



*Ayuda mutua de padres que
enfrentan la muerte de hijos*

**RENACER NO DEBE TERMINAR SIENDO UN
GRUPO DE DUELO**

Alicia Schneider y Gustavo Berti.

15 de abril de 2010

Índice

Índice	1
Un lugar al que vamos a dar algo nuestro para mantener latente el recuerdo y la memoria de nuestros hijos.	2
La muerte de un hijo es un llamado a una nueva existencia.....	6
La oportunidad que existe en cada crisis nos permite acceder a la grandeza como consecuencia de la muerte de un hijo.	8
Debemos reemplazar el sentimiento de dolor por un sentimiento de amor.	10
La memoria colectiva: Renacer como un lugar donde vamos a dar algo nuestro en memoria de nuestros hijos.	11
¿Pero cómo hago para transitar este camino que Renacer me ofrece?.....	13
El grupo se debe a los padres nuevos.	15
El camino correcto, no el más fácil.	16
Lo realmente valioso era el hecho de ayudar a otro ser sufriente.....	18
Ayuda Mutua: Dar para recibir.....	19
La respuesta del hombre al sufrimiento yace en la trascendencia.	21
De un ser-para-sí mismo en un ser-para-otro.	23

Un lugar al que vamos a dar algo nuestro para mantener latente el recuerdo y la memoria de nuestros hijos.

Hacia mucho tiempo que no nos sentábamos a escribir sobre la muerte de un hijo. En realidad nunca lo hemos hecho sino como parte de algo superador de dicha instancia, tal como hemos entendido desde siempre al grupo Renacer.

Muchos de quienes lean estas líneas no nos conocen, tampoco nos han escuchado o leído lo que hemos escrito sobre la ayuda mutua en la muerte de un hijo, tampoco tenían por qué hacerlo.

Nos motiva a escribir el hecho que en el blog de Renacer la inmensa mayoría de los comentarios tiene que ver con el duelo y una visión psicologista de éste y casi ninguno con los aspectos más elevados, tanto existenciales como espirituales del mensaje de Renacer. Esto nos lleva a pensar que de seguir este camino, en algún tiempo se corre el peligro que Renacer se transforme en un grupo de duelo en el que predomine el lamento y la catarsis dejándose de lado los aspectos trascendentes del mensaje.

Cuando se cumplieron 20 años de tarea ininterrumpida con los grupos decidimos dar un paso al costado y dejar que los grupos siguieran con su tarea de la manera en que interpretaran el mensaje, porque Renacer es eso, nada más que un mensaje; un mensaje que viene de nuestros hijos, fluye a través nuestro y se dirige a la vida. Un mensaje que los mensajeros deben entregar con coraje, con entereza, con la frente en alto y, por sobre todas las cosas, con dignidad.

Pero ese mensaje no es de sufrimiento, de nuestro sufrimiento, no es un lamento doloroso, no es un transitar las etapas del duelo, no es un lidiar con las culpas, con la frustración, con la desesperanza, con el odio, ¡no, no es eso! y repetimos: es el mensaje de nuestros hijos, es un mensaje de amor, un mensaje que en pocas palabras nos dice que fuerte como la muerte es el amor, un amor incondicional que no necesita de la presencia del ser amado para habitar nuestro corazón, crecer y expandirse a la vida.

Hemos dicho casi desde el inicio que hay dos maneras de ver a Renacer, una es como un lugar donde pueden ponernos una mano en el hombro y abrazarnos y decirnos

que saben lo que es esto, que nos comprenden, y eso sirve pero no alcanza, como suponemos que ustedes lo habrán experimentado; la otra manera de verlo es como un lugar al que vamos a dar algo nuestro para mantener latente el recuerdo y la memoria de nuestros hijos, y si ustedes eligen, como lo ha hecho la inmensa mayoría de padres a quienes le hemos hecho este planteo, la segunda opción, entonces es cuando se plantea una pregunta crucial, tan importante que puede cambiar por completo la vida de quienes aceptan el desafío: Si vienes al grupo a dar algo tuyo en memoria de tu hijo ¿Qué vas a dar? Todos los padres, sin excepción, expresaron “lo mejor” ¿y qué es lo mejor? “Amor” fue la respuesta. En ese instante se dan cuenta que las emociones intensas características de los primeros tiempos, tales como la tristeza, pena, lamentos, culpas, odio, desesperanza, etc., empalidecen, pierden razón de ser, ante la profundidad del amor.

