

Título del original en inglés: *Collected Papers*
© 1989 by Dulwich Centre Publications

Traducción: Alcira Bixio

Primera edición, Marzo de 1994, Barcelona.

Derechos reservados para todas las ediciones en castellano

© by Editorial Gedisa, S. A.
Muntaner, 460, entlo., 1.ª
Tel. 201 60 00
08006 - Barcelona, España

ISBN: 84-7432-475-0
Depósito legal: B. 8.960/1994

Impreso en Libergraf
Constitució, 19 - 08014 Barcelona

Impreso en España
Printed in Spain

Queda prohibida la reproducción total o parcial por cualquier medio de impresión, en forma idéntica, extractada o modificada, en castellano o cualquier otro idioma.

Índice

INTRODUCCIÓN	13
1. El cuento de la gatita Dory	17
2. Una buena revolución merece otra	21
3. ¿Sofocar el problema o encontrarle una solución?	40
4. David Epston: "Una reflexión"	45
5. En recuerdo de Hatu (Hayden) Barlow (1973-1985), Cynthia Barlow, David Epston, Mike Murphy, Lynn O'Flaherty y Louise Webster	50
6. ¿Eres un candidato para entrenarte en karate mental?, David Epston y Ben Cole	80
7. Vigilancia nocturna. Tratamiento de los temores de la noche	84
8. Perdedor en casa y ganador fuera de casa	107
9. Contrasueños	110
10. ¿Competencia o cooperación?	120
11. Entrevista con David Epston	125
12. Algunos casos de rechazo escolar	131
13. ¿No crees que deberías hacer una reserva?	137
14. Crecer es una decisión seria que no puede tomarse a la ligera	142
15. Dos historias paralelas	145
16. Usted nunca nos dijo que éramos malos padres	151
17. La familia que cargaba con una maldición	155
18. Un intercambio justo	158

6. Deberás informar a tu supervisor —tu madre— y mostrarle que has controlado todos los lugares mencionados en tu lista y que has identificado todos los ruidos. Entonces le dirás: “Todo marcha bien”. Luego volverás a la cama y pondrás en hora el reloj despertador para el próximo recorrido.

7. Si un perro ladra, también deberás levantarte y verificar qué ocurre.

8. Por la mañana deberás levantarte a la hora en que habitualmente lo haces y hacer un último registro general. Ya no te preocupes por controlar tu lista.

Sé que este es un trabajo muy pesado para un niño de 12 años, pero recuerda que ahora tú eres el hombre de la casa.

La señora N me telefoneó al día siguiente del primer intento y me preguntó si ella debía registrar la casa junto con Roger como él pedía (ella había accedido a las demandas de su hijo). Le recordé entonces que un vigilante nocturno vigila y que un supervisor, supervisa y que ella no debía hacer la tarea asignada a su hijo.

Tres semanas después vi a la señora N y a Roger junto con Andrew James (instructor especialista del Hospital Nacional de Mujeres). La señora N nos informó que Roger había permanecido en su cama todas las noches y que había perdido interés por registrar la casa. Andrew lo felicitó por dormir solo; yo, en cambio le expresé una considerable desaprobación, porque sólo había hecho la mitad del trabajo. Luego le pedí que esperara en la habitación contigua y continuamos la entrevista con la señora N únicamente. Esta nos confesó que “estaba agotada y harta” de tener que hacer todo por él. Analizamos la necesidad que tenía Roger de “practicar la independencia” y el “martirio” que eso implicaba para ella. Insistimos mucho en hablar de la relación supervisor/vigilante nocturno, es decir, maestro/alumno. Le pregunté luego por qué ya no me hablaba de la “histeria” de su hijo y la señora N me confesó que al salir de la primera entrevista Roger le había dicho: “No pienso mostrarle a ese cretino uno de mis arranques de furia” y que desde entonces no había tenido ningún berrinche. Poco después la señora N me telefoneó y me comunicó que la relación con su marido estaba en vías de reconciliación y que ambos estaban planeando volver a vivir juntos. Después ya no pude encontrarlos. Sospeché que se habían mudado a otra ciudad escapando de la trampa trigeracional de los padres de la señora N que, precisamente, habían venido a vivir cerca de ellos para vigilar al yerno después de la separación.

Referencia bibliográfica

Haley, J. 1973, *Uncommon Therapy: The psychiatric techniques of Milton Erickson, M. D.*, W. W. Norton, Nueva York.

30

El retorno de Marisa

El 5 de julio, consideré que ya era tiempo de comenzar a preparar esta conferencia sobre el tema de “pautas de experiencia”. Mi intención fue continuar el concepto que tanto me atrajo sobre que “en un sentido significativo... vivimos a través de relatos, tanto cuando narramos como cuando elaboramos el sí mismo”.¹ De acuerdo con Hardy, “soñamos mediante relatos, soñamos despiertos mediante la narrativa, recordamos, anticipamos lo que va a suceder, esperamos y desesperamos, creemos y dudamos, planeamos, reconsideramos, criticamos, construimos, murmuramos, aprendemos, odiamos y amamos, mediante la narrativa”.² Las preguntas que yo me formulaba eran: ¿Cómo puede uno apartar e identificar los sucesos y episodios del flujo de la experiencia vivida? ¿Cómo pueden traducirse tales sucesos en forma de relatos? ¿Cómo puede garantizarse la experiencia narrada? ¿Uno narra su propia historia o ésta ya está narrada? ¿Qué puede pasar con una persona cuya historia es incontable o inefable? Y si consideráramos las vidas de las personas como “textos”, ¿cuál sería la diferencia entre ser un “lector” o un “autor”? Cada vez que me formulo estas preguntas no puedo evitar recordar mis dos encuentros con Marisa. Algunos de ustedes quizá conozcan a Marisa a través del artículo que publiqué en *Family Therapy Case Studies*, 1, 1, en julio de 1986, titulado “Escribir la propia historia”.

