

¡La verdad está afuera!

(1ª parte)

Camilo Ramírez Garza

Reza el slogan de la famosa serie norteamericana "X files". Igualmente podría ser el título de la obra freudiana, el psicoanálisis, en su particular desarrollo por Jacques Lacan: la subjetividad, sus interconexiones, tejidos y efectos, están afuera: el malestar, así como sus soluciones, son del orden social, "...desde el comienzo mismo la psicología individual es simultáneamente psicología social" (Freud, 1921 "Psicología de las masas y análisis del yo")

A raíz de la "guerra" que el Gobierno Federal Mexicano le ha declarado al narco, diversos estados y ciudades de México se han visto, casi en su totalidad, militarizadas. Entre ellas, Ciudad Juárez, Reynosa, Nuevo Laredo, Matamoros, Monterrey, Sonora, etc. Sin por ello reinar la tranquilidad en la ciudadanía, todo lo contrario. Los enfrentamientos entre bandas del crimen organizado y fuerzas castrenses se dan a

La salud mental tiene que ver con las condiciones relacionales, sociales y familiares

todas luces en calles y avenidas, dentro de colonias, plazas, hospitales y escuelas, cuando no irrumpen cruentamente en casas y centros de fiestas, bares y antros. Todo ello entre el ir y venir de los ciudadanos, niños, jóvenes y adultos; cientos han sido asesinados entre fuegos cruzados. ¿Por el crimen organizado o por las fuerzas federales? Los hechos terminan por no esclarecerse, afectándose aún más la confianza en las autoridades, potenciándose el miedo. Como sucedió en la balacera del TEC de Monterrey, donde murieron dos estudiantes -ese mismo día una mujer fue asesinada en otro tiroteo- primero las autoridades los declararon sicarios, luego los reconocieron como estudiantes.

Es en dicho contexto en donde a menudo me preguntan ¿Qué se debe hacer para no quedar presa del miedo?

¿Cómo tratar los efectos de la inseguridad, del crimen? Primeramente he de decir que dichos malestares solo pueden tratarse en la dimensión en que se presentan, es decir, en lo social, puestos en palabras y expresiones desde como cada cual lo padezca, asumiendo que el miedo y la angustia - o lo que sea que se padezca- poseen relación con lo que está aconteciendo, y no que es algo que está "en la cabeza" de cada quien, que eso que sucede socialmente ha afectado de manera singular a una persona.

Las categorías psicologizantes y psiquiatrizantes son lo de menos, esas solo se utilizan de manera general, para pensar en masa, en población, justamente aplastando la subjetividad.

Cuando al miedo y a la angustia y demás efectos de males sociales (robo con violencia, secuestro, extorsión,



asesinato, etc.) se les otorga estatuto de enfermedad mental, se les despoja de lo humano que hay en ellos. Es una estrategia biopolítica en donde el objetivo es despojar al sujeto, al ciudadano, y por lo tanto su malestar, de los elementos que lo configuran: derechos y obligaciones, voz y voto, etc. "Internalizando" su problema, ubicarlo bajo el rubro de "estrés post-traumático", darle medicinas y mandarlo a su casa. La salud mental tiene que ver con las condiciones relacionales, sociales y familiares, de ahí lo de "La verdad está afuera" Además, dicho sea de paso, las estrategias de las brigadas de secre-

tarias de salud, que intentan atender a "víctimas" de la guerra contra el narco, operan con la misma estrategia que el narco: dando fármacos para acallar las voces, para que los ciudadanos no exijan, en ese sentido, los zombis los producen tanto el crimen organizado como las autoridades. Ambas, instrumenta un puro goce químico-somático, inserto en el goce económico particular, sus intereses, tanto del narco como de las industrias farmacéuticas y los Estados.

camiloramz@gmail.com
http://camiloramirez.jimdo.com

México, DF.- Algo debe tener este lugar que cada semana atrae a 31 mil 240 personas desde los lugares más lejanos de la capital mexicana. El emblema de un sol amarillo canario los identifica como grupo. Un líder les habla sobre cuál es el camino que deberán tomar y todos siguen instrucciones sin cuestionarlas. Durante dos horas parecen una gran familia porque sus secretos los exponen sin rubor alguno. El pasado que todos comparten pareciera gris y por eso es que, en un grado de desesperación, acuden a este club.

No es una asociación o secta religiosa ni un movimiento político o ideológico. Es un club donde los asistentes aseguran tener una especie de llave maestra para abrir un tesoro. Hay personas que acuden al club desde hace 19 años que éste se creó, otros tienen sólo un mes o dos, pero aseguran que aquí encuentran solución a sus problemas.

Algunos de los asistentes, antes de acudir al club, habían tenido intentos de suicidio; otros habían roto relaciones de amistad y familiares por neurosis, alcoholismo o drogadicción; otros aseguran que habían perdido el sentido de sus vidas y otros tantos simplemente se habían paralizado asustados y conmovidos ante una desgracia. Pero aquí, tras la sesión semanal, aseguran salir con las ganas de cambiar de rumbo. Claro, lo que atrae a todas estas personas al club es la búsqueda de ese estado emocional que llaman la felicidad.

Buscan la manera de ser feliz

Más de 31 mil optimistas se reúnen en clubes cada semana en busca de felicidad



Hay personas que acuden al club desde hace 19 años

los clubes- sugiere a las personas que reconozcan el poder que tienen para controlar sus vidas aún en esos momentos de tristeza y les recomienda no dejarse llevar de manera exagerada por trastornos como la obsesión o la compulsividad. En sus folletos dice: "En lugar de decir: estoy pasando por esta situación, mejor di: es hora de salir de esta confusión".

