valentía y el respeto son virtudes que fluyen espontáneamente en ese encuentro que se da entre padres en los grupos y forman parte de sus exigencias morales.

Epílogo

¿Cuál es el sonido del aplauso con una sola mano?

Acertijo budista Zen

El propósito de este libro fue compartir nuestra experiencia con los grupos Renacer, demostrar que la ayuda mutua es parte indisoluble del ser humano y que el hombre, particularmente durante sus grandes crisis, al vivir su vida no sólo que ex-iste sino que además ex-plica, desarrolla, la ayuda mutua, aunque no pueda definirla y menos aún conocerla como tal. Intentamos, además, transmitir la idea que esta es una expresión existencial del ser humano y que cada grupo constituye un “grito no escuchado que clama por sentido”.

Validación del marco referencial

Señalamos la búsqueda de un marco referencial adecuado para facilitar la reproducción de la experiencia sin que medie la presencia de los creadores y el hallazgo, en ese intento, de la logoterapia y el análisis existencial de Viktor Frankl como el más apropiado. El propio Frankl, en su libro *Psicoanálisis y existencialismo* afirma: “La logoterapia guarda relación, por lo común, con hombres que sufren espiritualmente, pero que no deben ser considerados como enfermos en sentido clínico”.

Denominación

Durante los seis primeros años de actividad, los grupos Renacer se denominaron de autoayuda. A medida que transcurrió el tiempo, los integrantes comenzaron a darse cuenta de que lo realmente valioso era el hecho de ayudar a otro ser sufriente, que en la medida en que se preocupaban más por el dolor del otro menos intenso era el propio. Aprendieron entonces que ese “alivio” de su propio sufrir era el resultado de la ayuda al

otro, aun cuando inicialmente había sido la meta personal. En palabras de Lévinas: “No soy el otro; no puedo ser sin el otro”.

Esta vuelta de tuerca existencial que va de “recibir para después dar” (tan frecuente en los objetivos de otros grupos de autoayuda) al “dar para recibir”, reafirma al hombre como un ser abierto al mundo y a los hombres, indeterminado, autotrascendente. A partir de esta comprensión, los grupos han comenzado a cambiar su denominación de autoayuda a ayuda mutua.

Definición

La ayuda mutua es una expresión o experiencia existencial. Es una manifestación, quizás una de las más nobles, de la autotrascendencia del ser humano. Un encuentro existencial de seres sufrientes que confluyen en un objetivo común: trascender el sufrimiento.

Esencia

La esencia de la ayuda mutua, independientemente de la razón que la origina, se manifiesta en una frase que define la “órbita” existencial que inicia y completa la tarea: “El ser sufriente a quien ayudar se convierte en la tarea a cumplir, a través de los valores de actitud”. Esta frase nos dice, como ya especificamos, tres cosas. Primero, que hay una persona a quien amar; segundo, que existe una tarea que cumplir y tercero, que para cumplirla debemos adoptar una cierta actitud sin la cual el resultado no sería el deseado.

Un hallazgo inesperado

Durante alrededor de diez años filmamos las reuniones, en gran medida para responder a preguntas planteadas por grupos más jóvenes cuyas inquietudes versaban, mayoritariamente, sobre la manera de conducir un encuentro. Cuando revisamos el material nos encontramos con sorprendentes manifestaciones de lo que podemos llamar “el emerger de la dimensión espiritual”, que se ha manifestado fenoménicamente con una

luminosidad propia tan extraordinaria que no ha sido posible, ni aun intencionalmente, omitirla de este ensayo.

Se ha mostrado ya cómo una respuesta del ser doliente a su sufrimiento consiste en una respuesta muda, de actitud. También se ha planteado que esa respuesta tiene su origen en lo que, siguiendo a Frankl, hemos llamado la “dimensión espiritual” del hombre. Esto nos ha llevado a preguntarnos cómo se manifiesta fenoménicamente esa respuesta a la que, de antemano, hemos catalogada como muda; cómo es el emerger de esta fuerza indómita del espíritu merced a una actitud, sin recurrir al lenguaje. ¿Es acaso posible? Y, de ser así... ¿Cuáles son entonces sus manifestaciones más tempranas?