Al día siguiente recibí una llamada telefónica de Marisa. No podía dar crédito a mis oídos. Marisa comenzó la conversación muy dubitativa preguntándome si, tras los cuatro años y medio que habían transcurrido desde nuestro encuentro, yo aún la recordaba. Le repliqué: “¿Cómo podría olvidarme de ti, si tú cambiaste el curso de mi trabajo? A decir verdad, últimamente he pensado mucho en ti”. “¿De veras? Realmente estoy sorprendida”, respondió. No pude contener mi curiosidad por más tiempo y le pregunté: “¿Por qué me llamas?” Marisa me respondió que había pensado que quizás a mí me interesara saber que, después de cuatro años y medio, sencillamente había quemado las “cartas”. Entonces la invité a que volviéramos a reunirnos y ella, generosamente, aceptó mi invitación.

Pero antes, permítaseme retroceder cuatro años y medio a fin de que pueda contar cómo se escribió la historia de Marisa...

Escribir la propia historia*

David Epston emplea cartas para "reescribir" el relato de la vida de una mujer, a fin de reelaborar la visión que ella tiene de sí misma y de su vida y abrir así la posibilidad de cambio. Epston incluye una explicación detallada del papel que desempeña la biografía o la visión que uno tiene de la propia historia en la determinación de la visión de uno mismo y, por lo tanto, de la conducta.

Cuando uno escribe la biografía de un amigo, debe hacerlo como si tomara venganza en su nombre (Gustave Flaubert, 1872, en una carta a Ernest Feydeau).

Marisa me llamó por teléfono y, aunque parecía no estar muy segura de la decisión tomada, me confesó que había llegado a tal punto de angustia que sentía que ya no tenía ninguna opción. Acepté verla inmediatamente. Marisa era italiana, pero dominaba perfectamente el idioma inglés. Incluso antes de sentarse se mostró muy abatida mientras repetía: "Soy mala", "soy mala". Tenía los brazos extendidos a lo largo del cuerpo con las manos vueltas hacia arriba en actitud de penitencia. Luego, con expresión aturdida alzó las manos a la altura de la cara y las agitó: "¿Qué hice? ¿Qué hice? ¿Qué hice?" Me dijo que pensaba que se estaba volviendo loca y se sentó. Entonces me explicó que su problema consistía en que se sentía "muy incapaz porque no podía escribir bien en inglés". Caracterizó esta falencia como un "bloqueo" que no le permitía obtener un buen empleo. Me contó que la crisis comenzó cuando asistió a un curso de afirmación de la personalidad y allí se le pidió que le contara a un compañero algo de su

*Publicado en *Family Therapy Case Studies*, 1, 1, 1986, págs. 13-18. Este trabajo tiene en muchos sentidos la influencia de un período de trabajo que pasé en agosto de 1985 con Michael White en Adelaida.

pasado. Marisa huyó pero el compañero la había llamado por teléfono y alentado para que se pusiera en contacto conmigo.

Le pedí pues que me contara su "historia". En la siguiente carta que le envié resumo la sesión:

Querida Marisa:

Como convinimos, te escribo un resumen de nuestra reunión. Lo hago por una cantidad de buenas razones; en primer lugar, porque considero que el hecho de que me hayas contado a mí, virtualmente un extraño, la historia de tu vida —que resultó ser una historia de explotación— en alguna medida te libera de ella. Contarme un relato sobre tu vida la convierte en una historia que puede ser dejada atrás y que te permite crear más fácilmente un futuro diseñado por ti misma. En segundo lugar, es necesario documentar tu relato para que no lo pierdas y para que se transforme en algo útil para otros a quienes quieras inspirar. Esas personas podrán comprender, pues yo mismo lo hice, cómo las circunstancias adversas, con el tiempo, fueron fortaleciéndote. Los intentos hechos por los demás para debilitarte y convertirti en esclava, paradójicamente, fortalecieron tu decisión de ser tú misma. Por supuesto, esto no significa que no hayas pagado caro y que no hayas sufrido. Casi aceptaste la actitud que tuvo tu familia hacia ti y eso explica el estilo de vida de "felpudo"³ que mantuviste durante algún tiempo.

Fuiste la vigésima primera hija de una mujer agotada por la crianza de tantos niños y de un "anciano" de 72 años que fue un padre encantador y te quiso mucho durante los cinco años que vivió después de tu nacimiento. Probablemente, te hayas preguntado por qué él te quería tanto, mientras tu madre no te quería y continuamente te entrenaba en las tareas domésticas para que le fueras de alguna utilidad a los demás. Tu madre te enseñó a tener una mentalidad de sirviente, es decir, a hacer todo por los demás y esperar muy poco en compensación. Para que una madre someta a una hija a la servidumbre, primero debe convencerse a sí misma de que esa hija es mala. Si no lo hiciera no podría vivir con la culpa. De modo que ella debe haberse convencido a sí misma de que tú eras mala; de lo contrario, no podría haberse convertido en tu Judas y haberte traicionado. Así llegaste a ser una Cenicienta a cargo de los demás miembros de la familia. Tu madre se entendía con tus explotadores. Te mantenía haciendo las tareas del hogar y se aseguraba, como lo hacían los demás, de que tú no descubrieras quién eras realmente y qué podías llegar a ser. Te empujaron a la sumisión. Probablemente creías que tu familia estaba haciendo lo mejor para ti y hasta te sintieras agradecida por los esfuerzos que todos hacían en tu favor. Tu familia hizo lo peor para ti y trató de hacerte creer