¿Acaso no te das cuenta que lo único que puedes dar en nombre de tu hijo es amor?

Los padres descubren que, a pesar del dolor, el amor no ha muerto, y ante la invitación a dar ese amor en nombre de los hijos, deben asumir la responsabilidad de hacerlo, por los hijos que no están, por los que nos rodean y finalmente por nosotros mismos, porque si la vida aún espera algo de nosotros, es porque aún tenemos mucho para hacer. Se recupera el sentido de la autovalía.

Si llevamos el planteo sobre nuestras emociones y sentimientos al plano de la psicología o la psiquiatría para tratar de analizarlas o encontrarle una respuesta estamos en problemas, pues sencillamente no la hay... no importa cuán diligentemente la busque, simplemente en ese plano no hay respuestas. Si esto les resulta difícil de aceptar ha de ser suficiente con entrar al blog de Renacer y ver los comentarios de los padres la mayoría de los cuales permanecen ahogados en medio de emociones y sentimientos negativos. No se vislumbra una salida.

Si ahora retomamos el concepto de asistir al grupo como una manera de mantener latente el recuerdo de nuestros hijos vemos que cuando priorizamos el amor y decidimos darlo en homenaje a esos hijos, todos los sentimientos y emociones negativas pierden razón de ser.

Muchos dirán que eso es una tarea muy difícil a lo que deberemos responder que a grandes interrogantes grandes respuestas; ¿y acaso la muerte de un hijo no es el interrogante más serio que la vida nos ha planteado? ¿Y es acaso posible que nuestra respuesta sea tan solo la de conformarnos con atravesar las etapas de un duelo de manera más o menos adecuada o quedarnos estancados en él?

Para graficar la diferencia que existe entre dedicarse a pasar el duelo, que es lo que la psicología y la psiquiatría proponen, y lo que Renacer ha propuesto desde su mismo inicio en Diciembre de 1988 vale usar una frase de Schopenhauer que dice así: “El talento se parece al tirador que da en un blanco que los demás no pueden alcanzar; el genio se parece al tirador que da en un blanco que los demás no pueden ver”. Esta frase es lo suficientemente grafica como para mostrar las diferencias existentes.

En todas nuestras charlas jamás hemos hablado del duelo y cuando nos hemos referido a emociones y sentimientos negativos lo hemos hecho para tratar de mostrar la futilidad de demorarnos en los grupos en su análisis, pero sí hemos puesto énfasis en hablar sobre lo que está más allá de todo eso, sobre cómo esta enorme crisis existencial nos convoca, nos llama a una respuesta que abre las puertas a un profundo camino de humanización que va mucho más allá del amor vertido sobre nuestra familia, un camino que muestra la verdad existencial de una famosa frase de Martin Buber: “Los sentimientos habitan en el hombre; el hombre habita en el amor”

Es necesario ahora hacer una breve aclaración a modo de introducción del pensamiento nuestro, y por extensión de aquel con el que Renacer fue creado, sobre el duelo, pensamiento que difiere en gran medida de aquel que se encuentra presente en algunos de los grupos, y en quienes en sus disertaciones se mueven con gran soltura en el terreno del duelo. Sabemos que esto ha de generar debates y es bienvenido que así sea, pues solo de esta manera hemos de continuar creciendo y estar más preparados para ayudar a quienes han de seguirnos; es pues nuestra esperanza que el debate se genere, pero éste deberá transcurrir por el terreno de las ideas y nunca por la alabanza o denigración de las personas. Mientras tanto y con el fin de hacer más comprensible nuestro pensamiento hemos de seguir moviéndonos en el terreno del duelo, aceptándolo como presente luego de la muerte de un hijo, pero no como única alternativa posible.