Hemos visto en los grupos Renacer el efecto notable de un abrazo pleno de amor, sin cuestionamiento alguno, abrazo que une a las personas de una manera tal que trasciende incluso la alteridad; el poder de una mano sobre el hombro de un padre que se debate en un mar de llanto y dolor; el valor de una sonrisa compasiva y la enorme influencia que una caricia gentil sobre un rostro doliente posee para convocar la fuerza espiritual de ese ser sufriente. Lévinas ha sostenido que en la caricia que no aprieta demasiado, que no deforma los límites del acariciado, ambos están condenados a encontrarse, aunque permanezcan en universos diferentes, pero ¿es esto real, lo de universos diferentes, cuando el abrazo y la caricia unen dos experiencias idénticas? ¿Cuando ambas experiencias reflejan idéntico deseo de escapar a la mismidad, de des-hechizarse del ser?

Con respecto a las manifestaciones no verbales de la emergencia espiritual en la persona, es necesario recordar que, aun en concepciones del hombre que reconocen en estas dimensiones específicamente humanas, el énfasis ha sido puesto en las manifestaciones existenciales (valores asumidos), dejando de lado las corporales que, en la medida en que son “manifestaciones corporales de actitudes espirituales” bien pueden ser consideradas como del emerger espiritual o signos de la presencia del espíritu.

Desde esta perspectiva se facilita la comprensión de una sonrisa en medio del dolor, tarea que se torna aún más comprensible si recordamos la enorme implicancia de la revolución filogenética que significó la aparición del hombre sobre la faz de la Tierra: “por vez primera un gruñido pudo ser respondido con una sonrisa. Esta representó la llegada del espíritu al planeta Tierra” y aún hoy representa una de las manifestaciones no verbales del espíritu. De esta manera hemos aprendido en los grupos que cuando una sonrisa emerge en el medio del dolor hay, aún, esperanza para esa persona; que esa sonrisa representa la señal primera de una recuperación de fe en la vida.

Cuando vemos aparecer una sonrisa en una persona que hasta entonces ha estado llorando desesperadamente, sumergida en un mar de pena y congoja, nos damos cuenta de

que el espíritu tiene “presencia”, que esta “presencia” se torna manifiesta cuando la persona recobra una postura erecta y su mirada se dirige hacia adelante como buscando un horizonte, desconocido aún, pero sin embargo cargado de esperanza; los ojos adquieren un brillo especial y la voz se torna firme y claramente comprensible. La entera expresión facial cambia y transmite un estado de apertura, de esperanza y confianza, la clase de esperanza que anhela lo mejor pero que, sin embargo, está preparada para aceptar lo que pueda venir, para aceptar el destino con humildad, dejando que los eventos de la vida sean lo que son en libertad. Ella es, en otras palabras, una “presencia” que des-oculta la apertura del ser en la verdad, una “presencia” que no sólo se torna visible sino que presiente el sentido des-ocultado yacente en el sufrimiento.

Aunque se torne necesario, en este momento, ser precavidos con respecto a modelos naturalistas que han adoptado un concepto del hombre alimentado por una lógica formal aristotélica basada en la ontología de una “presencia objetiva” “ante los ojos” que reduce estas manifestaciones del emerger espiritual a la categoría de meros síntomas “ante los ojos”, tales como relajación, tranquilidad, calma, etcétera, es necesario tener en cuenta que estas manifestaciones semiológicas de la emergencia del espíritu son de extrema importancia para quienes actúan en calidad de ayudadores en un determinado momento, puesto que el espíritu, en su trascendencia original, propia del hombre, está siempre delante de sí mismo y del decir y se manifiesta fenoménicamente por el cambio de entonación de la voz, por el brillo en la mirada, por una sonrisa y por un cambio en la actitud corporal, manifestaciones que preceden al discurso, por lo que la persona que está en función de ayudador debe ser consciente de ello para inducir así, lo más precozmente posible, la derreflexión en el ser sufriente, dado que, como sucede frecuentemente con todo fenómeno, estos pueden ser cubiertos nuevamente en forma tan rápida que terminen por pasar inadvertidos y permitir que el ser sufriente se hunda nuevamente en oleadas de hiperreflexión.

