

D I A N A P A R I S

Mandatos familiares

¿qué personaje te compraste?

PSICOGENEALOGÍA Y EPIGENÉTICA



dNX DEL NUEVO EXTREMO

Paris, Diana

Mandatos familiares / Diana Paris. - 1a ed. - Ciudad Autónoma de Buenos Aires : Vi-Da Global, 2016.

Libro digital, EPUB

Archivo Digital: descarga

ISBN 978-987-34-2682-7

1. Psicología. 2. Familia. I. Título.

CDD 158.24

© Diana Paris 2016

© Editorial Del Nuevo Extremo S.A., 2016

A. J. Carranza 1852 (C1414COV) Buenos Aires, Argentina

Tel/Fax: (54-11) 4773-3228

e-mail: editorial@delnuevoextremo.com

www.delnuevoextremo.com

Imagen editorial: Marta Cánovas

Correcciones: Diana Gamarnik

Foto de solapa: Alejandro Gorojovsky

Ilustración de tapa: Charles Ricketts

Diseño de tapa: @WOLFCODE

Diseño interior: Marcela Rossi

ISBN: 978-987-34-2682-7

1ª edición: mayo de 2016

Reservados todos los derechos. Ninguna parte de esta publicación puede ser reproducida, almacenada o transmi-

tida por ningún medio sin permiso del editor. Hecho el depósito que marca la ley 11.723

Para R. *In memoriam*

Partiste un 13 de mayo dejándome sumergida en el Misterio. Aún me falta alcanzar la revelación de tu enseñanza, pero sé que viniste un día a cumplir tu función sanadora, y te fuiste cuando fue necesario. No eras de este mundo.

Para Alejandro, como siempre

Porque me acompañás en la búsqueda sanadora de darle sentido al Misterio. Porque me hiciste ver una posibilidad: que R. se fue cuando su misión había sido cumplida. Y por la dicha de encontrarnos —y reelegirnos— cada día en este mundo.

Esa voz la conozco...

Método, método ¿qué pretendes de mí?
¡Bien sabes que he comido del fruto del inconsciente!

Gastón Bachelard

¡Nene, quedate quieto!

En plazas, túneles del subterráneo, avenidas y callecitas de cada rincón del mundo se oye una misma sentencia: "¡Nene, quedate quieto!". Aclaración: lo que se oye es "la puesta en escena" de esa voz ancestral.

Las estatuas vivientes son verdaderas representaciones del mandato. Nada más quieto que una estatua: ser de piedra —¡de mármol y casi muerto!— y tapar las emociones tras el atuendo correspondiente. Esas manifestaciones artísticas callejeras exhiben una galería de personajes amplia y variada que nunca se agota en creatividad. Es un trabajo como otros, que exige oficio, arte, paciencia, concentración, materiales diversos y la inestabilidad de ganar el sustento según el paseante o vertiginoso caminante que pasa al lado de sus creaciones. Algunos dejan unas monedas y piden una foto, otros ni siquiera registran que ahí hay una persona...

Tomaré esa imagen tan popular en cada ciudad como una metáfora: parece oírse que esos sujetos alguna vez han escuchado de boca de sus mayores que se queden quietos, que no trepen árboles o que sosieguen el impulso vital del movimiento. Leo ese trabajo informal de hombres y mujeres de tantas partes del mundo como un metamensaje: todos escuchamos de nuestras familias alguno ("serás esto

o aquello”, “no hagas eso”, “necesitamos que realices esta tarea”, “es tu función continuar la misión de tu abuelo...”).

Podemos aceptarlo sin hacer gala de ninguna libertad personal, podemos acatar sin oponernos, asumir el mandato como una responsabilidad que no deja lugar a la crítica. También podemos decir sí a medias, por ejemplo: hacer de eso de lo que quisiéramos una profesión —la música, por ejemplo—, un hobby de fin de semana, porque de lunes a viernes toca llevar adelante la fábrica que montó el patriarca del clan y continúa hasta mi papá... Franz Kafka es otro buen ejemplo: el autor de *La metamorfosis* se vio obligado por su padre a trabajar en su comercio y estudiar Leyes, cuando en realidad deseaba ser escritor.