Martin Heidegger, uno de los filósofos contemporáneos que mayor influencia han tenido sobre el pensamiento moderno, ha abierto interrogantes cruciales sobre el significado del ser y la palabra. Para este fenomenólogo alemán del siglo 20, donde no hay palabra no hay nombre y por lo tanto no hay ser, entonces es necesario pensar lo no pensado, pero no en el sentido de pensar lo que se oculta detrás del pensamiento, sino lo verdaderamente no pensado aun. Es un proceso de creación auténtico, hay que ir más allá de un mero desocultar algo que ha permanecido oculto, hay que ir, por lo tanto, más allá de los límites, más allá inclusive de la misma verdad.

La muerte de un hijo es un llamado a una nueva existencia.

En nuestra cultura es conocido que la muerte cuando llega de visita a un hogar da un nombre a los deudos, así es de uso corriente que de un momento para otro alguien se transforme en una viuda, un viudo, un huérfano, y demás deudos quienes prontamente pasan a estar en duelo, pero hay un caso puntual en el que la muerte no ha sabido aún cómo nombrar a quienes permanecen de este lado de la vida, y ese es el caso cuando muere un hijo. Cuando esto sucede todos se estremecen y recuerdan entonces que la muerte de un hijo no tiene nombre...

En la medida en que aún no existe palabra ni lenguaje que nombre a los padres que pierden hijos, todos los conceptos vertidos hasta ahora sobre el duelo por una muerte que al venir da un nombre a los deudos (viudez, orfandad), carecen de vigencia, carecen de ser cuando se los aplica a los padres que pierden hijos; son, en estos casos, sólo meras apariencias.

A partir de estos conceptos se torna claro el desafío: No existe un “duelo” convencional por la muerte de un hijo, es necesario buscar nuevos caminos, nuevos territorios, pensar lo aún no pensado, osar desafiar los límites, inclusive los del mismo lenguaje, los del propio Dios cuyo nombre, según Foucault, pone un límite intraspasable al lenguaje y con él al propio ser. Una vez más nos encontramos en la búsqueda del ser a partir de la nada (Muerte)

Entre el límite de lo que la palabra significa o puede nombrar y la búsqueda de un lenguaje que nos obliga a descubrir aquello que está más allá de todo límite, entre estas dimensiones transcurre el sufrimiento por la muerte de un hijo.

Y aquí estamos, de nuevo con el duelo. Entonces bien vale detenernos en algunas consideraciones sobre el mismo. Éste es un sentimiento ante pérdidas significativas (el psicoanálisis habla de la pérdida de un objeto libidinal, lo que sea que esto signifique) y entonces estamos frente a un problema: la pérdida de un abuelo genera un duelo, la de un padre otro duelo, la de un hijo otro distinto y ahora vale la pena detenernos nuevamente: ¿qué significa un duelo distinto? Porque es necesario ser

honesto y reconocer que una separación genera un duelo, así como lo hace un exilio y para una persona anciana solitaria la muerte de una mascota puede generar un profundo duelo, así como lo hacen la pérdida de una casa en la que hemos vivido muchos años y donde nuestros hijos se han criado.

Sin embargo la muerte de un hijo genera algo enteramente distinto a la muerte de un padre o un abuelo. ¿Estamos hablando entonces de una diferencia cualitativa o cuantitativa? ¿Hablamos de duelos leves, moderados o severos o hablamos de cualidades de respuestas enteramente distintas?

¿La muerte de un hijo debe generar un duelo más intenso o peor o debe generar una respuesta de una cualidad enteramente distinta? ¿Acaso Renacer no fue una respuesta distinta, otra que un duelo, a la muerte de un hijo? ¿O piensan ustedes que Renacer fue creado para ser un grupo de duelo conducido por personas legas, es decir no profesionales? En otras palabras, lo que estamos tratando de decir es que la muerte de un hijo no puede terminar en un mero atravesar un duelo o terminar en un duelo permanente.

Todos los padres decimos que después de la partida de nuestros hijos, la vida cambia para siempre, pero, ¿cuál es este cambio? La creencia generalizada es que ese cambio es para peor, esperándonos una vida de tristeza, Renacer en sus orígenes se afanó siempre en mostrar que la muerte de un hijo es un llamado a una nueva existencia, y vamos más allá, no solo a una mejor existencia, sino a una radicalmente nueva, una que permita transformar una realidad no solo personal sino universal, una realidad que permita transformar una desgracia personal en un triunfo de la humanidad entera, en otras palabras, un acto de grandeza existencial.

