

2.

Desafiar la cultura del consumo: Ritos de pasaje y comunidades de reconocimiento^{1*}

Michael White

De manera rutinaria experimentamos en la vida cotidiana un extraordinario estímulo a consumir diversas sustancias, muchas de las cuales son adictivas. Podría decirse que la cultura contemporánea es una "cultura del consumo". Hay una gama cada vez mayor de estas sustancias disponibles para nosotros, cuyo consumo se pone al servicio de muchos usos distintos, moldeados por muchas circunstancias distintas. Para algunas personas, la cantidad y/o la naturaleza adictiva de las sustancias que están consumiendo, ya sean legales, ilícitas o recetadas, se vuelve un problema para ellas y/o para otras. Cuando esto ocurre, estas personas suelen encontrarse consultando a terapeutas profesionales.

En estas consultas, las personas suelen estar orientadas hacia preguntas como "¿Por qué no puedo dejar de tomar estas drogas?" o "¿Por qué no puedo resistirme al alcohol?". Frente a preguntas como estas, quienes ejercen la terapia y aprecian hasta qué punto la nuestra es una cultura del consumo probablemente propongan explorar otras preguntas: "¿Por qué será que algunas personas no consumen drogas?", "¿Por qué será que algunas personas no consumen más drogas de las que consumen?", o "¿Por qué será que algunas personas no consumen alcohol en exceso?". La exploración de preguntas como estas pone el énfasis en las muchas fuerzas culturales que incitan a un consumo excesivo de una gama de sustancias distintas. Estas preguntas, y otras como "¿Cómo, bajo estas circunstancias, te es posible tener este deseo de separar tu vida de esta sustancia?" o "¿Cómo, bajo estas circunstancias, has podido nutrir esta posibilidad de una vida libre de alcohol?", abren además posibilidades para explorar algunos de los acontecimientos extraordinarios de las vidas de las personas que han quedado eclipsados y vueltos invisibles. Y la exploración de estos acontecimientos contribuye al desarrollo de relatos de las contratramas de las vidas de las personas, por ejemplo, de "resistencia al abuso de sustancias" y de "cuidado de sí".

El énfasis que se da aquí a las fuerzas culturales que incitan al consumo de sustancias es significativo, porque quizás la primera consideración más importante para las personas que quieren cambiar su relación con una sustancia es apreciar aquello contra lo que estarán luchando al perseguir esa ambición. Si la concepción de una persona es que separarse de una adicción y/o del consumo excesivo de sustancias es principalmente cuestión de rechazar las pastillas, alejarse de la botella o deshacerse de las jeringas, es muy probable que se esté preparando para una experiencia de fracaso humillante que complicará aún más su vida. Con esta concepción, hay un alto riesgo de que sus buenas

intenciones se agrien muy rápidamente. Con esta concepción, una persona no será consciente de aquello en lo que se está metiendo al tomar tal decisión, y no tendrá la oportunidad de prepararse adecuadamente para su separación de la adicción y/o del consumo excesivo de sustancias.

No son solo las fuerzas culturales que incitan al consumo de sustancias aquello contra lo que luchan las personas en su deseo de cambiar su relación con las sustancias. Y no se trata solo de sacarse de encima el peso de la historia y las tradiciones de la cultura del consumo. Para la mayoría de las personas, cambiar la relación con las sustancias requiere una ruptura con buena parte de la propia vida tal como se la conoce. Es romper con un sentido familiar de estar en el mundo. Es romper con ciertas maneras de relacionarse con la propia vida y con las vidas de otras personas. Y, para muchas, es romper con redes familiares de gente.

Separarse de las adicciones y/o del consumo excesivo de sustancias usualmente requiere un giro vital muy grande, algo parecido a una migración de identidad, un acto de dejar intencionalmente la propia vida atrás para hacerse una vida nueva. Perseguir el deseo de revisar la relación con una sustancia pone a la persona en un viaje, y dejar el territorio de vida que se ha habitado por largo tiempo es la primera etapa de este viaje. Esta partida no viene acompañada de una llegada simultánea a algún otro territorio de vida donde la persona encuentre un lugar propio. Al partir de lo conocido, la persona no entra en otro conocido. Esta partida es una salida hacia lo desconocido. Las personas solo pueden estar seguras de la dirección general. Pero permanecerán inciertas sobre cuán lejos deben viajar, y sobre qué será de ellas en el camino.