que eso era lo mejor que podías esperar de la vida, puesto que eras “mala”. Trataron de convencerte (y evidentemente durante ciertos períodos lo lograron) de que merecías los castigos y las crueldades. No es sorprendente que Carl⁴ te haya impedido ir a la escuela y que tu hermana cooperara con él, pues ellos sabían que, tarde o temprano, alguien te diría la verdad sobre ti misma. Y, seguramente, la señora Donnelly⁵ comprendió que tú no eras una sirvienta por alguna mala acción y sospechó que estabas pagando por la mala acción de alguna otra persona. No es extraño que Carl haya cortado de raíz la esperanza que tuviste de construir un futuro diferente para ti.⁶ Todo el mundo trató de hacerte sentir en deuda, convenciéndote de que sólo merecías el trato miserable que te dispensaban. Hubo algunas personas que se negaron a continuar oprimiéndote: tu hermano Luigi, “el anciano” que ocupó el lugar de tu padre, la señora Donnelly, y Aldo, quien a pesar de que realmente te apreciaba, también trató de explotarte.⁷ Carl aprovechó su tutoría para convertirte en su esclava mientras tu hermana lo apoyaba y tu familia, al desinteresarse por tu situación,⁸ también contribuyó al abuso. Hasta te viste obligada a rogar por lo que directamente te correspondía. Pero aun cuando hubieras podido regresar con tu familia a Italia, ellos habrían encontrado maneras de degradarte. Sospecho que hasta te habrían aplastado aun más para asegurarse de que no llegaras a descubrirte a ti misma, porque sabían que si lo hacías, podrías presentar testigos en su contra y culparlos de las injusticias que habían cometido contigo.

El hecho de visitar a aquella medium,⁹ que te llamó “felpudo” fue un momento decisivo de tu vida y comenzaste la revolución con tu marido que era la persona que tenías más cerca. Como por entonces eras una esclava, indudablemente elegiste un compañero que pudiera ser tu amo, alguien a quien pudieras servir y agradecer las migajas de su mesa. Continuaste sometiendo aun más a la explotación sin siquiera advertirlo cabalmente. Probablemente, te sintieras de verdad agradecida por lo que recibías pues lo hacías sin malicia. Tu marido debe haberse sorprendido ante tus demandas de justicia e igualdad. Mientras sufrías y eras una esclava, no habías agotado todas tus fuerzas; por el contrario esto marcó el momento de la reacción contra tu familia. Y comenzaste a aceptar tu propia experiencia y a confiar en ella. Y así, fuiste capaz de plasmar los sucesos de tu vida por primera vez. Te apartaste de algunas cosas que te deprimían y te agobiaban. Te probaste a ti misma que tu ira era una ira legítima. Deduzco que el hecho de que tú misma te apreciaras más, te hizo ganar puntos a los ojos de tu marido. El había estado esperando, pues sabía que merecías algo más que el estilo de vida de felpudo que habías llevado hasta entonces. No es extraño que siempre hayas buscado la compañía de mujeres mayores que tú que pudieran dominarte y a quienes pudieras agradecer, es

decir mujeres que se parecieran a tu madre y a tus hermanas mayores. Trataste de probarles que merecías su aprecio sirviéndolas más y más. Con lo cual ellas te menospreciaban cada vez más.

Sólo después de los 30, tu propia potencia emergió a la superficie y tú la aceptaste. Y ya nadie más pudo volver a sumergirla. En realidad tienes tanta valentía que decidiste pelear por la justicia y poner las cosas en su lugar. Al hacerlo, marcaste una distinción entre tu historia y tu futuro. En tu historia, tu vida estaba definida por las actitudes de los demás y las ideas que tenían sobre ti; en el futuro, tu vida quedaría definida por tu autorrespeto y tu autoestima. Volviste a Inglaterra y repudiaste a Carl y a tu hermana que, por entonces, se había convertido en una “zombie”. En Nueva Zelanda, te quitaste de encima a todos tus amigos dominantes. En Italia, te enfrentaste a tu madre y le hiciste ver la verdad de las relaciones que habían mantenido hasta entonces. Tu verdad era más poderosa que la de tu madre, pues ella había estado viviendo una mentira. Finalmente, la muerte de tu madre te liberó: ya no tenías que buscar afanosamente en ella una madre que nunca existiría. Quedaste libre para seguir avanzando en la vida, creyendo en ti. No es sorprendente que las nuevas posibilidades te hayan causado vértigo. Recuerda que ser un prisionero puede llevarlo a uno a adaptarse a su celda. Quedar libre es algo desconcertante y muchos regresan a su “prisión” como si ésta fuera un refugio. No obstante, creo que tú nunca te rendiste por completo ante nadie. Creo que siempre tuviste la sensación de que te habían hecho una maldad y por ello nunca te convertiste en una verdadera esclava. Antes bien, fuiste una prisionera de guerra, degradada, sí, pero nunca quebrantada. Para decirte esto me baso en algunas observaciones bastante evidentes: si realmente te hubieran convertido en una esclava, no serías o no podrías ser la persona que eres ahora. No te habrías rebelado contra la opresión y la explotación a las que te sometían. No habrías podido recobrarte.

Me interesaría mucho volver a encontrarme contigo para hablar de todo esto. Creo que ha de pasar un tiempo hasta que llegues a apreciar completamente los acontecimientos de tu vida y la significación que tienen para ti como persona, como esposa, como madre y como mujer. En mi opinión eres una heroína que no reconoce su heroísmo. Espero ansiosamente poder ayudarte a reescribir tu historia y a forjarte un futuro liberador. Si tu marido quiere unírseos en esta tarea, yo al menos daré la bienvenida a sus pensamientos y contribuciones.