La oportunidad que existe en cada crisis nos permite acceder a la grandeza como consecuencia de la muerte de un hijo.

Veamos, entonces, cómo es posible dar el gran salto desde el sufrimiento a la grandeza. Si estamos dispuestos a hacer el esfuerzo de mirar más allá del mero duelo y tratamos de entrar en lo excepcional, en la verdad, que es el hallazgo de sentido en la pérdida, esto significa permanecer en lo universal dándole la unicidad de nuestra propia vida, la unicidad de ese sufrimiento personal madurado, cambiado, en fin mejorado adecuadamente por cada uno de nosotros, entonces lo universal al darse en la unicidad del individuo reafirma su universalidad y allí reside la grandeza (Jaspers). Recordemos que el sentido de toda situación es aquella posibilidad que es buena para la persona, para los que la rodean y para la vida. 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 un duelo? ¿Cómo conformarse con un mejor o peor análisis de la culpa, el odio y cuantos sentimientos y emociones negativas se pueda mencionar?

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”. En consonancia con Jaspers, Foucault nos dice que “La transgresión (el pasar los límites de los que habla Jaspers) abre a partir de ese límite que indica lo sagrado, el espacio en que se juega lo divino” Así, de esta manera está planteada la disyuntiva: atravesar el duelo o arriesgarse al espacio en que juega lo inefable.

Renacer nació para mostrar a quien estuviese dispuesto este camino de grandeza que era posible seguir y es por esta razón que ese mensaje fue captado y aceptado por padres de muchos países de América y Europa. No fue aceptado 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...

Debemos reemplazar el sentimiento de dolor por un sentimiento de amor.

En junio de 1997 escribíamos en la revista de Renacer que, desde el momento de la creación del grupo hemos trabajado, y debemos seguir haciéndolo, 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. Hemos puesto tanto énfasis en trabajar con aquello que es común a todos porque es precisamente la esencia, lo universal, lo que hay de común en las particularidades, lo que representa la unidad de la especie. Si trasladamos ahora esto a Renacer vemos que lo universal en las particularidades que somos cada uno de nosotros, con emociones y sentimientos tan personales y por ende disímiles, es el sufrimiento y vemos así que este universal representa, a su vez, la unidad de los grupos. Este universal es imperecedero, el sufrimiento siempre será sufrimiento —y lo que cada uno decida hacer con él—, mientras que las emociones y sentimientos son siempre perecederas y cambiantes y 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, debemos reemplazar el sentimiento de dolor por un sentimiento de amor, y porqué, como seres humanos que somos, podemos hacerlo, se transforma entonces y en nombre de ese mismo amor en un imperativo ético, como veremos más adelante. El trabajar a partir del sufrimiento y no desde las emociones presenta la particularidad de que permite trabajar con una verdad irrefutable y obtener, a partir de ella, otras verdades de la existencia. También es necesario decir que si bien hablamos de sufrimiento como siendo universal, esencial, reconocemos que lo existencial yace en la respuesta que cada uno de nosotros le da a ese sufrimiento

La memoria colectiva: Renacer como un lugar donde vamos a dar algo nuestro en memoria de nuestros hijos.

Vale la pena analizar en detalle el aspecto de la memoria colectiva, noción que parte de los labios de una madre uruguaya en un encuentro nacional de Renacer Uruguay en Mercedes, Uruguay, en 1997. Allí esta madre cuyo nombre no recordamos nos dijo que durante mucho tiempo luego de la muerte de su hijo temió que, siendo solo ellos dos sin familia alguna, al morir ella desaparecería el recuerdo de su hijo de la faz de la tierra, pero luego estando en Renacer se dio cuenta que eso no sucedería puesto que el rostro, el nombre y anécdotas de la vida de su hijo permanecerían en la memoria de todos los padres del grupo. Cuando ella terminó de hablar un papá se levanto y comentó que cuando iba a misa nombraba a cada uno de los hijos de los padres de su grupo y fue en ese día en que nos dimos cuenta que en los grupos se estaba forjando la memoria colectiva de los jóvenes que habían partido prematuramente y fue un sentimiento muy particular, mezcla de alegría por el descubrimiento y al mismo tiempo una gran responsabilidad.