Para iniciar la sesión del día, todos los asistentes realizan la abrazoterapia.

Todos los asistentes se abrazan entre sí, se conocen o no. Y sonríen. Don Rafael García Clara, quien tiene año y medio en el club, asegura que de esa manera se siente comprendido, apoyado y seguro por otras personas.

Después de los abrazos, cinco voluntarios pasan al centro del salón para relatar sus experiencias. De hecho hay adultos que llegan acompañados por sus hijos y ellos sesionan en un salón distinto donde dibujan y hablan de sus propios miedos. Una especialista aborda los temas con cuentos y canciones.

Don Rafael tiene 64 años de edad. "Yo vine a este lugar después de que falleció mi esposa porque cuando uno pierde a un ser querido también pierde el control. Aunque aparentemente sea uno maduro, no pensamos las cosas bien y yo caí en una depresión terrible y entonces me dejé arrastrar por la tristeza. Lo que he aprendido aquí es que pase lo que pase, uno nunca está solo y siempre hay una solución para sentirse mejor y para afrontar el dolor", dice este hombre, quien fue traído a este club por recomendaciones de su hermano.

UN MOMENTO DE RESPIRO

Graciela Juárez, de 58 años, pertenece a los clubes desde hace 8 años. Se ha quedado todo este tiempo porque dice que es un momento de respiro a su vida. "He aprendido a quererme a mí misma, a no angustiarme tanto y a tratar de disfrutar las cosas que me da la vida por muy pequeñas que sean". Al salir de su sesión, Graciela regresa a su casa para cuidar a su esposo, quien tras tener un derrame cerebral quedó inmóvil en cama.

"El ver a mi esposo como bebé me angustió mucho no sólo a mí, a toda la



En cada sesión hay un tema, como el de ¿Qué tan desordenada está mi vida?

familia; mi hija cayó en depresión e intentó suicidarse tres veces. Ahora sé que tengo que agradecer lo que tengo, aprovechamos los momentos juntos y valoramos el presente", dice Graciela, quien además expresa la envidiable frase: "Soy feliz".

María Esther Aguirre es la fundadora de esta asociación. Dice que tomó la determinación de hacerlo desde su niñez porque "siempre me decía a mí misma que quería hacer algo importante por los demás, sobre todo por la gente que sufre porque nunca entendí por qué sufrían si se puede ser feliz con sólo quererlo" y fue hasta la edad adulta que se reunió con amistades para fundar la asociación.

UN SITIO PARA ENCONTRAR LA PAZ

Asegura que no tiene fines políticos, religiosos ni lucrativos, aunque se han acercado a ellos diversas empresas "que al final lo que quieren es comercializar un producto" o grupos políticos y religiosos "que nos ofrecen lugares para crear un club pero que nos piden

desarrollo humano y superación profesional.

"Hemos notado que obviamente en época de crisis o ahora con tanta violencia se acercan mucho a nosotros para encontrar un lugar de paz y aquí la pueden encontrar", dice María Esther Aguirre.

Esos contextos de crisis y violencia son los que llevan a cada vez más personas a buscar ayuda, asegura Teresa Duarte, psicóloga de la UNAM. "Cuando la terapia psicológica ya no les resulta, la gente llega a estos grupos porque así se dan cuenta de que hay mucha gente con problemáticas similares que, pese a todo, logra salir adelante".

Dice que aunque el concepto de felicidad es diverso según cada persona, "es más fácil entenderlo cuando quienes dicen vivirla se sienten liberados de miedos, presiones y tristezas. Digamos que es una forma distinta de ver la vida, de afrontar los problemas con sabiduría".

(El Universal)



En los 12 clubes de optimismo que hay en el Distrito Federal, Estado de México, Morelos, Puebla, Michoacán, Querétaro y Jalisco, los hombres, mujeres y niños reciben terapia grupal.

dad.

LA CLAVE DEL ÉXITO

En los 12 clubes de optimismo que hay en el Distrito Federal, Estado de México, Morelos, Puebla, Michoacán, Querétaro y Jalisco, los hombres, mujeres y niños reciben terapia grupal y escuchan a expositores que les hablan de cómo conseguir el éxito en sus vidas, cómo fortalecer su autoestima, cómo perdonar y evitar los rencores y odios, cómo reponerse ante una pérdida o el final de un ciclo en sus vidas y, en general, les enseñan cómo afrontar los problemas.

La clave para las miles de personas que han optado por estos clubes es simplemente ser optimistas, sonreír lo más posible, pensar que cada problema es una oportunidad para crecer y estar

convencidas de que cada persona es valiosa por sí misma y para los demás.

En la sede principal del club de optimismo, en la colonia San Miguel Chapultepec, asisten cada sábado un centenar de personas. Si está dentro de sus posibilidades, pagan 20 pesos. Quiénes no tienen recursos son entrevistados antes por una trabajadora social para conocer su situación y quedar exentos.

LA ABRAZOTERAPIA

En cada sesión hay un tema, como el de ¿Qué tan desordenada está mi vida? Se refiere a los episodios de la vida que ocurren de manera inesperada, como la muerte de un familiar o amigo, y que hacen que a veces se pierda el control. El consejo de la asociación civil Ayuda y Optimismo -encargada de coordinar



Esos contextos de crisis y violencia son los que llevan a cada vez más personas a buscar ayuda.