

D I A N A P A R I S

Mandatos familiares

¿qué personaje te compraste?

PSICOGENEALOGÍA Y EPIGENÉTICA



dNX DEL NUEVO EXTREMO

Diana Paris

Mandatos familiares
Psicogenealogía y Epigenética

¿Qué personaje “te compraste”?

¿Cómo reconocerlo y superarlo

Índice de contenido

[Portadilla](#)

[Legales](#)

[Esa voz la conozco](#)

[I\) Psicogenealogía y mandatos .](#)

[II\) Psicogenealogía y epigenética](#)

[III\) Psicogenealogía y personajes](#)

[A\) Niñez](#)

[La Curiosidad / Cargar la cesta](#)

[La Justicia / Poner la casa \(de dulce\) en su lugar](#)

[Soñar / Participar del té \(de locos\).](#)

[B\) Adolescencia](#)

[Espero, luego existo](#)

[El Deseo / Mi vida por un zapato](#)

[La Rebeldía / ¿Una semilla en mi cama?](#)

[C\) Madres y abuelas](#)

[Baba Yaga, el saber, Círculo de brujas](#)

[Sanar / Medicina con palabras](#)

[Apéndice](#)

[Bibliografía](#)

Paris, Diana

Mandatos familiares : psicogenealogía y epigenética / Diana Paris. - 1a ed . -
Ciudad Autónoma de Buenos Aires : Del Nuevo Extremo, 2016.

Libro digital, Amazon Kindle

Archivo Digital: descarga

ISBN 978-987-609-653-9

1. Psicología. I. Título.

CDD 150

© Diana Paris 2016

© Editorial Del Nuevo Extremo S.A., 2016

A. J. Carranza 1852 (C1414 COV) 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

Primera edición en formato digital: mayo de 2016

Digitalización: Proyecto451

Queda rigurosamente prohibida, sin la autorización escrita de los titulares del "Copyright", bajo las sanciones establecidas en las leyes, la reproducción parcial o total de esta obra por cualquier medio o procedimiento, incluidos la reprografía y el tratamiento informático.

Inscripción ley 11.723 en trámite

ISBN edición digital (ePub): 978-987-609-653-9

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 generaciones... O nos instalaremos en el grupo como Quijote, Batman, Juana de Arco... O madre abnegada, niña caprichosa, macho donjuanesco, hermanita yo-no-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 *prósopon*, quiere decir ‘delante de la cara’) para afrontar el mundo. Personaje es eso mismo, una mueca que se sobreimprime 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 reciclarnos 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 anterior ([1](#)), retomar 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 QUIÓS (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 domina 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, deshonor, 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, desmantelar 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!

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

En mi casa le decían “ropa vieja”. Si sobraban fideos o quedaban algunos trozos de papas hervidas del puchero, medio choclo, una batata, algo de carne, y se le sumaban unas arvejas, más dos huevos batidos, ya casi se tenía una *comida nueva*, producto del popurrí. ¿Es un revuelto? ¿Y esos bocadillos de qué son? ¿Qué relleno tienen las empanaditas? Creatividad de madre aprendida de su madre, y de su madre... para echar mano a lo que hay, en tiempo de vacas flacas... (Ahora le dicen “plato de autor”, pero sospecho que en los *restó* de moda ese pomposo y egocéntrico nombre responde también a una *mezcla rara de Museta y de Mimi*).

Otros términos reúnen sobras y mencionan una comida escasa, producto del rejunte, de dudosa o poca calidad: se la llamaba “sopa de convento” o “bodrio”, ambas usadas desde la Edad Media. En todas las épocas se cocieron habas...

Del abanico de expresiones prefiero la casera y más habitual: “ropa vieja” por la amplitud de connotaciones que sugiere... Porque alude a algo del orden del disfraz.

A ese pantalón roto se le suman unos bolsillos nuevos, o en los codos gastados del abrigo aparecen unos recortes de otra tela con los bordes en puntitas, o un dobladillo se alarga para prolongar la vida útil de un vestido. Ropa vieja actualizada. Pero ¿por qué esa metáfora se traslada al mundo de la cocina? Porque no solo un traje se arregla, también un plato se hace más presentable, un guiso se mejora, un caldo aguachento se estira y unos calamares se resucitan...