Seguramente ustedes han de preguntarse el porqué de una gran responsabilidad. Para contestar a este interrogante es necesario imaginar a esta memoria colectiva como un hermoso jardín al que vamos a plantar una planta o un árbol en memoria de nuestros hijos, jardín en el cual cada uno deberá elegir si planta una planta hermosa, de coloridas flores o una ortiga o algún yuyo. Obvio es decir que las plantas que uno elige representan los sentimientos que cada uno añade a esta memoria colectiva. Y esto está en concordancia con esa manera de ver a Renacer como un lugar donde vamos a dar algo nuestro en memoria de nuestros hijos.

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 con mayúsculas, sin eufemismos; 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 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. Y así, porque un hombre doliente encuentra sentido a su tragedia en el servicio

y otro reclama esa ayuda que sólo un igual puede brindarle, nace Renacer y nos ofrece la oportunidad de llegar a ese encuentro con el otro y sí, merced a éste encuentro, ambos, ayudador y ayudado logran elevar la mirada y dirigirla hacia el mundo, en vez de pensar cada uno en su propio problema, entonces, juntos habrán alcanzado la autotranscendencia en su modalidad más noble: la renuncia a su propio sufrimiento, a su propio dolor. Ustedes dirán ¡Renunciar a mi dolor! No solo es imposible sino que no queremos hacerlo; a veces es todo lo que me queda de mi hijo. Pues bien, recuerden por un lado que somos portadores de una memoria individual que debe integrarse a una memoria colectiva y debemos decidir qué aportar a esa memoria.

Por otro lado, en esos momentos en que pareciera que ya nada tiene o puede tener sentido, cuando experimentamos nuestra vida como vacía, es justamente entonces que estos grupos presentan la particularidad de ofrecer una posibilidad de sentido colectivo, es decir trabajo, afecto, creación y capacitación para el grupo y esto puede ser igual para todos los miembros y mantenerse 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: ahí está para quien quiera asumir el desafío. Esto no significa que este sea el único camino que Renacer muestra, sino que, por el contrario, es un camino que no se le puede negar a quien quiera asumir ese desafío que es, a la vez, expresión de ese habitar en el amor del que habla Buber y, por extensión, del mensaje de nuestros hijos, quienes han atravesado la puerta del amor y la compasión total. Es por esto que los grupos deben hacer un esfuerzo para mostrar a los padres que hay un camino distinto del camino del dolor pues este el que primero convoca, el más aparente y que menos riesgos conlleva, pero... ¿Es acaso el mejor camino? ¿Es el camino que hubieran elegido nuestros hijos?

¿Pero cómo hago para transitar este camino que Renacer me ofrece?

Luego de todas estas consideraciones estamos en condiciones de responder a una pregunta que en ustedes debe haber estado gestándose desde hace tiempo: todo esto parece muy lindo, ¿Pero cómo hago para transitar este camino que Renacer me ofrece? Pues bien, el camino está en la esencia de Renacer y tiene ojos, voz y rostro: es el hermano que sufre y está frente a mí, pues si todo mi dolor sirve para que un hermano sufra menos, entonces habrá valido la pena de ser vivido. Pero ¿Cómo hacer para sacar a los integrantes de estados de profunda concentración en sí mismo y preocuparse por el otro?