Un rito de pasaje

A menudo invoco la metáfora del rito de pasaje cuando me consultan personas que quieren separarse de una adicción y/o del consumo excesivo de sustancias. Siguiendo a van Gennep (1960) y a Turner (1969), pueden distinguirse tres etapas en los ritos de pasaje. Primero está la fase de separación, en la que la persona rompe con su vida tal como la conoce. Esta marca el comienzo del viaje. Segundo, está la fase liminal. Esta es una fase de "estar entre medio", en la que el sentido familiar de estar en el mundo está ausente, y donde nada significa exactamente lo que significaba antes. Esta fase se caracteriza invariablemente por períodos de desorientación y confusión, y momentos de desesperanza significativa. Tercero, está la fase de reincorporación. La reincorporación se alcanza cuando la persona descubre que ha llegado a otro lugar en la vida, donde experimenta un "calce" que le provee la sensación de estar nuevamente en casa consigo misma y con una forma de vida. En este momento, las personas recuperan la sensación de poseer saberes y habilidades en asuntos del vivir.

El trabajo informado por la metáfora del rito de pasaje provee a las personas un mapa general de las experiencias que cabe esperar al separarse de la adicción y/o del consumo excesivo de sustancias. Este mapa que enfatiza las fases de separación, liminalidad y reincorporación es con frecuencia una ayuda invaluable para viajes que pueden estar llenos de dificultades. Este mapa provee a las personas una guía general por los territorios que están por delante. Les provee una base para predecir las experiencias que tendrán. Informa a las personas en las preparaciones que deben hacerse antes de la partida. Sin un mapa que asista a las personas de esta manera, hay un riesgo significativamente mayor de que vuelvan atrás antes de completar el viaje.

Antes de dar el primer paso en esta migración de identidad, en la antesala de la fase de separación, puede hacerse un trabajo para identificar todas las fuerzas que la persona estará desafiando con este paso, y puede explorarse el pleno significado de esto como una migración de identidad. Una apreciación más completa de estas fuerzas y del significado de esta migración contribuye a establecer una mayor preparación para el viaje. Sin embargo, pese a la atención cuidadosa que se ponga en esto, no puede determinarse antes de la partida si todas estas fuerzas han sido suficientemente identificadas, ni si se ha alcanzado una comprensión adecuada del significado de esta migración, siempre existe una fuerte posibilidad de que la persona vuelva atrás.

Junto con la atención que se da a las preparaciones para la separación, es importante hacer algunas predicciones de las experiencias que se tendrán en la fase liminal, ese estar entre medio que se caracteriza por períodos significativos de confusión y desorientación, y a veces por desesperanza y desesperación, y hacer preparaciones que asistan a las personas a atravesar estas experiencias hasta la reincorporación.

Inmediatamente antes de entrar en estos viajes, y mientras dan sus primeros pasos, las personas frecuentemente sienten que su ánimo se eleva con las nuevas esperanzas de una vida vivida de otra manera. Sin embargo, después de esto, las personas invariablemente se encuentran cayendo en un pozo de confusión y desesperanza. Esto usualmente se interpreta como un fenómeno fisiológico, asociado a la abstinencia de la sustancia. Sin embargo, aunque este fenómeno fisiológico suele ser significativo, no da cuenta por completo de esta caída. Al entrar en este viaje, las personas están rompiendo con lo conocido, desprendiéndose de un sentido familiar de sí mismas, y de pronto se encuentran sin saber cómo lidiar con el mundo. Si las personas no comprenden esta experiencia en el contexto de la fase liminal del viaje, será leída como retroceso. Bajo estas circunstancias, con las esperanzas no realizadas de entrada, la vida bajo el dominio de la adicción y/o del consumo excesivo de sustancias se volverá muchas veces una propuesta más atractiva que perseverar en los esfuerzos por revisar la relación con estas sustancias.

Aunque se dé una atención considerable al mapeo de este viaje, y a las preparaciones para las fases de separación, liminalidad y reincorporación, es importante que las personas comprendan que volver atrás sigue siendo una posibilidad concreta. Hay maneras de entender esta vuelta atrás, y de prepararse para esta eventualidad, que no la construyen como fracaso, que no contribuyen a esa experiencia de "volver al punto de partida" que avergüenza a las personas y que socava tanto la esperanza como los esfuerzos futuros. Volver atrás puede entenderse como el resultado de una apreciación insuficiente de las fuerzas que incitan al consumo de sustancias, de vacíos en las preparaciones hechas para sostenerse a través de los rigores de la fase liminal, y así sucesivamente. También puede entenderse que todos los intentos de migraciones de este tipo contribuyen al desarrollo de los saberes y las habilidades que son necesarios para completar exitosamente el viaje, y que estos contribuirán a que las personas estén mejor preparadas en intentos futuros.

Otros mapas

Con frecuencia resulta útil proveer a las personas mapas de los viajes hechos por otras. Aunque estos otros mapas no representarán con exactitud las subidas y bajadas específicas que experimentará la persona que está haciendo sus preparaciones, le ofrecen de todos modos algún relato de lo que tiene por delante, y alguna guía para estas preparaciones. Estos otros mapas también proveen una medida de reaseguro a las personas cuando están en la fase liminal y se encuentran en un pozo de confusión y desesperanza, esto era de esperarse, otras personas han estado ahí, lo han sobrevivido y han seguido hacia cosas mejores.