Me reuní con el señor y la señora R dos semanas después. Marisa tenía entonces pleno dominio de sí misma, y continuó contándome lo que había ocurrido en el intervalo. En cuanto a la “carta” me dijo: “Era verdad. No pude olvidarlo porque estaba allí, escrito. Si sólo hubiese sido dicho, con el tiempo se borraría y uno terminaría por decirse que lo imaginó. Los

detalles se esfumarían". Marisa se dirigió entonces a su marido, quien dejó de lado sus anteriores recomendaciones sobre que Marisa debía conseguir un trabajo y aprender a escribir inglés. El hombre había tenido la impresión de que su esposa debía "superar" su desesperanza. "Había otras cosas que salieron a la superficie —cuando estaba en las cama o en el jardín—... comenzaba a recordar. No comprendo por qué... Pensaba todo el tiempo... recuerdos... malos recuerdos... que pertenecen al pasado. Gané. Luché todo el tiempo y aún estoy luchando. Sentí que todo era injusto. Fueron muy crueles conmigo. Si uno (dirigiéndose a Jack, el marido) sencillamente lo acepta, queda atrás. Va creciendo, creciendo y siento que las lágrimas llegan. Ahora todo va más lentamente. Me siento una persona libre. Ya no vivo en el pasado... quizá les grito y leo la carta cada vez que vienen. Me ayuda". Marisa habló luego de tomar una decisión en su vida, de hacer cosas muy "coloridas". Mientras hablaba, por el movimiento de las manos, pude darme cuenta de que estaba imaginando algo concreto.

Después de nuestra reunión les escribí la siguiente carta:

Queridos Marisa y Jack:

Creo que es una buena idea resumir la reunión que mantuvimos hoy. Marisa, ahora posees tu realidad fielmente registrada. Al estar documentada se hace durable y constante. No puedes decirte a ti misma que la imaginaste, ni podrás perder los detalles de tu experiencia. Una vez más estás luchando con el pasado. Estás preparada y eres capaz de mantener semejante lucha y además, estás ganando. La justicia está de tu lado y ahora tú lo sabes. Los recuerdos... los malos recuerdos están emergiendo y tú los estás colocando en el lugar que les corresponde dentro de tu historia. Cada batalla que ganas (y puede haber algunas derrotas casuales, pero serán pocas) te hace sentir más libre, te hace parecer a un pájaro que, después de estar enjaulado durante mucho tiempo, vuela libremente. Además, cada batalla que libras, en lugar de fatigarte te hará sentir el regocijo de la victoria. Ahora has iniciado la ofensiva y es lo mejor para ti.

Jack, sé que deseas apoyar a Marisa para que afronte los malos recuerdos. Trata de recordar lo que dice mi amigo: "Llorar hacia afuera significa que ya no llorarás hacia adentro. Y si lloras hacia adentro ahogas tu fuerza en lágrimas". (White, 1986.) Ten la seguridad de que la batalla que libra Marisa es justa; dale esa seguridad creyendo en ella. Marisa debe librar aun algunas otras batallas en las que habrá de revalorarse y revalorar su pasado. Trata de no confundirla, ofreciéndole soluciones simples. Ella está haciendo exactamente lo que necesita hacer en este momento de su vida. Si logra debilitar la garra del pasado que la oprime, se verá fortalecida por las posibilidades futuras. Marisa ya no necesita es-

cribir porque lo que había que escribir ya está escrito y ella puede leerlo cada vez que lo desee. Su historia ha sido escrita; es una historia honesta y justa. Todo lo que tienes que hacer es escuchar esa historia. "Todos los pesares pueden soportarse si uno los sitúa dentro de un relato o si puede contar una historia sobre ellos". (Isak Dinesen.)

El hecho de haberte conocido, Marisa, enriqueció mi vida y tú, Jack, me emocionaste por el modo en que cooperaste en la elaboración de la nueva biografía de Marisa.

Sinceramente, D.E.

P.S.: Marisa, llámame por teléfono alguna vez, cuando atraveses una de esas puertas que se abrirán para ti. ¡Buena suerte!

Telefoné a Marisa seis meses después y ella me dijo: "Tengo que ser honesta. La primera sesión me ayudó, pero la segunda no, aunque sí lo ayudó a mi marido. Tú me hiciste sentir que no estaba loca. Yo creía que me estaba volviendo loca. La primera vez que leí tu carta, lloré. Hace tres semanas, volví a leerla y no sentí nada. No puedo mirarla sin sentir remordimientos. Me hace dar cuenta de muchas cosas. Mi marido y yo somos muy felices: hemos comenzado de nuevo. Nuestro amor mutuo está creciendo. Mi amor por él no cambió, pero ahora puedo recibir el amor de él y sentirme mejor". Cuando le pregunté qué "cosa colorida" estaba haciendo, Marisa se rió. Estaba trabajando en la fabricación de vestidos exclusivos muy coloridos. "No recibo más que elogios en mi trabajo... quizás ahora soy diferente. Quizás antes desalentaba a los demás para que me alabaran. Regreso a casa y tengo esa maravillosa sensación. Aunque todavía dudo un poco, ¿es verdad? ¿es a mí a quien elogian? Pero lo estoy aceptando. Ahora mi vida tiene un futuro. Nunca volveré a ser la misma."

Después de reflexionarlo escribí esta carta:

Querida Marisa:

Como tu pasado no ha de volver, no puede tener ninguna influencia en tu futuro. Por mucho tiempo condujiste tu vida con los ojos fijos en el espejito retrovisor, ahora tu mirada está puesta en la carretera hacia el futuro. Si no hubieras luchado contra tu pasado como lo hiciste, es muy posible que éste te tuviera aún atrapada. Obtuviste la victoria, la victoria contra la injusticia y la traición. Todo lo que te ocurre ahora y lo que te pasó antes es real y sabes que puedes recordarlo o leerlo cada vez que lo desees. El futuro te pertenece. Y estás absolutamente capacitada para afrontarlo. Confío en que disfrutarás sin restricciones del futuro por el que tanto luchaste y que te ganaste. Derrotaste tu pasado.

Te agradezco por haberme inspirado en una cantidad de aspectos que nunca podrás imaginar.

Sinceramente, D.E.