La paciente se llama F. El padre de F. había llegado tarde, pasada la hora de la comida, con intención de almorzar —y sin previo aviso de que llegaría con su jefe—. Eran más de las tres de la tarde cuando ambos hombres irrumpen en la placidez de la siesta. La madre de F. pone cara de circunstancias y va presta a la cocina. Nada por aquí, nada por allá. La comida se demora. El marido se impacienta. La niña (F. tiene 8 años) mira la escena con perplejidad: su madre recurre a la estrategia “ropa vieja *in extremis*”: unos calamares sobrantes arrojados a la basura hacía unas horas son rescatados, escrutados, lavados, aderezados, sumergidos en una salsa improvisada, servidos primorosamente y engullidos sin resquemor alguno por ambos hombres. F. siente repulsión y abuso: sabe que es cómplice de un acto que no comparte. Se siente mal. Esa noche vomita. Sabe que otros se comieron el “pescado podrido”, pero que por su sensibilidad fue ella quien pagó los “platos rotos”.

F. tenía 22 años cuando vino a la consulta. Sufría de alergia a varios alimentos, permanentes malestares digestivos; había sido operada de apendicitis a los 9 años, se hizo todas las pruebas de alérgenos que los médicos le propusieron. Nada por aquí, nada por allá.

Cuando en una sesión hizo consciente este episodio (que había “olvidado” durante más de diez años), sintió primero asco actualizado, náuseas y luego una enorme liberación. Las crisis alérgicas han disminuido y —si bien aún prefiere no incluir mariscos en su dieta habitual— hace un año que ha empezado a ingerir los sabrosos frutos de mar en pequeñas dosis, sin consecuencias ni reacciones indeseadas.

¿Fuiste testigo involuntario/a de actos que tus ancestros te obligaron a presenciar? ¿Cuántas veces, cuando recordamos escenas de cocina y volvemos a ver a nuestros mayores preparando ese plato preferido, sentimos placer, miedo o alguna perturbación en la piel? ¿Esa evocación siempre nos permite saborear un plato feliz o también sentimos rechazo a unos u otros alimentos? ¿Comer como reyes y tener garantía de felicidad eterna equivale a servir perdices en la mesa? Y si decido ser vegetariano, ¿se esfuma la rima de “y fueron felices”?

Cuando la realidad no acompaña los sueños que tenemos, ¿“nos vendemos” como reyes ante una nueva cita amorosa, ante una propuesta laboral? ¿Cuántos sapos “nos tragamos” creyendo que son príncipes? ¿Somos conscientes del menjunje que nos bebemos cuando sumamos alcohol y dolor y angustia y negación y necesidad de tapar los sentimientos? ¿Con cuáles trapos viejos nos disfrazamos del personaje que no queremos ser, pero es obligación familiar que así sea?

Aceptamos a disgusto ciertos “trajes”: un sombrero de ala ancha o unas lentejuelas y unos volados de colores, una espada a la cintura, algo de maquillaje y ya nos sentimos otros, otras. Pero cuando dan las 12 y el encantamiento se va, ¿nos animamos a regresar a ser quienes somos realmente? ¿O seguimos arrastrando sombrero ridículo, lentejuelas deslucidas, volados deshilachados, espadas fuera de moda y rímel desenchajado en la cama, la oficina, la escuela, la cocina?

Comida y ropaje. Dos metáforas de aquello que nos dan y nos calzamos sin chistar. “No te gusta la sopa, entonces dos platos”. De niños somos rehenes de la voluntad de nuestros mayores. Y de adultos... también. A menos que tomemos conciencia.

Aludiendo a la cocina de autor o alimentos reciclados, yo prefiero la denominación que circula ahora: “torres de chenoa”. Tiene la gracia del argot tanguero que habla *al vesre*. Efectivamente, los “restos de anoche” constituyen el menú del presente: el ayer se está actualizando todo el tiempo cuando no ponemos cada ingrediente en su lugar, cuando las mezclas son incoherentes o el mal gusto se instala en el inconsciente... y dispara una alergia.

Disfraces y alimentos

Les propongo hacer con esta colección de etiquetas un viaje en la memoria familiar: ¿cómo te sentirías hoy dentro de la ropa (ahora vieja) que usabas de niño? ¿Todavía te gusta ese ropaje o ya te incomoda? ¿Con qué personajes te alimentaron? ¿A qué sabe la comida preferida de tu paladar? ¿Sabías que de la noche de los tiempos llegan los

sabores que tus abuelos pusieron en su mesa? Los restos de anoche siguen poniendo sobre los manteles de tu familia las migas del pan repartido amorosamente o el vino derramado en la pelea.