Por último y merced a nuestro descubrimiento y encuentro del otro, que a su vez nos ha conducido a nuestro propio ser, estamos en condiciones, finalmente, de responder al acertijo budista y descubrir que el sonido del aplauso con una mano es el de la ayuda mutua, que sólo se produce cuando esa mano se encuentra con la mano de un hermano...

Bibliografía consultada y citada

Libros

- Aristóteles, *Metafísica*, Madrid, Gredos, 1998.
- Bauman, Zygmunt y Tester, Keith, *La ambivalencia de la modernidad y otras conversaciones*, Barcelona, Paidós, 2002, p. 23.
- Binswanger, Ludwig, “The existential school of thought”, en May, R; Angel, E; Ellemberg, H; *Existence*, New Jersey, Basic Books, 1994.
- Buber, Martin, *Cuentos jasídicos. Los maestros continuadores*, México, Paidós-Orientalia, 1990.
- , *Yo y Tú*, Buenos Aires, Nueva Visión, 1994.
- Dalai Lama, *El arte de vivir en el nuevo milenio*, Barcelona, Grijalbo, 2000.
- Dörr, Otto, *Psiquiatría Antropológica*, Santiago de Chile, Editorial Universitaria, 1995.
- Eliade, Mircea y Coulian, Ioan P., *Diccionario de las religiones*, Barcelona, Paidós-Orientalia, 1990.
- Eliade, Mircea, *Imágenes y símbolos*, Buenos Aires, Planeta-Agostini, 1994.
- Ferrater Mora, José, *Diccionario de filosofía*, Barcelona, Ariel, 1994.
- Fizzotti, Eugenio, *De Freud a Frankl*, Pamplona, Eunsu, 1981.
- Foucault, Michel, *Entre Filosofía y literatura*, Barcelona, Paidós, 1999.
- , *Hermenéutica del sujeto*, México, Fondo de Cultura Económica, 2002.
- Frankl, Viktor, *El hombre en busca de sentido*, Barcelona, Herder, 2001.
- , *El hombre doliente. Fundamentos antropológicos de la psicoterapia*, Barcelona, Herder, 1987.
- , *Logoterapia y análisis existencial*, Barcelona, Herder, 1990.
- , *El hombre en busca del sentido último*, Buenos Aires, Paidós, 2002.
- , *Psicoterapia y humanismo*, México, Fondo de Cultura Económica, 1987.
- , *Teoría y terapia de las neurosis*, Barcelona, Herder, 1992.
- , *Psicoanálisis y Existencialismo*, Buenos Aires, Fondo de Cultura Económica, 1990.
- , *Ante el vacío existencial*, Barcelona, Herder, 1980.
- Görres, Ida F., *Teilhard de Chardin. Hijo de la tierra*, Buenos Aires, Guadalupe, 1974.