Comentario

La crisis que sufría Marisa, reavivada por la incitación a recordar su pasado, fue para mí otro de sus valientes intentos de dar sentido a su historia. Las preguntas que con urgencia y tanta persistencia se formulaba la joven podrían resumirse en la siguiente reflexión: "Si los demás me consideran mala, debo haber cometido algunas maldades. Debo descubrir cuáles fueron mis faltas a fin de confesarlas y recibir así la absolución". La perturbación de Marisa reflejaba su incapacidad para resolver semejante enigma, pues ella no podía descubrir ninguna causa para que se le imputara tal maldad. En realidad, Marisa había aceptado la definición que de ella había hecho la familia hasta el punto de servir siempre a los demás sin chistar.

Siguiendo el bien intencionado consejo de su marido, Marisa consideró que su salvación estaba en tratar de superar su desesperanza. También en este caso se sintió bloqueada por su incapacidad de escribir en inglés, una aptitud que consideraba requisito indispensable para obtener un empleo. Optó, en cambio, por sumergirse en las tareas domésticas, pero nunca hizo lo bastante para mitigar la autocensura y la culpa. Al ver esto, el marido le aconsejó que tratara de conseguir un empleo fuera del hogar.

La nueva autobiografía de Marisa (que le ayudé a coproducir) hizo encajar todas las piezas del rompecabezas de su vida en un relato coherente que puso de relieve el tema del abuso que hacen los adultos de los inocentes. Yo destacué los más poderosos temas culturales, al comparar a la madre con Judas y a Marisa con Cenicienta. Judas simboliza la traición a la confianza implícita; Cenicienta simboliza la explotación de los niños que son considerados menos que sus hermanos. Ahora Marisa puede hacer otra lectura de la historia de su familia, dentro de la cual está engarzada su propia biografía; aunque esta vez desde una perspectiva radicalmente diferente.

Por ejemplo, durante toda la vida, la familia suministra el contexto y el contenido a los cuales se puede anclar una biografía individual en un determinado momento y que brindan una sensación de continuidad. La biografía se refiere a las series de sucesos cronológicos que, como meros hechos no identificados, representan el registro histórico del pasado de un individuo... Además, la familia suministra el marco y el contexto de la mayor parte del diseño dramático de las biografías individuales. En suma, la familia suministra el sistema pertinente de la significación, o el marco, dentro del cual se organizan las líneas o segmentos de la experiencia personal y donde adquieren un carácter real, significativo y constitutivo de una biografía humana (McLain y Weigert, 1974, pág. 174).

Marisa se había liberado de su perplejidad, una versión de disonancia cognitiva. Festinger, en sus estudios psicológicos de la disonancia cognitiva, demostró hasta qué punto se evitaban y minimizaban aun las mayores

incompatibilidades a fin de eludir todo tipo de confusión (1957). Ahora Marisa era capaz de "escribir" una autobiografía que pudiera soportar. Se le había impedido el acceso a la verdad de sus propias percepciones y los resultados de ello fueron devastadores. Ahora Marisa ya no desconfiaba de sus propios pensamientos, de sus sentimientos y de sus percepciones. Supo que era una sobreviviente de un despiadado y organizado intento de deteriorar su identidad y reducirla al status de "persona sin familia", mediante la servidumbre. Al hacerlo, la familia se ahorró la humillación de la ilegitimidad.

El hecho de documentar la propia "realidad", como lo hizo Marisa es una decisión de considerable importancia, como lo indican sus comentarios. Hasta leer ese documento el marido sólo había tenido una visión fragmentaria de la vida de su mujer, desde diferentes perspectivas, dependientes de la "lectura" que hiciera Marisa de los sucesos de su vida. Por lo demás, Marisa nunca les había comentado a sus hijas adolescentes ningún episodio de su propia infancia, pues era algo que la avergonzaba. Ahora podía contar su historia, pues ya no era una historia de desgracias, sino una historia de victoria sobre la injusticia.

El marido asistió a la segunda sesión porque se hallaba muy intrigado por la nueva historia de Marisa. Súbitamente se habían perdido muchos supuestos relacionados con Marisa y con la pareja misma, considerados hasta entonces reales. Intuí que su silencio era una forma del entumecimiento que le había provocado el derrumbe de lo que hasta entonces le había parecido claramente establecido. El hombre, aparentemente, estaba demasiado dispuesto a aceptar mi consejo, por cierto bastante directo (véase el 2º párrafo de la segunda carta) y Marisa se avino a mi sugerencia: "Ella ya no necesita escribir, pues lo que era necesario escribir ya está escrito y ahora Marisa puede leerlo cada vez que lo desee". Marisa nunca volvió a mencionar el problema que tenía para escribir.

Gergen y Gergen (1983) emplean la expresión "autonarraciones" para describir el proceso social mediante el cual las personas se cuentan historias sobre sí mismas y se las cuentan a los demás. Estos autores caracterizan las autonarraciones como el modo en que los individuos

...establecen conexiones coherentes entre distintos sucesos de sus vidas. En lugar de considerar la propia vida simplemente como "una maldita cosa detrás de otra", los individuos intentan comprender los sucesos de la vida como hitos sistemáticamente vinculados entre sí. Al situarlos en una secuencia o en un "proceso en desarrollo", se los vuelve inteligibles. De modo que la mayor parte de los sucesos ya no constituyen revelaciones súbitas y misteriosas, sino que pasan a formar parte de una secuencia sensata de historias en desarrollo (1984, pág. 174).

Murray (1985) se refiere a este proceso como a "un deseo de encontrar

concordancias y temas que den coherencia a las experiencias de la vida dentro de una estructura significativa" (pág. 173).

Otro aspecto importante señalado por Gergen y Gergen (1984) es el de la "multiplicidad de las perspectivas":

Las personas adquieren la capacidad de adoptar múltiples perspectivas y de seleccionar los hechos de modo que justifiquen el relato elegido... Generalmente el individuo puede interpretar la relación que existe entre las distintas experiencias de su vida en una multiplicidad de formas diferentes (pág. 183).