En tu inconsciente familiar, ¿resuenan estos versos del tango “Qué vachaché”, de Discépolo: *El verdadero amor se ahogó en la sopa: / la panza es reina y el dinero Dios?* ¿O en cambio estos otros: *Vos resultás —haciendo el moralista—, / un disfrazao... sin carnaval...?*

¿Cuál es la frase-muletilla de tu clan: “Para el hambre no hay pan duro”, “De tal palo tal astilla”, “De aquellos vientos, estos lodos”? ¿Te animarías a desafiar los mandatos de tus ancestros y convertirte en *otra astilla* diferente? En la Biblia leemos que “Los padres comen uvas verdes y los hijos sufren de denteras”... En tu familia, ¿pasa eso?, ¿cargan los más jóvenes con los desastres de quienes fundaron el linaje?

Sopa de mandatos que tomamos a sorbos o en altas cantidades nos convierten en disfrazados sin carnaval. Tal vez sea momento de tomar conciencia y decidir que ya no queremos ni ese disfraz —que lo sentíamos tan propio— ni este alimento —que nos dijeron que era tan nutritivo—. ¿Por qué no revisamos lo que entendemos como “la verdad” y asumimos que YA es hora de cambiar de menú y de probarnos otro traje?

Lo aprendido en la tribu

¿La foto que más te favorece es la del vengador anónimo? ¿Sos la cuidadora o la cuidada? ¿Te sale en automático la maestra o la madre, aunque la situación no requiera ni enseñar ni amamantar? En situaciones límites, ¿te ves como la Mujer Maravilla o como Robin Hood? ¿Te sentís siempre el/la más débil y te creés un “patito feo”? ¿Te compraste

que sos “la enfermita” o “el loquito” de la familia para que todos estén pendientes de vos? ¿Todos te consideran en el grupo de amigos el villano o el héroe? ¿Sos el juez de tu familia, el que tiene la balanza en mano cuando surge un conflicto? ¿Te adjudican el rol de la vampiresa o de la princesita? ¿Te queda cómodo ser siempre un Peter Pan aunque hayas pasado los 30 años? ¿Cuál es tu personaje: la salvadora a tiempo completo, el guerrero siempre listo, la pobre Cenicienta o el depredador Lobo Feroz?

Los ancestros modelan los rasgos que vamos sumando como capas de hojaldre en nuestra personalidad: sus deseos insatisfechos, sus expectativas, los logros que quieren hacer que perduren, las funciones que venimos a cumplir se imprimen en los mandatos que asumimos como “las propias decisiones”. Generación tras generación nos alimentan con cuentos: cada relato pone en acción a sus actores con sus correspondientes ropajes. En el repertorio de personajes no es casual cuál nos calzan: ajeno como un órgano trasplantado, un personaje se incrusta en nosotros, se superpone a la información genética y asume su rol. Esa máscara empieza a tatuarse en la piel con tal intensidad que —ya de adultos— sentimos que somos lo que nos dicen que somos o que debemos ser.

La narración que cada grupo “se construye” funciona como alimento. Y en el mercado y las ferias de todas las aldeas se intercambian —como monedas— esos otros recursos vitales para continuar la especie: los mandatos familiares.

Las abuelas lo sabían bien; sus madres les habían traspasado ese saber y a ellas las madres de sus abuelas... Había que saciar el hambre y dar identidad a cada miembro del clan. Y se hilvanaron las historias. En el origen de los tiempos y en el origen de cada familia, hay un relato fundante; un caldero y un fuego encendido.

La joven con los bolsillos del delantal tintineando de semillas, los cantos del labrador, las voces de los cortesanos

refugiados lejos de la ciudad para protegerse de la peste: todos cuentan un suceso inaugural. Y antes, mucho antes, fueron los mitos que rondaron a sus diosas y dioses por santuarios y oráculos, que los renacieron en canciones y poemas hasta que se gastaron y se rehicieron de carne y hueso, humanos.