Además de proveer mapas de viajes similares, existe la opción de invitar a otras personas a una reunión o dos con el propósito de entrevistarlas sobre sus experiencias de migración. Hay mucho que aprender en estas entrevistas: qué es lo que ha sostenido a otras personas a través de la etapa liminal, incluyendo los saberes y habilidades específicos que son relevantes para esto, las afiliaciones y circunstancias o estructuras que proveyeron el apoyo necesario, y así sucesivamente. Pueden ser entrevistas a personas que han atravesado migraciones diversas, geográficas, nacionales, culturales y, por supuesto, migraciones de identidad en relación con separarse de la adicción y/o del consumo excesivo de sustancias. Puede ser particularmente útil entrevistar a personas que emprendieron una migración solo para volver atrás, y que luego desanduvieron sus pasos en un momento posterior, esta vez completando el viaje. A menudo quienes son entrevistadas de esta manera se ponen a disposición como fuente de apoyo y aliento para las personas que están por embarcarse en este viaje.

La información reunida en estas entrevistas puede informar significativamente las preparaciones de una persona para su viaje. Estas entrevistas también tienen el efecto de

estimular su ingenio y la expresión de algunos de los saberes y habilidades, relevantes para las transiciones en la vida, que pueden rastrearse en su propia historia personal. Exploraciones posteriores de estas huellas pueden hacer que estos saberes y habilidades queden descritos más ricamente, y así más disponibles para ser expresados en las preparaciones para la migración de identidad, y a través de la fase liminal.

Formalizar el rito de pasaje

La formalización de este rito de pasaje es útil. Puede establecerse un foro en el que la persona anuncie públicamente, ante testigos reunidos, su decisión de separarse de la adicción y/o del consumo excesivo de sustancias. Aquí, la persona puede hablar de su comprensión de las fuerzas contra las que lucha para lograr esta decisión, y puede compartir su apreciación del significado del viaje propuesto como una migración de identidad. Pueden desplegarse los peligros y la inseguridad asociados a esta migración. Pueden delinearse las preparaciones para el viaje, junto con las habilidades y saberes que están disponibles para la persona al navegar esta transición. Los testigos reunidos contribuyen entonces a un poderoso reconocimiento de todo esto, logrado en parte mediante una serie de re-narraciones de lo que han escuchado. Este es un reconocimiento que autentica significativamente la decisión de la persona de emprender esta migración, los propósitos, esperanzas y compromisos de los que habla esta decisión, y el coraje, la determinación, los saberes y las habilidades que se requerirán para la conclusión exitosa del viaje. En este momento, estos testigos usualmente ofrecen voluntariamente los recursos que puedan estar a su disposición, y que puedan contribuir a sostener a la persona a través de la fase liminal.

También puede ser útil planificar, con anticipación, una celebración ritual que marcará la llegada de la persona a la fase de reincorporación, cuando la persona habrá comenzado a experimentar cierta familiaridad con otras maneras de estar en el mundo, cuando volverá a tener la sensación de "estar en casa" en el mundo, pero en un lugar distinto. Puede diseñarse la forma de la celebración propuesta, y puede armarse una lista de invitadxs. Pueden hacerse conjeturas sobre el tipo de historias que la persona podría contar de su viaje, y sobre el tipo de declaración que la persona hará acerca de su llegada a un lugar distinto en la vida.

Alcohólicos Anónimos: un rito de pasaje estructurado

En la discusión anterior he invocado la metáfora del rito de pasaje y he ofrecido algunas ideas sobre cómo puede retomarse para asistir a las personas a revisar su relación con las sustancias. Al revisar lo que he escrito aquí, me encontré reflexionando sobre lo que se ha convertido en un enfoque particularmente bien establecido para abordar las adicciones y/o

el consumo excesivo de sustancias que está estructurado como un rito de pasaje, Alcohólicos Anónimos (AA). Aunque las ideas que he discutido en este texto no están directamente informadas por AA, y aunque muchas de las ideas y prácticas del trabajo narrativo contradicen directamente muchas de las ideas y prácticas de AA, tengo de todos modos un fuerte respeto por AA, uno que se remonta ya a más de dos décadas y media. Compartiré aquí algunas de estas reflexiones, haciéndolo en el contexto de un reconocimiento de que no puedo reclamar un saber desde adentro de este sistema.