Goffman (1974) sostiene, sin embargo, que esta capacidad está limitada por el "marco":

Si consideramos un cúmulo de actividades que están enmarcadas de un modo particular y que proporcionan a los participantes aceptados un foco oficial de atención, parece inevitable que, simultáneamente, en la misma situación, se den otras modalidades y formas de actividad (incluida la comunicación en sentido estricto) apartadas de lo que oficialmente predomina y se las trate (si es que se las llega a tratar) como algo aislado. En otras palabras, los participantes siguen una línea de actividad—una línea narrativa—a través del cúmulo de acontecimientos, considerados exteriores al marco y subordinados de ese modo particular a lo que aconteció (pág. 201).

Una autonarración es también una reconstrucción social que sólo puede elaborarse partiendo de temas y formas culturales ya existentes. Por consiguiente es un relato que debe tener un sentido social; de lo contrario resultaría "ilegible" para los demás.

Referencias bibliográficas

- Dinesen, Isak
Festinger, L., 1957, *Theory of Cognitive Dissonance*, Row & Peterson, Evanston, Ill.
Gergen, K. J., y Gergen, M. M., 1983, "Narratives of the self." En Scheibe, K. y Sarbin, T. (comps.) *Studies in Social Identity*, Praeger, Nueva York.
Gergen, K. J. y Gergen, M. M., 1984, "The social construction of narrative accounts." En Gergen, M. M. y Gergen, K. J. (comps.), *Historical Social Psychology*, Hillsdale, New Jersey, Erlbaum Assoc., Hillsdale, N.J.
Goffman, E., 1974, *Frame Analysis*, Penguin, Hammondsworth.
Kennedy, S., 1984, "Quitting the doormat lifestyle: waging war with altruism." Workshop, *Sixth Australian Family Therapy Conference*, VAFT, Melbourne.
McLain, R. y Weigert, A., 1979, "Toward a phenomenological sociology of family: a programmatic essay." En Bull, W. R. y otros (comps.), *Contemporary Theories About The Family*, Vol. 2. The Free Press, Nueva York.
Murray, K., 1985, "Life as fiction." *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 15, 2, págs. 173-188.
White, M., 1986, "Negative explanation, restraint and double description: a template for family therapy." *Family Process*, 25, 2, págs. 169-184.

Lo cierto es que han pasado cuatro años y medio y que Marisa decidió quemar las "cartas". ¿Por qué lo hizo? ¿Qué podría significar esa actitud? Si el hecho de haber tratado a Marisa en 1985 me había conducido (para emplear la expresión de Roger Lowe) a "reconcebir"¹⁰ mi práctica y abandonar la metáfora estratégica y reemplazarla por la historia/narración, ¿qué podía augurar este nuevo encuentro? ¿Qué línea me impulsaría a seguir?

Nos reunimos una semana después. Hablamos un poco de lo que nos había ocurrido durante esos años y decidimos registrar nuestra discusión: La siguiente es una versión reducida de la sesión:

D.: Acabamos de referirnos a tu decisión de destruir...

M.: ...las cartas. Como te decía, en la época en que me la diste solía leer muchas veces esa carta y desde el principio, lloraba y lloraba. Luego, a medida que fue pasando el tiempo, fui adquiriendo la costumbre de tomar la carta, leerla, pensar en las cosas que me decías y volver a guardarla. Finalmente —bueno, como decíamos, ¡han pasado cuatro años y medio!—, el año pasado decidí que era una etapa terminada. La carta ya no significaba nada. Las palabras y la persona de la que se hablaba en esa carta ya no existían. Ya no era yo. Yo había madurado mucho. Sospecho que siempre había sido fuerte. Pero antes no lo sabía. Tú me lo habías dicho una vez y siempre lo recuerdo: era como si me hubiesen confinado en un campo de concentración, pero no me hubiesen grabado un número en el brazo. Yo tenía que ser un individuo; y fue por eso... sí, por lo que meforcé... por ser un individuo; y en realidad nadie pudo cortarme las alas, pues yo debía volar. Pero al regresar a Italia... al ver a mi hermana tan insensible como siempre... yo ya te dije que mi madre nunca me había querido. Así que fuimos al cementerio a visitar a mi madre. Delante de mi hermano, mi hermana dijo —y él se alejó llorando— que en su lecho de muerte mamá había dicho que sólo las había querido a ella y a la hija de mi hermana... Que no había querido a nadie más, sólo a esa hermana mía. Yo me quedé allí, de pie, miré alrededor y pensé: "Eso no significa nada". Miré a mi marido y le dije: "Todo esto es un sueño. Pronto me despertaré". Y me marché. No sentí nada. Quería abandonar Italia. Pensé que nada podría volver a herirme pues yo ya no era la misma persona de antes... Así que la carta me hizo mucho bien. Quizás aquel era el último asunto pendiente de mi vida... que yo necesitaba ver. En realidad *verlo* escrito. Quiero decir que uno lee un relato y es siempre un relato. Pero esto no era un relato; era mi vida, como yo la vivía. Y hoy cuando pienso en ello, me pregunto... ¿cómo pude sobrevivir a todo eso? Pero, por lo visto, aquí estoy para contar mi historia (risas).

D.: ¿Dónde crees que estarías hoy si no hubieses escrito tu historia y no hubieses podido disponer de ella? ...¿Dónde crees que estarías?

M.: Quizás estaría donde estoy hoy; quizás me hubiera llevado mucho más tiempo porque, como te dije la primera vez que vine: "Vengo a verlo porque quiero contarle lo que me ocurre..." Quería que me dijeras que no estaba loca... porque realmente creía que me estaba volviendo loca. Y eso me inquietaba de veras. No me daba cuenta de que tenía tantos problemas; sólo quería estar segura de que no estaba loca. Quizás una vez que me lo dijeras, para mí hubiera sido suficiente.

D.: ¿Crees que sin tu historia te hubieras vuelto loca?

