

Pensando en el alma que piensa¹

Camila Iribarra

La experiencia en las reuniones multifamiliares empezó en el Sanatorio Méndez en 2016. Conocí este modo de trabajo psicoterapéutico a través de una pasantía en la Facultad. Al principio creí que se trataba de oír lo que hablaban los pacientes y aprender de las intervenciones de los profesionales. Claramente ignoraba muchos aspectos, especialmente el personal y humano.

Permanecer en las reuniones, al principio, fue difícil. Muchos temas que se hablaban hacían recordar cosas que me sucedían a mí todo el tiempo, y además, comencé a tener pesadillas repetidas veces. A causa de esto y de la movilización interna que me generaban las multifamiliares, inicié análisis personal. Junto a mi terapia también empecé a concurrir a la Multifamiliar InterCultural, más conocida como la MIC.

A lo largo del proceso que estoy realizando, me doy cuenta que uno de los aspectos que desconocía totalmente fue mi migración. Nací y viví en Santa Rosa (La Pampa) hasta mis 18 años, y cuando terminé el secundario, vine a vivir a Buenos Aires para estudiar una carrera universitaria. Ni siquiera consideraba que haberme ido de Santa Rosa y de la casa de mis padres, había significado migrar. Quizás porque crecí con la idea de que es esperable irse a vivir a otro lugar cuando la carrera que elegiste no está en tu ciudad natal. Pero, un tema son las ideas, y algo muy distinto es cómo uno se siente. La MIC me permitió escuchar y hablar de esto, entender que no hace falta querer Buenos Aires o La Pampa, sino que se puede querer y disfrutar la estadía en ambos lugares, en este caso, Buenos Aires y La Pampa. A partir de ese momento, pude hacer uso saludable de la distancia que tenía con lo más representativo de mis orígenes.

Las multifamiliares del Sanatorio Méndez, como dije antes, al principio fueron chocantes e incluso, a veces, insoportables. No era fácil que otros –a través de su relato- tocaran temas muy molestos y dolorosos para mí. Fue un espacio que

¹ De la canción “Desarma y Sangra” – Serú Girán.

permitió y me permite pensar y reflexionar para que, después, en terapia o en la MIC pueda hablar de eso.

Creo que algo muy positivo de participar en este tipo de dispositivo grupal, es que ambas reuniones multifamiliares fueron espacios que compartí con mi familia. Esas experiencias fueron clarificadoras y realmente sanadoras. No voy a negar que hubieron situaciones intensas y angustiantes, pero aun así, existieron momentos en los que podíamos hablar sintiéndome alojada en lo que yo consideraba. Pude escucharlos desde un lugar que no conocía, y de esa manera, entender un poco más por qué me sentía de tal o cual manera. Por eso, podría decir que mi familia también fue afectada por mi propio proceso psicoterapéutico, e incluso, algunos de ellos iniciaron su propia terapia. Claro, uno creció y vive entre vínculos, entonces cuando hay cambios, la trama familiar también se moviliza. Tengo que reconocer que este trabajo fue posible gracias a la distancia de la que hablé antes. Estar lejos de los modos de funcionamiento más conocidos y combinarlo con las reuniones multifamiliares, permitió desplegarme a mí misma.

A medida que voy transitando este proceso me doy cuenta de la importancia que tiene hablar sobre lo que me pasa y escuchar que mis problemas son parecidos a los problemas de otros. Esto me permite bajar la intensidad de lo que siento para cambiar de a poco la perspectiva de la situación.

Me gusta mucho tener la posibilidad de ser parte de las reuniones multifamiliares que, cuando me siento en un callejón sin salida o cuando pienso que las opciones son solamente a o b, puedo hablar y escuchar a otros para encontrar opciones c y d. También, son espacios donde me siento en familia, una familia que, más allá de pensar en lo que sucede, te permite estar bien y mal al mismo tiempo, permite sentir y emocionarse. Me doy cuenta que no siempre se trata de encontrarle el “¿por qué?” a todo, sino conectar con mi vivencia y darle el lugar que merece a aquello que está pasando. En este desarmar y volver a armar muchas veces me siento bien, pero a veces estoy mal e incluso agotada. Por momentos me siento un poco como la canción de un conocido artista del rock argentino, Charly García, que dice “aquí estoy, pensando en el alma que piensa y por pensar no es alma, desarma

y sangra”². Sí, a veces duele y es difícil, nadie dijo que estos procesos son puramente felices y nada más. Pero lo bueno es que, muchas veces, el malestar señala que hay vida, que no todo me da igual. Al contrario, me molestó tal o cual cosa porque no es lo que me gusta, ni es lo que quiero.

Es complejo pero creo plenamente y puedo ver que es muy positivo trabajar por mi salud mental porque a mí, la salud mental me salvó la vida. Quiero agradecer a cada uno de los participantes de las reuniones multifamiliares y a los profesionales que son parte de este hermoso camino. Sin ustedes que se unen con el objetivo de alcanzar la Salud Mental, no sería posible esta experiencia tan rica y tan viva.

Testimonio presentado en el Coloquio Internacional BabelPsi “Multifamiliar – Multicultural – Multilingüismo. Implementación en Salud Mental de dispositivos adecuados a la atención psicoanalítica de muchas personas simultáneamente”. 9 y 10 de Agosto 2019. Centro Cultural San Martín. Ciudad Autónoma de Buenos Aires. Argentina.

² De la canción “Desarma y sangra” – Serú Girán.