A lo largo de la vida vivimos etapas de sumisión y docilidad, a veces hasta morir en el intento por complacer a los otros; o conseguimos la fuerza interior para decidir ser “autosustentables”: palabra de moda para expresar que no es necesario someterse a la voluntad ajena para ser queridos. También podemos rebelarnos, dejar todo, partir del hogar y —muchas veces, como castigos por la desobediencia— pagar con el cuerpo, la frustración, la enfermedad o el exilio haber optado por una vida libre de ataduras.

Tiempo de una pregunta central: “¿Qué personaje te compraste?”.

Tengo la teoría de que somos, hacemos, elegimos, trabajamos dentro de una estructura que se construye desde la voz ancestral: completando una tarea inacabada, reparando la acción de los antepasados, replicando una situación familiar, sanando un mandato, repitiendo un destino.

Cuando, al caminar por la propia ciudad o cualquier otra ciudad del mundo, nos topamos con las estatuas vivientes, podemos ver los mensajes del clan: personas congeladas que representan una expresión maquillada, que se transforman en argamasa moldeada con afán de verosimilitud usando telas o pinturas que imitan oro, plata, cobre, diversos colores sobre la piel, dando impresión de ser de madera, roca, metal, amasijo de trapos; que usan dispositivos

mecánicos ocultos para dar la ilusoria idea de viento, de que el personaje está en el aire o de que se sostiene sobre un hilo...

Reyes, trapecistas, bailarinas, ajedrecistas, guerreros, robots: algo los iguala a pesar de sus trajes diferentes, sus actitudes inmóviles o sus logros estéticos. Todos son mudos. Son estatuas. Muestran su esencia de piedra. No tienen voz.

La metáfora que nos aporta este espectáculo callejero es riquísima: podemos escuchar los rumores (de los ancestros al borde de la cuna), voces que se han quedado acorraladas en la función que desempeñan estos artistas. Trabajadores como tantos otros: comerciantes, maestros, médicas o abogadas.

En muchas vocaciones (recordemos que esta palabra deriva del verbo latino *vocare*, 'llamado') resuena esa voz-mandato que recibimos desde antes de nacer: en cada familia hay una expectativa reservada para los futuros miembros que se sumen a un árbol que ya está de pie hace décadas, siglos.

No hace falta ser tan audaz como esos artistas que salen cada mañana con cajas de betún, adminículos, accesorios y una plataforma donde instalar su estatua. No hace falta toda esa parafernalia: cuando nos "disfrazamos" de policías, psicólogas, deportistas, profesores, periodistas, enfermeros, arquitectas, parteras, carpinteros, diseñadoras o colectiveros, no siempre ejercemos labores impuestas, por suerte vamos redefiniendo en el camino qué ser, quién ser. Pero muchas veces respondemos ciegamente al mandato ancestral: creemos elegir qué hacer/ser y, sin embargo, estamos mudos, congelados como estatuas vivientes cumpliendo roles asignados para que la memoria del clan se siga sosteniendo.

Si hubo mucho dolor, necesitamos médicos. Si sufrimos falta de justicia, abogados. Si percibimos una falta de derechos básicos —educación, comida, techo—, designaremos maestros, cocineros, albañiles a lo largo de las genera-

ciones... O nos instalaremos en el grupo como Quijote, Batman, Juana de Arco... O madre abnegada, niña caprichosa, macho donjuanesco, hermanita yono-puedo o hija mayor-puédelo-todo... Los roles son infinitos, pero en toda familia, a cada uno de sus miembros, se le asigna el que "toca" desempeñar.