M.: No, no completamente. Como dije, me hubiera llevado más tiempo; pero el hecho de contar mi historia me ayudó a superarlo más rápidamente. Pero es algo que en verdad no puedo asegurar.

D.: ¿Puedes decirme cuántas veces la leíste?

M.: Yo... ¿en estos cuatro años? Como te dije... unas cuatro o cinco veces.

D.: ¿Qué te hacía regresar y volver a leerla?

M.: Periódicamente, abría el cajón para ordenarlo y me encontraba con la carta. Yo guardo mis pequeñas cosas especiales en ese cajón y evidentemente la carta era una de ellas. Y de vez en cuando examino todo cuidadosamente. Pero el impacto que me produjo leerla la primera vez... creo que nunca podré olvidarlo... oh, el recuerdo de todo eso fue tan... realmente me desgarró. Aun hoy, hace que los ojos se me llenen de lágrimas. Sencillamente no podía creer que fuera *tan real*. Con el paso del tiempo... como dije, me convertí en otra persona; al leerla la primera vez me sentí desgarrada... pero la segunda vez, aunque se me inundaron los ojos de lágrimas, sentí que había madurado. El dolor fue disminuyendo y hasta pensé que el hecho de que mi madre hubiera muerto era un alivio. El día en que murió, anduve por toda la casa con los puños apretados diciéndole cuánto la odiaba: "Te odio", decía, "Te moriste y ahora nunca más podrás ser una verdadera madre... nunca". Decía: "Te odiaré hasta el final de mis días". Pero o bien ella me liberó o yo la liberé a ella... algo pasó y ya no sentí más nada por ella... se había ido.

D.: ...o tú te fuiste de ella.

M.: Sea como fuere, debemos haber hecho algo... y nada parece real. Fue difícil, no estoy diciendo que haya sido fácil. Y aún hoy no puedo hablar de ello sin... aún hoy no me parece real. Todavía puedo acordarme de la carta, pero... me cuesta creer que esa fuera yo.

D.: Sí, te cuesta creer que esa Marisa fueras tú.

M.: Sí, eso es lo que me pasa.

D.: Te propuse darte una copia de las cartas con un comentario mío, ¿preferirías que no lo hiciera por si eso despertara en ti...?

M.: No, no... eso sería una gran prueba para mí de que todo acabó. Creo que hoy soy capaz de afrontar cualquier cosa que se ponga ante mí. Si pude afrontarlo entonces, es seguro que puedo afrontarlo hoy. Hoy le digo a mi amiga: "Te lo contaré porque ya pasó... porque siento que ya no es importante". En el pasado siempre la llamaba por teléfono. Fuimos vecinas y amigas durante 20 años, pero durante tres años nos distanciamos.

D.: ¿Fue entonces cuando comenzaste a cambiar como persona?

M.: Sí... sí. Empecé a cuestionar todo y a todos. Y entonces mi amiga ya no podía entenderse conmigo. Finalmente me escribió. Me sentí encantada y la llamé inmediatamente: "Estoy tan contenta de tener noticias tuyas". Y ahora nuestra amistad es mucho *más* intensa. Ahora le digo: "¿Sabes? Has madurado mucho. Habíamos llegado a un punto en que tú ya no sabías cómo tratarme. De modo que por un tiempo tuviste que alejarte de mí. Pero estoy feliz de que hayamos vuelto a encontrarnos una a la otra. Te extrañé mucho más de lo que puedes imaginar".

D.: Dime... sólo es una suposición. ¿Qué ocurriría si ella leyera tu historia?

M.: Supongo que eso la haría sentir confundida.

D.: ¿Podrías considerar la posibilidad?

M.: No sé, nunca se me ocurrió hacerlo (Marisa me contó entonces que muchas veces le había confiado a su vecina y amiga una cantidad de incidentes trágicos).

¿Te comenté que mi cuñado Carl vino a Nueva Zelanda? Recuerdas, yo era el animalito salvaje y él quería domesticarme. Una tranquila y sensible muchachita de 13 años, sin ninguna confianza en sí misma y que no sabía hablar inglés. ¡Yo era tan mala a sus ojos! Vinieron y se quedaron en casa. Mi marido me dijo: "¿Cómo puedes aceptarlos en tu propia casa?" Me enfrenté a Carl por primera vez en la vida. El estaba hablando de lo mala que había sido de niña y yo pensé: "He estado oyendo esto durante siete años. Se me dijo que no era buena, que era mala, etc." Entonces Carl me preguntó: "¿Sabes por qué tu madre se

deshizo de ti?" Yo le respondí: "No, cuéntame" con absoluta calma. "Porque eras tan mala". Me puse de pie y le dije: "He esperado esto durante 14 años... En Inglaterra convertiste mi vida en un infierno. Mira lo que has hecho con mi hermana. ¿Y tienes la audacia de sentarte allí y decirme que soy mala? Quizá deberías dar vuelta las cosas y mirarte a ti mismo". El se quedó allí sentado y no dijo nada. Yo proseguí: "Y nunca más me digas que soy mala". Y él nunca más volvió a decirlo.

D.: Recuerda cuando viniste a verme; una de las cosas que me preguntaste fue "¿Por qué soy mala?" Ahora estableciste claramente qué era justo y qué era una injusticia.

M.: Siempre pensé que yo era mala. Siempre pensaba que no era lo suficientemente buena. Ni siquiera podía entrar en una habitación y sentarme, ni siquiera contigo. Ahora puedo relacionarme con cualquiera. Es verdad que quizás no haya recibido mucha educación, pero eso fue culpa de mi cuñado.

D.: Tú recibiste una educación.

M.: ¡Vaya si tuve una educación! Creo que hay pocas cosas que yo no haya experimentado. ¿Qué más puedo experimentar?

D.: Creo que fue bueno para ti experimentar tu libertad.