Y en la infancia de todos los tiempos, la sangre, la leche y la canción de cuna acompañaron con cuentos aquello que los mayores desearon para nosotros. ¿Cumplimos esas expectativas? ¿Aceptamos sin protestar el “traje” impuesto? ¿Nos dolieron las botas de siete leguas o los zapatitos de cristal y, sin embargo, los seguimos usando? ¿Nos “compramos” el personaje que nos ofrecieron?

Ahí estamos, congelados en un arquetipo. Sin cuestionar, sin desobedecer los mandatos, sin preguntarnos por qué volvemos a caer siempre en “el mismo cuento”. Repetimos la historia. ¿Y si cambiamos el color del cristal para poder ver de nuevo lo viejo, sopesarlo, indagar sus efectos, revisar sus trampas, advertir las lealtades invisibles que nos atan a aquello a lo que ya no queremos responder?

Des-programar

Volver a empezar: el método es *des-programar*. Es desordenar el mazo que muy prolijamente nos entregaron para honrar el linaje: ser buenos hijos/hijas, estudiantes obedientes, castas doncellas, hermanos sacrificados, valerosos caballeros, sostenes de hogar, amorosas madres, triunfadores profesionales, esposas sumisas, hombres que no lloran, viejitas calladas...

Nos alimentaron con historias y seguimos creyendo que ser y hacer lo que somos y hacemos “es lo que toca”. Sentimos miedo —pero seguimos adelante— ante el peligro de atravesar el bosque cuando nos cargan una cesta de

tortas para la abuelita, o nos esforzamos por mantenernos siempre jóvenes y hermosas (para que el espejito nos diga lo que queremos oír, lo que ellos quieren ver...).

A veces, todavía no podemos creer que la espada vengadora de Robin Hood no funcione, nos autoculpamos cuando suponemos que algo malo habremos hecho para que nos abandonen en medio de la oscuridad como a Hansel y Gretel, decidimos permanecer dormidas por cien años a la espera de que algo suceda... o andamos cabizbajos por sentirnos incomprendidos patitos de corral.

Ya no más cuentitos. Desordenar las páginas —orales y escritas— con las que nos nutrieron, ver el revés de la trama y leer en el inconsciente, al otro lado del espejo; elegir quién queremos ser, descubrir nuestro costado menos deseado y soltarlo.

¿Cómo? Reconociendo, primero, qué personaje me vendieron y acepté comprar sin leer la letra chica del contrato. Ver si ese disfraz me resulta adecuado o ya caducó o ya no me divierte o ya no me identifica... O nunca lo sentí propio.

Des-programar y renacer. Animarnos a ser cisnes cuando nos creímos patos y, encima, feos. *Re-programar*, porque con el poeta de Dublin lo sabemos, “aprender no es llenar el cubo, sino encender el fuego” (2).

Pedagogía del reaprendizaje

¿Y si en lugar de “llenar el cubo”, vaciamos la papelera? Me gusta la expresión “vaciar la papelera”: desechar viejos moldes, advertir en qué imagen quedamos fascinados, frenados, congeladas, anestesiadas.

Hay veces en las que descreer de las creencias nos recrea, nos afirma. Discutir lo que afirmábamos nos reorienta. Sospechar de las verdades familiares nos amplía

el criterio de “realidad”. Destapar el arcón —donde atesoramos seguridades pequeñas y miedos grandes— nos da fuerzas para rebelarnos, para afrontar condicionamientos, para explorar nuevas pasiones y para emancipar la conciencia domesticada... Y encender el fuego.

Con este libro me propongo algo así como una *pedagogía del reaprendizaje*. Eso significa revolver con un gran cucharón en los “archivos de la memoria”, sin temores, con lucidez, a conciencia; desmontar los mitos familiares que “nos compramos” y hallar la verdad: analizarla a la luz diurna para luego someterla a los efectos del sueño.

Des-programar es aprender a vivir mejor. Eso no significa ser otra persona ni hacernos millonarios en una hora o viajar a la Luna. Vivir mejor es vivir *con-conciencia*, estar en *con-sonancia* con quien somos realmente, aprender a resonar con nuestro ritmo natural y no con el “patrón” que nos dijeron que debíamos cumplir para ser aceptados en ese árbol ancestral del que somos parte.

Cuando vemos en toda su amplitud nuestro árbol genealógico, es como comprender un sueño que regresa desde sus raíces para darnos un mensaje: tomar esa decisión postergada, advertir un peligro, sospechar sobre un estado de salud, escuchar la voz onírica, creer en *el centro del corazón* (3), animarse a dar un paso fundamental... ¡Y cambiar de personaje!