Las estatuas vivientes funcionan como un formidable símbolo porque están ahí, a la vista, y nos brindan un espejo para pensar-nos en nuestra máscara (otra palabra interesante: del griego prósoyon, quiere decir 'delante de la cara') para afrontar el mundo. Personaje es eso mismo, una mueca que se superimprime al verdadero rostro. Así, es paradójico que se asimile "persona" a "ser humano", pero entrar en estas profundidades daría para otras reflexiones...

Pensar-nos, revisar actitudes, vocaciones, modos de funcionar en la vida cotidiana, familiar, profesional es parte de esta propuesta. Tomar conciencia para decidir a conciencia. No es un juego de palabras: implica des-programar los mandatos que recibimos, aprender a reconocerlos, saber que nada está inscripto de una vez y para siempre, que tenemos la libertad de optar siguiendo el llamado de una voz superior a la de cualquier antepasado: la propia voz, que siempre debe ser más potente que la "voz de la sangre".

Invito a que transiten estas páginas con plasticidad neuronal: mente abierta, corazón decidido y capacidad de replanteo de esas conductas naturalizadas que en verdad funcionan como prótesis: podemos liberarnos de esas muletas. Esa actitud NO implica deslealtad al clan, traición a la herencia, ingratitud a todo lo recibido...

Des-programar es hacer aquello que nos da verdadera identidad, sin máscaras, sin mudez de estatua, sin congelamiento de piedra; sentir genuinamente, libremente, elegir sin culpas, aprender a reciclarlos y renacer tantas veces como sea necesario.

La propuesta que les acerco en estas páginas es conocer los alcances de esta línea del psicoanálisis, lo transgeneracional, que ya hemos transitado en otra obra anterior¹, re-

tomar algunos conceptos fundamentales de la disciplina y profundizar en el vínculo entre inconsciente familiar e inconsciente colectivo, memoria arcaica y memoria más reciente.

Que así sea.

Las raíces de mi "árbol teórico"

*Una sola espiga de trigo en un campo extenso sería tan extraña
como un único mundo en el espacio infinito.
Metródoro de Quíos (449 a. C 350 a. C)*

Con Freud, sabemos de la existencia del inconsciente. Con Jung, sumamos la idea de inconsciente colectivo. La psicogenealogía nos trae la noticia de que, además de un inconsciente individual y otro de la cultura, existe el inconsciente familiar.

Quiero ofrecerles el menú abierto de mis lecturas y apoyos: con base en el psicoanálisis y a la luz de las nuevas hipótesis de la epigenética, construyo un mapa teórico para explorar los mecanismos por los cuales asumimos "personajes" que nos gobiernan la vida, producto de mandatos, exigencias silenciadas ancestralmente y expectativas ajenas que por "fidelidad" al clan no sabemos sacarnos de encima.

Estimo que lo más novedoso no está en este repertorio de aportes teóricos, sino en los cruces que ofrezco para apropiarnos de ciertos saberes y revisar lo más cercano que tenemos: nosotros mismos como sujetos.

Sin duda, entre los postulados teórico-científicos, en el lugar del "padre", el nombre central lo ocupa Sigmund Freud. Considerando que la psicogenealogía abreva en las profundidades del inconsciente que se transmite de generación en generación (más allá de que sus miembros se

conozcan o intercambien saberes), el descubrimiento freudiano por excelencia es, entonces, nuestro eje de lectura, análisis e investigación.

Freud pensó al sujeto como la imagen de un iceberg: vemos muy poco en la superficie, las dos terceras partes — que son la base y nos dirigen— están bajo el agua sin dejarse ver. Solo por medio del buceo en el inconsciente sumamos más espacio con sentido a nuestra existencia. Es en Tótem y tabú donde se refiere a la transmisión de generación en generación a través del inconsciente y plantea en los albores del siglo XX una disciplina de la cual hoy han derivado diferentes propuestas, una de ellas es la psicología transgeneracional o psicogenealogía.