Creo que quienes originaron Alcohólicos Anónimos tuvieron una gran visión, y una comprensión profunda del significado de los ritos de pasaje. En el centro de AA hay un evento ritual que provee una formalización de las etapas de separación y reincorporación, y una marcación de los puntos de giro de las vidas de las personas. Esto viene acompañado de la convocatoria de foros que proveen la oportunidad para que las personas den testimonio de las decisiones que han tomado de separarse del consumo excesivo de alcohol, de los deseos y propósitos que motivan estas decisiones, y para que cuenten y vuelvan a contar las historias de sus vidas ante un grupo de testigos, muchxs de lxs cuales son veteranxs de tales viajes. En este contexto, las respuestas del grupo de testigos reconocen y autentican poderosamente estas decisiones, deseos, propósitos e historias. A medida que estas decisiones e historias, y estos relatos de deseo y propósito, quedan descritos más ricamente, se vuelven más influyentes, moldean más significativamente las vidas de las personas.

Hay también mucho en AA que provee un gran sustento a quienes están navegando la fase liminal de este viaje. Hay un sistema de padrinzgo que provee a quien viaja un apoyo íntimo, y una comunidad comprometida de compañerxs de viaje que comparten los mapas, los saberes y las habilidades que son específicos de viajes de este tipo. La estructura de AA incorpora oportunidades frecuentes para que quienes viajan den voz a las pruebas y tribulaciones de estos viajes, y para que experimenten un reconocimiento continuo de las distintas luchas en las que se encuentran.

Las respuestas de AA a las personas que vuelven a la botella son generalmente compasivas antes que enjuiciadoras. Esto es un antídoto contra la desmoralizante sensación de fracaso personal que tan a menudo ocasionan estas vueltas atrás, y mantiene la puerta abierta a opciones para que las personas lo intenten de nuevo, y de nuevo otra vez. En respuesta a estas vueltas atrás, la comunidad de AA simplemente sigue tendiendo la mano. Es una mano tendida por personas que "han estado ahí", y que tienen una fuerte apreciación de la desesperación que se experimenta en esta lucha.

En términos de explicación de por qué las personas se separan del abuso de sustancias, AA privilegia nociones de propósito consciente, compromiso y llamado. Al privilegiar estas

nociones, y al no sumarse al hábito contemporáneo de psicologizar los motivos de la acción, AA asiste a las personas a resistirse a entregar sus vidas a los saberes de las disciplinas profesionales, la comprensión de lo que es necesario comprender no requiere una sumisión a los saberes "expertos". Al evocar nociones de propósito consciente, compromiso y llamado, AA enfatiza formas de vida guiadas por éticas personales, formuladas y reformuladas una y otra vez a través de narraciones y re-narraciones en una comunidad comprometida.

Alcohólicos Anónimos, en el viaje que estructura, en las comprensiones que enfatiza y en sus prácticas concretas, claramente ha tenido un impacto positivo en las vidas de muchísimas personas.

Respuestas comunitarias

En tanto la cultura contemporánea es una cultura del consumo, y en tanto hay una gama cada vez mayor de sustancias disponibles para nosotros, no debería sorprender tanto que la adicción y/o el consumo excesivo de estas sustancias sea tan prevalente, y que esto esté destruyendo las vidas de tantas personas, traumatizando a sus familias y causando estragos en nuestras comunidades. En vista de la naturaleza creciente de esta situación, creo que no es realista esperar que las respuestas terapéuticas individuales puedan alguna vez responder adecuadamente. La necesidad de respuestas comunitarias organizadas es urgente.

Alcohólicos Anónimos provee una respuesta comunitaria que ha asistido a muchas personas. Pero, pese a su éxito, hay muchas personas para quienes no calza bien en absoluto. ¿Cómo puede este hecho jugar un papel en alentarnos a unirnos en la exploración y el desarrollo de otros enfoques comunitarios para asistir a las personas a separarse de las adicciones y/o del consumo excesivo de sustancias? Quizás algunas de estas exploraciones podrían estar informadas por aplicaciones alternativas de la metáfora del rito de pasaje.

Nota

1. Este texto comenzó su vida como una entrevista a Michael White hecha por David Denborough. Las preguntas reflexivas de David, y sus respuestas a un borrador anterior, contribuyeron mucho a dar forma a lo que está escrito aquí.

Quisiera también reconocer a varias personas que leyeron borradores anteriores de este texto y ofrecieron retroalimentación y comentarios útiles. En particular quisiera agradecer a Amanda Kamsler, David Epston y Loretta Perry.

Referencias

Turner, V. 1969: *The Ritual Process*. New York: Cornell University Press.

van Gennep, A. 1960: *The Rites of Passage*. Chicago: University of Chicago Press.

* Este texto fue publicado por primera vez en 1997 en el número 2 y 3 (edición especial) del *Dulwich Centre Newsletter*, titulado "New perspectives on addiction". Traducción al castellano para uso interno del DiploDoler, Pranas Chile.