- Grollman, Earl, *Explaining death to children*, Boston, Beacon Press, 1969.
- Heidegger, Martin, *Nietzsche*, Vols. I y II, Barcelona, Destino, 2000.
- , *El Ser y el Tiempo*, Bogotá, Fondo de Cultura Económica, 1993.
- , *Introducción a la filosofía*, Madrid, Frónesis, 1996.
- , *Hitos*, Madrid, Alianza, 2000.
- , *Caminos de bosque*, Madrid, Alianza, 1995.
- , *Ontología. Hermenéutica de la Facticidad*, Madrid, Alianza, 1988.
- Husserl, Edmund, *Invitación a la fenomenología*, Barcelona, Paidós, 1992.
- , *Renovación del hombre y de la cultura. Cinco ensayos*, Barcelona, Anthropos, 1992.
- , *Problemas fundamentales de la fenomenología*, Madrid, Alianza, 1994.
- Jaspers, Karl, *Entre el destino y la voluntad*, Madrid, Guardarrama, 1969.
- , *Filosofía de la existencia*, Buenos Aires, Aguilar, 1980.
- , *La fe filosófica*, Buenos Aires, Losada, 1968.
- , *Los grandes filósofos I, II, III*, Madrid, Tecnos, 1993.
- Kübler-Ross, Elisabeth, *On death and dying*, Nueva York, Macmillan, 1969.
- , *On children and death*, Nueva York, Macmillan, 1985.
- , *Sobre la muerte y los moribundos*, Barcelona, Grijalbo, 1994.
- , *Una luz que se apaga*, México, Pax México, 1991.
- , *La muerte: un amanecer*, Barcelona, Luciérnagas, 1989.
- , *Death. The final stage of growth*, Nueva York, Simon & Schuster, 1975.
- Lévinas, Emmanuel, *Ética e infinito*, Madrid, La balsa de la medusa, 1991.
- , *Dios, la muerte y el tiempo*, Madrid, Cátedra, 1994.
- Lukas, Elisabeth, *Psicoterapia en dignidad*, Buenos Aires, San Pablo, 1995.
- , *Una vida fascinante*, Buenos Aires, San Pablo, 1993.
- , *Paz vital, plenitud y placer de vivir*, Barcelona, Paidós, 2001.
- , *También tu sufrimiento tiene sentido*, México, LAG, 2000.
- , *En la tristeza pervive el amor*, Barcelona, Paidós, 2002.
- Maslow, Abraham, *et al.*, *Más allá del ego*, Buenos Aires, Troquel, 1991.
- Merleau-Ponty, Maurice, *Fenomenología de la percepción*, Buenos Aires, Planeta, 1993.
- Nietzsche, Friedrich, *Más allá del bien y del mal*, Buenos Aires, Orbis, 1983.
- , *El crepúsculo de los ídolos*, Madrid, Alianza, 1993.
- , *La genealogía de la moral*, Madrid, Alianza, 1993.
- , *Ecce Homo*, Madrid, Alianza, 1993.
- Pascal, Blaise, *Pensamientos*, Barcelona, Altaya, 1993.

- Pavese, Cesare, *El oficio de vivir*, Buenos Aires, Espasa-Calpe/Seix Barral, 1993.
- Proust, Marcel, *En busca del tiempo perdido*, Madrid, Alianza, 1998.
- Raimbault, Ginette, *La muerte de un hijo*, Buenos Aires, Nueva Visión, 1997.
- Rilke, Rainer Maria, *Cartas Francesas a Merline*, Madrid, Alianza, 1950.
- , *Cartas a un joven poeta*, Buenos Aires, Siglo Veinte, 1991.
- , *El libro de horas*, Barcelona, Lumen, 1993.
- Rosof, Barbara, *The worst loss. How families heal from the death of a child*, Nueva York, Owl Books, 1994.
- San Agustín, *Confesiones*, Barcelona, Altaya, 1997.
- Séneca, Lucio Anneo, *Diálogos*, Barcelona, Altaya, 1997.
- Serebrinsky, Bernardo, *Bases para una psicoterapia social*, Buenos Aires, Eudeba, 1966.
- Spiegelberg, Herbert, *The phenomenological movement*, The Hague, Martinus Nijhoff, 1969.
- Szilasi, Wilhelm, *Introducción a la fenomenología de Husserl*, Buenos Aires, Amorrortu, 1973.
- Weber, Renée, *Diálogos con científicos y sabios*, Barcelona, Los libros de la liebre de marzo, 1990.

Publicaciones propias

- Berti, Gustavo y Schneider, Alicia, “Life after the death of a child”, *Paliative Care Today*, Vol. II, N° III, 1993, pp. 42-44.
- , “When your child dies: Logotherapy and self-help groups”, *Journal des Viktor Frankl Institutes*, Vol. 2, N° 1, Spring, 1994, pp. 7-19.
- , “When an offspring dies: Logotherapy in bereavement Logotherapynt groups”, *The International Forum for Logotherapy*, Vol. 17, N° 2, Autumm, 1994, pp. 65-69.
- , “Mutual help and Logotherapy: from despair to Logos”, *Journal des Viktor Frankl Instituts*, Vol. 4, N° 2, Fall/Winter, 1996, pp. 29-39.
- , “La muerte de un hijo. Ayuda mutua en el proceso de duelo”, *Archivos Argentinos de Pediatría*, Vol. 94, N° 5, 1996, pp. 323-333.
- , “On the meaning of sacrifice and self-renunciation”, *Journal of the Viktor Frankl Foundation of South Africa*, Vol. 4, N° 1, 1999, pp. 87-89.
- , “Mourning and Logotherapy”, *Journal of the Viktor Frankl Foundation of South Africa*, Vol. 4, N° 1, 1999, pp. 87-89.