Por tanto, no podemos dejar de apreciar el inmenso tesoro de abrirnos a la dimensión que ofrece el inconsciente. Distintas posiciones teóricas enriquecieron la obra de Freud. Entre ellas destaco los aportes de Carl Jung (con su concepto de arquetipo e inconsciente colectivo). Recuperemos una idea básica del discípulo de Freud: “Todo lo que no es reconocido vuelve bajo la forma de destino”.

Con la nueva ciencia biológica —la epigenética—, sabemos que al nacer traemos un programa genético, ancestral: un programa que podemos TRANSFORMAR desde la decisión de cambiar las creencias, modificar los efectos de la genética si adoptamos otro medio ambiente, otro entorno, otro marco, otro “guion” para nuestro modo de funcionar/sentir/pensar.

Coincido con el biólogo celular Bruce Lipton —el creador de la biología de la creencia— cuando afirma que somos la expresión de los programas que nos transmiten nuestros mayores y que, si bien lo acumulado en las etapas periconcepcionales, fetales y la infancia hasta los primeros años nos modela las experiencias y reacciones que tendremos de adultos, cabe la posibilidad de transformar esos paradigmas encapsulados en determinadas visiones del mundo si modificamos el punto de vista... Si mutamos el disfraz y decidimos abandonar ese personaje que nos dom-

ina y que nos detiene el crecimiento.

No soy médica. No puedo afirmar si es bueno o malo tratarse con quimio, tomar antibióticos o vacunarse. Es una decisión personal de cada uno, de cada familia, según qué profesional lleve la historia clínica de cada paciente. En cambio, sí me animo a afirmar que modificar el punto de vista, variar la creencia sobre algo (“Solo con un título universitario se puede progresar”, “Las mujeres manejan mal”, “Las parejas gays no deben adoptar niños porque sería un peligro”, etc.) o transformar el impacto que una emoción nos ha dejado pueden ser claves para que una situación dolorosa desaparezca, cambie de signo y nos sane.

Vaya mi agradecimiento a tantos nombres pioneros en estos enfoques: Françoise Dolto, Nicolás Abraham, Christopher Bollas, María Torok, Didier Dumas, Alice Miller, Christian Flèche, Salomón Sellam, Haydée Faimberg y, en especial, a la “madre” de la psicogenealogía y sus reveladores aportes en el libro *Ay, mis ancestros*.

La madre de la psicogenealogía

Anne Ancelin Schützenberger sostiene que hacer consciente un saber oculto doloroso, revelar secretos familiares que implicaron un trauma, nos libera de repetirlo en las siguientes generaciones.

A través del redescubrimiento de la historia familiar, accedemos a niveles desconocidos de nuestra propia historia. La información está ahí, disponible en nuestro inconsciente. Desde antes del nacimiento somos concebidos como sujetos pertenecientes a un linaje, con una posición en el grupo (el primogénito, el deseado, el hijo-reemplazo de uno muerto, el hijo-sorpresa, el adoptado, el que cuidará en la vejez a los padres, etc.) y llegamos con una carga de expectativas ajenas sin libertad para aceptarla o rechazarla: nos viene dada como nos dan el nombre, la sangre, la herencia, los rasgos físicos y los ideales en torno de nuestro

nacimiento.

La psicogenealogía es una herramienta útil para estas indagaciones, para echar luz sobre los secretos, ver el árbol secreto en el bosque de mentiras o verdades maquilladas, lagunas en la información, enfermedades o traumas de guerra, exilios, incestos, deportaciones, estafas, abortos, violaciones o exclusión.

Cuando un suceso trágico, una imposibilidad, una situación difícil no se supera, se instala en la primera generación, es ignorado por la segunda, pero luego se manifiesta en generaciones posteriores con obsesiones, búsquedas interminables, pesadillas, dolencias graves físicas y psíquicas, accidentes: es un descendiente y no otro (ya que no necesariamente formar parte de una misma familia nos hace compartir el mismo inconsciente familiar), es la manifestación de un saber no dicho, ancestral, es el destinatario para revelar lo que quedó sin resolver o se ocultó por vergüenza, deshonra, pudor o criminalidad.