M.: Mi libertad es maravillosa. Tener la mente libre. Alguna vez ni siquiera fui capaz de sentarme cómodamente en mi propio dormitorio. Me sentaba en un rincón como un animalito asustado. No era capaz de salir de allí y enfrentar el mundo. Ahora ya nunca me siento deprimida. *Nunca*. Solía caer en profundas depresiones. Pero ahora ya no.

D.: Recuerdo que me contaste que habías llegado a relacionarte con una cantidad de amigos bastante dominantes... gente que te mandoneaba y te pisoteaba.

M.: Sí, pero yo dejaba que eso ocurriera porque estaba tan dominada que continuaba preocupándome por ellos, pero finalmente, cuando empecé a tratarme contigo, comencé a darme cuenta de que si no me desembarazaba de todas esas amistades, nunca podría convertirme en una persona, en un individuo.

D.: ¿Qué otra clase de amistades tienes ahora?

M.: Mis amigos son personas mucho más encantadoras... mucho más amables que yo.

D.: ¿Crees que ellos te valoran?

M.: ¿Quién sabe? Algunos... no. No debería decir eso. Sí, y creo que en realidad me respetan porque yo quiero que me respeten. Antes nunca tuve el respeto de los demás, de modo que ellos ahora me respetan. Soy afortunada, pues tengo buenos amigos.

D.: ¿Qué crees que podrían pensar ellos si leyera tu historia? ¿Crees que pensarían mejor o peor de ti?

M.: Hace cuatro años yo habría dicho: "No". Me hubiera dado mucha vergüenza. Hoy diría: "Sí, déjalos que la lean, pues esa no soy yo... podría ser alguna otra persona". ¿Por qué habría de sentir vergüenza por lo que me ocurrió si lo que los demás me hicieron no fue mi culpa? Estoy orgullosa de ser como soy hoy, pero nunca estaré orgullosa de las personas que me hicieron eso. Mis amigos... No puedo juzgar por ellos, no sé qué podrían sentir ante mi historia. Espero que ese relato pueda ayudarlos a comprender a las personas en general... a comprender que algunas personas sufren... del mismo modo en que me ayudó a mí a ser más comprensiva. Así que espero que pueda hacer lo mismo por ellos.

Neil Postman (1989)¹¹ propone que nos deshagamos de la idea de que somos hombres de ciencia y que aceptemos la idea de que somos "los más importantes narradores de cuentos psicológicos y sociales de nuestra cul-

tura" (pág. 16). Pensando en esta reflexión sugiero que sustituyamos la Marisa de Marisa por la Dora de Freud.¹² Lowe, al comentar el reciente trabajo de Becvar y Becvar (1989)¹³ dice:

Sugieren que podemos inventar una naturaleza humana más benigna reelaborando nuestras categorías. Este debe ser un ejercicio de voluntad e imaginación. Aun cuando podamos tratar de que nuestros pacientes desarrollen sus propias significaciones y explicaciones —como lo sugieren ciertos modelos—, se trata de algo sin dudas imposible; no podemos dejar de influir en ellos, así como no podemos dejar de comunicarnos con ellos. Un enfoque más positivo sería reconocer el grado de nuestra influencia y aceptar la responsabilidad de idear teorías sobre la gente que puedan contribuir a crear una sociedad más justa (págs. 32-33).¹⁴

Notas

1. Gergen, K. L. y Gergen, M. M., 1987, "Narrative and the self as relationship", en L. Berkowitz (comp.), *Advances In Experimental Social Psychology*, Academic Press, Nueva York.

2. Hardy, B., "Towards a poetics of fiction: an approach through narrative", *Novel*, 2, pág. 5.

3. El concepto de "estilo de vida" fue desarrollado por Michael White. La expresión específica "estilo de vida de felpudo" es una creación de Simon Kennedy (1985).

4. A los 13 años, Marisa fue enviada al Reino Unido a casa de su cuñado Carl, a quien la madre había nombrado tutor. Carl, un ex boxeador, fue siempre violento tanto con su mujer como con Marisa. Además le prohibió a la niña ir a la escuela, pues consideraba que el hecho de estudiar no le permitiría ocuparse debidamente de los deberes domésticos. Sin embargo, de un modo u otro, las autoridades tomaron conocimiento de la situación y obligaron legalmente a Carl a que permitiera que Marisa asistiera a la escuela.

5. La señora Donnelly era la maestra correctora de lectura de Marisa, quien se interesó por las dificultades que sufría la niña.

6. Cuando Carl descubrió esto le prohibió a Marisa que volviera a tener cualquier contacto con la señora Donnelly. Por entonces Marisa ya tenía 15 años y Carl ya no estaba obligado a enviarla a la escuela. Precisamente, la retiró del colegio el día de su cumpleaños número 15.

7. Aldo, otro cuñado, la molestó sexualmente; no obstante Marisa lo perdonó pues se sintió apreciada por él.

8. Durante su servidumbre en el Reino Unido, Marisa escribió regularmente a su madre y a los demás miembros de la familia. En las cartas les contaba en qué condiciones estaba viviendo y les rogaba que le permitieran volver a su patria. La familia ni siquiera contestó ninguna de las cartas.

9. Marisa consultó a una médium cuando tenía 30 años, con el fin de conocer su destino. La vidente le aconsejó que dejara de comportarse como un felpudo y que comenzara a actuar de manera más decidida en sus relaciones con las personas que la rodeaban.

10. Lowe, R., 1989, "Re-imagining family therapy: choosing the metaphors we live by". Artículo presentado en el Congreso de *New Zealand & Australian Family Therapy*, Christchurch, Nueva Zelanda.

11. Postman, N., 1989, *Conscientious objections: stirring up trouble about language, technology and education*, Heinemann, Londres.

12. Véase Marcus; Freud, S. y Dora, 1975, *Story, History, Case History in Representations: Essays on literature and society*. Random House, Nueva York.

13. Becvar, S. y Becvar, R., 1988: *Family Therapy: a systemic integration*. Allyn y Bacon, Boston.

14. Lowe, R. *ibid*.