¿Quién soy?

Cada paradigma o molde que reviste “lo que somos” es una estructura inconsciente a la cual se la conoce por sus efectos. Jung llamaba a estas estructuras arquetípicas “órganos del alma”. Efectivamente, cuando reaccionamos ante una crisis, nos enfermamos o nos vinculamos de una

manera determinada con nuestros padres o compañeros de trabajo, estamos expresando un mensaje de ese “órgano” tan especial que es la memoria afectiva ancestral.

En 1914 Jung —el psiquiatra suizo que se inició al lado de Freud y luego abandonó su teoría de la libido para desarrollar su propia perspectiva— afirmaba que el inconsciente colectivo es independiente de las leyes del tiempo y de la causalidad; y desde ahí propuso un exhaustivo análisis de los símbolos que sostienen la memoria inconsciente universal. Los arquetipos son herramientas inmensamente sanadoras e inspiradoras.

Jung señaló determinados patrones de naturaleza universal dentro del inconsciente colectivo que recogen una sabiduría común a toda la humanidad. Esos “saberes” conforman experiencias comunes —más allá de las diferencias entre pueblos, épocas y culturas— que se organizan en arquetipos: madre-padre, niña-niño, educador-educadora, amante, guerrera-guerrero, sabio-sabia, entre otros.

Los arquetipos hablan desde el saber del inconsciente colectivo y se encarnan en forma de “personajes” tanto en los mitos como en los cuentos de hadas, en el arte, en el cine. Son universales y comunes, pero producen un impacto distinto en cada sujeto según sus patrones familiares. El inconsciente colectivo es algo así como una “reserva de datos” de todos los tiempos guardada por el “archivo de un clan”, “memoria genética” de la gran biblioteca humana.

Hoy la ciencia nos permite ver niveles de integración que poco antes eran insospechados: desde considerar que todo lo pensado, hablado y actuado por nuestros antepasados está grabado de alguna forma en el código genético, hasta postular que el mundo material (medible, visible, cuantificable) pertenece al orden explícito, pero que detrás existe otro orden: el implícito, invisible —al que se llama *holomovimiento*— por su dinámica holográfica.

Desde la psicogenealogía —un programa alquímico de transformación que permite explorar la vida psíquica, las conductas y mandatos, las herencias transgeneracionales junto con las exigencias, miedos, deseos y proyectos a partir de los árboles genealógicos—, se accede a la toma de conciencia que cada clan ocultó en los mandatos que cumplimos. Esos mandatos se “encarnan” en determinados personajes.

Es tarea de cada uno, de cada una, revisar los mitos que se encriptan en los cuentos tradicionales de la infancia, y cómo desde la voz familiar viajan hasta el presente y nos condicionan a actuar según los guiones instalados. Reforzaré los conceptos ya trabajados en *Secretos familiares, ¿decretos personales?* sobre el impacto transgeneracional, y mostraré cómo el cambio y la desprogramación son posibles a partir de los postulados de la epigenética.

Tomamos los perfiles de personajes que “nos comimos” en la infancia, pero también otros personajes que nos vienen de más lejos. Que no elegimos, que pertenecen a otros parientes, que se nos obliga a actuar. Compartiré un caso —que no es de un paciente aunque llevo analizándolo hace tiempo— por el impacto que me ha causado el hecho en sí, pero más aún por la falta de “lectura” transgeneracional en quienes han tratado el episodio trágico. Sucedió en una escuela de Barcelona en la primavera europea de 2015.

En abril de 2015 me encontraba en España presentando mi libro *Secretos familiares*. Una noticia conmovió a la sociedad en esos días: “Un alumno de 12 años armado con una ballesta mata a un profesor. Al menos cuatro personas han resultado heridas, entre ellos dos menores y otros dos docentes. El hecho sucedió en el instituto Joan Fuster, del barrio de Las Navas, de Barcelona”.

Rápidamente se habló de trastornos mentales del menor, se supo que era un paciente en tratamiento por esquizofrenia y que había sufrido un brote psicótico. Los compañeros de instituto declaran que era “un amante de las armas y los temas bélicos”. Los docentes dicen que era un alumno normal.