La indagación en psicogenealogía permite acercarnos a la verdad sobre el proyecto de nuestros mayores al momento de concebirnos, y nos da instrumentos para acompañar al inconsciente en las “matemáticas de la lealtad”: fechas clave (nacimiento, concepción, accidentes), aniversarios de muerte o nacimiento, cantidad de años entre uno y otro episodio con “cierto aire de familia” (como algunos prejuicios, nombres que se repiten, tradiciones o modos de relacionarse). Y así, al conocer esas trampas de viejos conflictos sin resolver, podremos superar las programaciones de nuestro modo de funcionar, dismantelar los mandatos que nos gobiernan.

Esto mismo es lo que desde otro ángulo analiza Christopher Bollas —integrante del Grupo Independiente de la Sociedad Psicoanalítica Británica— cuando trabaja sobre los mecanismos que el sujeto guarda de sus primeras experiencias y de sus huellas. Para él, los episodios que nos afectan, pero en los cuales no hemos pensado todavía, aquello que es sabido, pero que aún no ha sido procesado

desde la conciencia, tienen la clave del sentido oculto por descubrir.

Christopher Bollas, profesor de Letras, editor y psicoanalista —con quien naturalmente me identifico por las elecciones profesionales—, nos alerta sobre ese enorme caudal de información que “conocemos”: ahí reposan muchas instancias de nuestro clan “sin saber”. Esa paradoja llamada “lo sabido-no pensado” nos ata a mandatos y creencias, nos enferma y nos roba autonomía. Los secretos nos aturden porque “lo sabido-no pensado” está siempre presente, hace ruido, vuelve y revuelve.

¡A saber, pues! ¡A pensar! Dos ejercicios para remover la tierra endurecida que rodea nuestro árbol genealógico y así, entonces, dar lugar a que florezcan nuevos frutos: sanos, libres, autónomos.

El propósito de este libro

Resumiendo, el propósito de este libro es profundizar en los mandatos familiares desde la psicogenealogía y ofrecer un conjunto de nuevos abordajes —epigenética, biología holística, inconsciente colectivo— a partir de ejemplos tanto con casos de pacientes como con biografías de la historia universal, así mismo abrevando en mi propia experiencia. También les propongo releer los cuentos tradicionales de la infancia en clave transgeneracional (porque pertenecen a “la infancia de la humanidad” es que tienen datos luminosos para todas las épocas). Volveremos a lo largo de los capítulos a estas cuestiones —que entrelazan diferentes vertientes teóricas— para profundizar desde la perspectiva multidisciplinar un itinerario posible encaminado a tomar conciencia, despertar y renacer. Un nuevo nacimiento ya no como personajes congelados, sino como personas reales que asumen la tarea de liberarse de viejos mandatos. Iremos examinando las metáforas ocultas en los personajes que “nos compramos” y que siempre funcionan

como lastres e impedimentos para superar viejos paradigmas. Te estimularé con cada ejemplo y cada aporte teórico a escalar tu propio árbol genealógico. Con una postura que despierte el modo más abierto a la conciencia, para hacer posible que alcances aquellos secretos y mandatos que conviven en tu realidad. Y para que trepar ese conjunto de ramas añosas que forman tu árbol no sea traumático, seré lo más didáctica posible.

Pues bien, explicitado el “mapa”, te invito a salir de la comodidad, a tomar la voz interior como GPS, a avanzar hacia la ruta del autoconocimiento y a comenzar el viaje hasta lo más profundo de las creencias: los mandatos familiares. ¡Te acompaño!

¹ Paris, 2014.

I Psicogenealogía y mandatos

¿Mandatos familiares escritos con sangre?
Los verbos ocultos del árbol genealógico
Y cómo superar el deber-ser

*Todos tenemos un deber de amor que cumplir,
una historia que hacer
una meta que alcanzar.
No escogimos el momento para venir al mundo.
Gioconda Belli*