Pero la pregunta que aparece ahora es: ¿como si el que sufre soy Yo puedo 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? Ciertamente esto es imposible en la medida en que el ser sufriente permanece aislado experimentando el sufrimiento como existente en él mismo, únicamente en él. Solamente si deja vibrar su corazón en resonancia con otro corazón sufriente, sólo si, como decía Unamuno “Al oírle un grito de dolor a mi hermano, mi propio dolor se despierta y grita en el fondo de mi conciencia”, es decir merced a uno de los fenómenos humanos por excelencia: el servicio por el 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, aprender en ese proceso a ver al otro como aquel para quién yo soy el otro. Debemos darnos cuenta que no puede existir grupo de ayuda mutua alguno sin la presencia del hermano que sufre — ¿qué clase de grupo sería si yo fuese el único integrante?— Y lo mejor de cada uno es ese amor que aún tenemos, por nuestros hijos, por la vida, por Dios o por uno mismo, puesto que si los corazones estuviesen secos, sin nada de amor, nadie estaría en grupo alguno. Es entonces, a través de ese amor por el hermano que sufre y que está frente a mí, que podemos darnos cuenta que, en homenaje a nuestros hijos, hemos comenzado a reemplazar el dolor y desesperación por amor.

Elizabeth 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” Y el amor es humilde, es desapegado y es autorrenuncia, y estas tres características humanas han estado eventualmente ocultas, o aún ausentes en la existencia de muchos de los integrantes de los grupos, y las tres son fenómenos que reflejan la autotrascendencia humana. Hemos llegado así a “descubrir”, desocultar, que la respuesta del hombre al sufrimiento yace en la trascendencia, y se hace evidente una conclusión más: el sufrimiento no puede ser curado, ni resuelto, ni elaborado, el sufrimiento sólo puede ser... trascendido.

El grupo se debe a los padres nuevos.

Ayuda a transitar el camino el hecho de que el grupo se deba, 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. Por autotrascendencia entendemos la capacidad del ser humano de orientarse a algo o alguien que no es él mismo, como es 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 dirigidas a sí mismo, sino a la vida, a Dios, o a nadie en particular. Estos tres sentidos de nuestra autotrascendencia confluyen en uno sólo, como quizás en ninguna otra ocasión en la vida, en los grupos de ayuda mutua: el ser sufriente a quién amar se vuelve la tarea a cumplir a través de los valores de actitud. Esta dedicación sin reparos a aquellos padres que recién ingresan o son más nuevos tiene una recompensa, no buscada, de enorme valor, que reside en el hecho existencial de producirse el olvido del propio dolor al preocuparnos por el dolor de los demás.

Esta dedicación a los padres más nuevos suele ser cuestionada por algunos padres con mayor antigüedad en los grupos, quienes expresan su interés por “continuar creciendo”, por seguir en el camino del “crecimiento “interior” y ven este camino dificultado por esa dedicación. A esto contestamos con el mayor de los énfasis que el “crecimiento interior” tan buscado consiste en la cada vez más cercana aproximación a la compasión vivida (no reflexionada). En otras palabras: no se llega a ser compasivo a través de la lectura o la reflexión, sino merced al amor compartido con aquellos con quienes el destino común nos ha hermanado. En cuanto al dedicarse a los padres nuevos, ¿qué importa cuántas veces escuchemos a otros padres hablar de su sufrimiento, si nosotros mismos somos, cada vez, personas distintas?

El camino correcto, no el más fácil.

A lo largo de estos años hemos acercado a una nueva propuesta para los grupos de ayuda mutua, un nuevo camino a recorrer por los seres sufrientes; camino que partiendo de la desesperanza de la soledad existencial y un sufrimiento sin sentido aparente, nos conduce a una existencia valiosa, auténtica, que se afirma a sí misma en una lucha laboriosa y honesta, no para no sufrir, no para olvidarnos, sino para reafirmar nuestra decisión de volver a empezar una y cuantas veces sea necesario, pero haciéndolo con la frente alta, mereciendo, como decía Dostoievski, ser dignos de nuestro sufrimiento pues igualmente digno y valioso es el origen de ese sufrir.

Y poco a poco se va haciendo evidente que la propuesta de Renacer, aún como grupo de ayuda mutua, va mucho más allá de un mero confortar a los que sufren, va transformándose en un imperativo ético. En otras palabras, es el camino que lleva al hombre a alcanzar su humanidad. Es el camino final de humanización propuesto anteriormente. Y no puede ser otro que éste el camino que nuestros hijos —los que partieron y los que aún están—, la vida y nosotros mismos merecemos.