- , “Logoterapia y ayuda mutua en el proceso de duelo. Experiencia de los grupos Renacer”, *Revista Mexicana de Logoterapia*, N° 10, Verano, 2003, p. 21.
- , “Quando un figlio muore. Il contributo dell’analisi esistenziale di Viktor E. Frankl nei gruppi argentini Renacer di auto mutuo aiuto”, *Ricerca di Senso*, Vol. 8, N° 3, octubre de 2010, p. 301.
- , “Fundamentos de la ayuda mutua. Consideraciones morales y ontológicas de la derreflexión”, *Revista Mexicana de Logoterapia*, N° 18, Otoño, 2007, p. 7.
- , “Neurosis espaciales en la modernidad líquida. Las crisis existenciales de la posmodernidad”, *Revista Mexicana de Logoterapia*, N° 12, Otoño, 2004, p. 15.
- , “Entre el claro des ser y la voluntad de sentido. Entre Heidegger y Frankl”, *NOUS, Boletín de Logoterapia y Análisis Existencial*, N° 13, Otoño, 2009, p. 133.
- , “Reflexiones sobre la intencionalidad, la trascendencia y la transformación interior a partir de la ayuda mutua”, en Lehmann Oliveros, Olga, *et al.*, *Acompañar la Finitud*, Buenos Aires, San Pablo, 2014, p. 352.
- Berti, Gustavo, “Trastornos de la espacialidad. Crisis existenciales de la modernidad líquida”, *Avances en psicología. Revista de la Facultad de Psicología y Humanidades. Unifé*, Vol. 20, N° 2, 2012, p. 9.
- Schneider, Alicia y Berti, Gustavo, “The potential for inner transformation in existential crises”, *The International Forum for Logotherapy*, Vol. 27, 2004, p. 65.

Cubierta	
Portada	
Dedicatoria	
Agradecimientos	
Prólogo	
Sé lo que sientes	
Introducción	
1. La muerte de Nicolás	
La noche del viernes	
El relato de Alicia	
Los días más dolorosos	
2. Los primeros tiempos	
Manifestaciones del dolor	
Cómo ayudar	
Maneras en que se da el sufrimiento	
El valor de los proyectos	
El tiempo pasado como proyecto de vida	
3. Búsqueda y sincronicidad: la creación de Renacer	
4. Los primeros pasos	
El grupo y la sociedad: un vínculo necesario	
El grupo obtiene su nombre	
Presentación en sociedad	
5. Viktor Frankl y la logoterapia	
A pesar de todo, sí a la vida	
La conferencia de Frankl en Buenos Aires	
6. Esencia y fundamentos de los grupos	
7. Autotrascendencia	
8. Hermanos, abuelos, tíos, amigos y novios	
9. Relaciones interpersonales	
10. No somos un grupo de duelo	
No se puede ser sin el otro	
De la elaboración del “duelo” al encuentro	
Búsqueda de sentido	
11. La ayuda mutua como factor de renovación cultural, moral y ética	
La evolución de Renacer	
La espiritualidad en la ayuda mutua	
Aportes de los grupos a la comunidad	
12. Una experiencia vivida en Renacer	