Se puede objetar que es un camino difícil y que quizás no todos puedan seguirlo, se nos propondrán alternativas más fáciles y más tentadoras y frente a eso sólo podremos escuchar a nuestra conciencia y la silenciosa voz de nuestros hijos que siempre han de morar en ella, que han de indicarnos el camino correcto, no el más fácil. Por eso Renacer nos pide que asumamos el desafío, que tomemos el camino más valioso, aquel que nos lleva a renunciar a nosotros para pensar en el hermano que sufre. Pero ésta demanda que recae sobre nuestros hombros no queda sin recompensa, puesto que mientras más renunciamos a nosotros, mientras más nos olvidamos de nosotros y nuestras emociones, más cerca estamos de nuestra esencia, de aquello que verdaderamente somos: Seres Humanos, y hemos así recorrido el camino ético que Renacer pretende, el camino que nos lleva a nosotros, los hombres, a vivir moral y éticamente.

Porque, después de todo “No somos lo que recibimos de la vida sino lo que devolvemos a ella Y 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”

Lo realmente valioso era el hecho de ayudar a otro ser sufriente.

Ese camino final de humanización que propugna Renacer se basa en la dedicación al Otro cuya presencia me reclama en un grito silencioso que pide “no me abandones en mi dolor” llamado ante cual no podemos permanecer impasibles a riesgo de desprendernos de nuestra propia humanidad, y es en respuesta a esta llamada que surge la ayuda mutua que es parte indisoluble del ser humano y que el hombre— particularmente en sus grandes crisis— al vivir su vida no sólo que ex-siste (vive) sino que además ex-plica (desenvuelve) la ayuda mutua, aunque no pueda definirla y menos aún conocerla como tal.

Hemos trabajado en la búsqueda de un marco referencial adecuado para facilitar la reproducción de la experiencia sin que medie la presencia de los creadores y hemos comprobado que la Logoterapia y el Análisis Existencial de Viktor Frankl son los más adecuadas para esta tarea. El propio Frankl, en su libro “Psicoanálisis y Existencialismo”, afirma que “la Logoterapia guarda relación, por lo común, con hombres que sufren espiritualmente, pero que no deben ser considerados como enfermos en sentido clínico”

Inicialmente los grupos se llamaron de autoayuda, pero a medida que transcurrió el tiempo los integrantes comenzaron a darse cuenta que lo realmente valioso era el hecho de ayudar a otro ser sufriente, que en la medida que se preocuparan más por el dolor del otro menos intenso era el propio y concluyeron que “el alivio” de su dolor era el resultado de la ayuda al otro, aún cuando inicialmente había sido la meta inicial. En palabras de Levinas “No soy el otro; no puedo ser sin el otro”

Ayuda Mutua: Dar para recibir.

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 aproxima bastante a “la felicidad”. Hemos visto que esta no puede ser una meta sino el resultado de una tarea o una misión adecuadamente cumplida por lo que sostenemos que: “la paz que cada uno anhela es el resultado de una tarea adecuadamente cumplida que consiste en la ayuda a un hermano que sufre y en ese ayudar a otro nos ayudamos a nosotros mismos cumpliéndose así el proceso de ayuda mutua”. Esta vuelta de tuerca existencial que va de “recibir para después dar” (tan frecuente en los grupos de autoayuda) al “dar para recibir” reafirma al hombre como un ser abierto al mundo y a los hombres, incondicionado, autotrascendente. A partir de esta comprensión los grupos han cambiado su denominación a grupos de ayuda mutua.

Esta ayuda mutua es una expresión o experiencia existencial, más aún, podríamos definirla como un existencial humano; es una manifestación, quizás una de las más nobles de la trascendencia del ser humano, razón por la que podemos definir a la ayuda mutua como “Un encuentro existencial de seres sufrientes que confluyen en un objetivo común: trascender el sufrimiento” esta expresión surge con mayor intensidad cuando el hombre se ve confrontado con situaciones límite que, al tiempo que limitan sugieren, a su vez, nuevos territorios existenciales que explorar. Estas situaciones conducen al análisis de la existencia al desnudo, con todas las dificultades inherentes; análisis que ha de servir al mismo tiempo para que, apoyado y acompañado por aquellos a quien el destino común 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”.

Estas situaciones límite producen un cisma en la vida y hacen, quizás por vez primera, que nos demos cuenta que somos seres históricos, inmersos en el devenir de nuestro propio ser. Y lo que es más importante aún, nos hacen ver que nuestro pasado, nuestra historia ya realizada no se puede cambiar, y por eso mismo nos confrontan, esta

vez de manera ineludible con nuestra conciencia en un dialogo que no permite el escape de la responsabilidad existencial. Ante esta profunda señal de alerta implícita en la crisis, despertamos a nuestra intuición y nos damos cuenta que la salida existencial yace por delante de nosotros en lo que aún queda por llevar cabo en ese futuro en el que existen las posibilidades no realizadas, nos damos cuenta que la única manera de alejar la oscuridad es dejando entrar la luz. De esta manera los grupos ayudan a sus miembros a aceptar la responsabilidad por su propia vida frente a lo sucedido. 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. En otras palabras, es solamente en la plasmación del tu, que la ayuda mutua existe y se manifiesta. Es la distancia existencial que va del ser-para-sí mismo al ser-para-otro. Es la escalera que conduce por la dereflexión o sea la salida del ensimismamiento, hacia la autotrascendencia, es, en palabras de Elisabeth Lükas, el “impulso hacia la dimensión espiritual del ser humano”.

La respuesta del hombre al sufrimiento yace en la trascendencia.

Hemos mostrado los senderos, propuestos desde la Logoterapia, que conducen hacia el sentido inherente en las crisis existenciales, que llevan hacia los valores creativos, experienciales y de actitud. Así también hemos visto 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 conoce que “no vale la pena perder tiempo derribando vallas” (emociones que supuestamente lo condicionan) cuando se puede saltarlas para ayudar al hermano que sufre, y al saltarlas se da cuenta 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 (corporal y psíquica) 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 un grupo 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 abriéndole su horizonte de libertades (posibilidades) y ayudándole de esta manera a encontrar su nuevo momento histórico, su nuevo modo del 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, en otras palabras, de la realización de las posibilidades de

sentido, entendiendo por sentido aquella opción que cumple la triple condicionalidad de ser bueno para la persona, ser bueno para los demás y ser bueno para la vida misma.

Hemos observado que el primer paso en este largo y difícil camino que los grupos de ayuda mutua ofrecen ha sido aprender nuevas maneras de comunicación que partan desde lo mejor de cada uno hacia lo mejor del otro. Y lo mejor de cada uno es ese amor que aún tenemos por la vida, por Dios, por nuestros seres queridos o por uno mismo, puesto que si los corazones estuviesen resecos, sin amor alguno, nadie estaría en un grupo, y esta pasión es humilde y es desapegada y es autorrenuncia. Estos tres fenómenos humanos han estado larvados en la existencia en la mayoría de los integrantes de los grupos, y reflejan la autotrascendencia humana. Hemos llegado así a “descubrir”, a desocultar que la respuesta del hombre al sufrimiento yace en la trascendencia, y se hace evidente una conclusión más: el sufrimiento no puede ser curado, ni resuelto, ni elaborado, el sufrimiento sólo puede ser... trascendido.

De un ser-para-sí mismo en un ser-para-otro.

También hemos visto que las crisis existenciales severas, o situaciones límites, colocan al ser humano en una categoría existencial nueva desde el punto de vista histórico. Por un lado lo colocan en un momento histórico del ser distinto a todos los demás y que presenta la peculiaridad de poder llegar a ser atemporal, y por otra parte nunca se siente el ser humano tan arrojado al mundo (Heidegger) como cuando el destino lo coloca frente a una situación límite no buscada y de la que le resulta imposible escapar.

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 ser- para- sí- mismo, despojado de toda orientación a otro ser, al mundo, a la comunidad, es decir de toda autotranscendencia. 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, durante el cual el ser sufriente no sólo es un ser- para -sí- mismo sino también es un ser-así (sufriente), no pudiendo ser de otra manera, como ser desprovisto de toda autotranscendencia.

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 y cuya única alternativa se remita a transitar, de la manera que se pueda, el sufrimiento por la muerte de un hijo

Alicia Schneider Berti- Gustavo Berti

Río Cuarto 15 de abril de 2010