13. Del primer aniversario a la actualidad: breve historia de los grupos
 - Más allá de las fronteras cordobesas
 - Se abren nuevos caminos
 - Desarrollo en el Interior
 - De los diez a los quince años de vida
 - Los últimos años
14. Conversaciones con los padres
 - Sobre la persistencia del pensamiento anclado en el pasado
 - Sobre los sentimientos de culpa
 - Sobre los miedos
 - Sobre las relaciones sexuales luego de la pérdida
 - Sobre el futuro
 - Sobre el sufrimiento
 - Sobre las fechas especiales
 - Sobre los hermanos
 - Respuestas a interrogantes de los hermanos
 - Sobre el suicidio
15. Capacitación para trabajar en grupos Renacer
 - Funcionamiento de los grupos
 - Instancia previa a la reunión
 - Maneras de acomodarse en el grupo
 - Sobre el sacrificio
 - Sobre el habla en los grupos
 - Sobre la hiperreflexión
 - Sobre la derreflexión
 - Sobre la intención paradójica y el humor
 - Nivel de análisis existencial
 - Sobre la modulación de actitud
 - Nivel trascendental
 - Cómo se acomoda el grupo a sus integrantes
16. Correspondencia con los padres
17. Un regalo inesperado
 - Sesenta y dos aforismos sobre la muerte de un hijo y los grupos Renacer
18. Sugerencias para quienes coordinen, moderen o faciliten una reunión de Renacer
 - Guía útil para el trabajo grupal
- Epílogo
 - Validación del marco referencial

Denominación
Definición
Esencia
Un hallazgo inesperado
Bibliografía consultada y citada
Libros
Publicaciones propias
Créditos
Sobre los autores

Berti, Gustavo A.

Donde la palabra calla / Gustavo A. Berti y Alicia Schneider-Berti -
1a ed. - Buenos Aires : Grijalbo, 2015.

(Autoayuda y superación)

EBook.

ISBN 978-950-28-0810-9

1. Superación personal. I. Schneider-Berti, Alicia. II. Título
CDD 158.1

Edición en formato digital: junio de 2015

© 2015, Penguin Random House Grupo Editorial

Humberto I 555, Buenos Aires.

Ilustración y diseño de cubierta: Luciana Berti

Todos los derechos reservados. Esta publicación no puede ser reproducida, ni en todo ni en parte, ni registrada en, o transmitida por, un sistema de recuperación de información, en ninguna forma ni por ningún medio, sea mecánico, fotoquímico, electrónico, magnético, electroóptico, por fotocopia o cualquier otro, sin permiso previo por escrito de la editorial.

ISBN 978-950-28-0810-9

Conversión a formato digital: Libresque

www.megustaleer.com.ar



ALICIA SCHNEIDER-BERTI

Nació en la ciudad de Córdoba en 1945. Realizó estudios en Humanidades y en 1968 se radicó junto a su marido en Estados Unidos en la ciudad de Cleveland, Ohio, y posteriormente en San Petersburgo, Florida, donde vivieron doce años. En 1980, al regresar a la Argentina, completó el Profesorado Superior de Inglés en la Universidad Nacional de Río Cuarto y desde entonces ejerce la docencia.

GUSTAVO A. BERTI

Nació en la ciudad de Córdoba en 1941. Es médico cirujano por la Universidad Nacional de Córdoba. Radicado en Estados Unidos junto a su esposa, se especializó en Neurocirugía en la Cleveland Clinic, ejerciendo la práctica privada en San Petersburgo, Florida, y como Assistant Professor of Neurosurgery en la Universidad de South Florida. Es diplomado del American College of Neurosurgery y de la Academia Nacional de Medicina de la Argentina, entre otros títulos.

Durante la estancia en Estados Unidos nacieron sus dos hijos, Nicolás y Luciana. En 1980 regresaron a la Argentina para vivir en la ciudad de Río Cuarto, donde ambos continuaron ejerciendo sus profesiones.

El 20 de mayo de 1988 murió su hijo Nicolás, de 18 años, en un accidente de motocicleta y seis meses después, Alicia y Gustavo formaron el primer grupo Renacer de ayuda mutua de padres que enfrentan la muerte de un hijo. Juntos han publicado numerosos

trabajos sobre el tema que han sido traducidos a varios idiomas. Con los años los grupos Renacer se expandieron a múltiples países y desde 2006 ambos se dedican de lleno a la logoterapia y el análisis existencial de Viktor Frankl. En 2008 fueron reconocidos con el premio Viktor Frankl de la ciudad de Viena por su tarea de ayudar a encontrar sentido en el sufrimiento a familias que han perdido hijos.

www.gruporenacer.com.ar

www.gruporenacer.wordpress.com

bertilogoterapia@gmail.com