En Madrid conversé con gente de los medios y accedí a una información que en los primeros momentos no se publicó: el apellido de la familia, el nombre del niño y la foto. Los periódicos solo daban iniciales, M. P., y la imagen borroneada, como la ley establece por tratarse de un menor. Esos datos obtenidos a las pocas horas del episodio me permitieron seguir una línea de interpretación que —por lo menos para mí— estaba a la vista. En lo personal, entiendo que la clave del brote psicótico se vincula directamente a un personaje asumido por la tercera generación (“el niño de la ballesta”) que proviene de la rama paterna y que se origina en el abuelo de M. P. Desde entonces sigo las escasas novedades que aportan los periódicos sobre el hecho y la conclusión es contundente: ninguna fuente (judicial, policial, psicológica, educativa) ha leído el episodio trágico desde lo transgeneracional. Y es inquietante, porque lo que no sale a la luz tiene riesgo de ser repetido. Los pormenores familiares no se dieron a conocer en los meses siguientes y mi línea de trabajo se estancó. Me faltaban datos esenciales para armar el rompecabezas. Yo avancé con la investigación a partir de los pocos elementos que tenía a mi alcance.

Hasta que de manera fortuita di con una persona que me aportó una información clave: recientemente, mientras me hacían una entrevista en la plaza Cagancha de Montevideo, “el cámara” —un uruguayo que había residido en Barcelona— me cuenta que conoce a los padres de M. P., que fue vecino de esta familia y me acerca datos que completan mi perspectiva de análisis hasta entonces hipotética. Y se confirman mis presuposiciones. M. P. aparece como el personaje vengador de un estigma familiar. Este chico “compra” una memoria de clan, un mandato que ni su padre ni su abuelo pudieron tramitar.

Amante de los animé, de las series de *zombies* y de ciertos comportamientos friki, lo etiquetaban como raro y nada más que resultara alarmante. Nadie pudo frenar el drama porque nadie se animó a ver lo que incomoda: la perturbación que se hereda cuando un secreto se perpetúa de generación en generación.

M. P. es el portador de un mandato, encarna a un personaje “antiguo”, un balletero, que estalla en sus manos, en su propia escuela como escenario, porque lo que se oculta en el pasado pugna violentamente por salir en el presente.

Llevo un muerto encima (4)

Me interesa el concepto de “identidad alienada” elaborado por la psicoanalista argentina, radicada en Francia, Haydée Faimberg. Un niño tiene su identidad alienada cuando los padres depositan en él todo aquello que odian de sí mismos y se apropian de todos los rasgos positivos que el hijo tiene.

Así, en ese tironeo entre lo negativo y lo bueno despojan al menor de su propia identidad. Al niño no le queda otra alternativa que identificarse “con una organización extraña que pertenece a otro, a los aspectos que ese otro rechaza de su historia personal. De este modo, la historia de los padres pasa a estar como encajada en la historia vital del niño, configurando una condensación de tres generaciones, un *telescopaje generacional*” (5).

Esto “consiste en la adquisición de una información construida en generaciones previas, expresada por un miembro de una generación posterior a manera de un síntoma, del cual no se encuentra una explicación lógica. Dicho sujeto tiene una identificación inconsciente alienante con el ancestro con quien tiene un pacto denegativo, que adquirió por amor a un padre poseedor de una cripta (un secreto) y heredero de un fantasma. Quien manifiesta el síntoma lo que busca inconscientemente es abrir el secreto guardado y poner fin al sufrimiento familiar, desafortunadamente la mayoría de las veces lo que obtiene es una repetición de la historia, con los infortunios que esto conlleva” (6).

Así como la hermana mayor de M. P., Águeda (del griego *agathê*, ‘bondadosa’), **porta** (7) la parte “buena” en el clan, a M. P. le tocó **portar** un duelo irresuelto transgeneracional: el abuelo de los niños regaló a su hijo una ballesta y le dejó como herencia —además— la casa familiar en el barrio de Las Navas, que pasaron a ocupar luego como vivienda el matrimonio, y ambos hijos: Águeda y M. P.

Entiendo que la circunstancia dramática en la cual se vio atrapado el inconsciente transgeneracional del “chico de la ballesta” implica algo del orden de la injusticia, la segregación, el aislamiento, el odio racial, las vivencias vergonzantes que se encriptaron en la estructura psíquica del niño, emergente de la agresión, destinatario portador de un mandato que responde al inconsciente familiar.

El inconsciente del clan mantuvo bajo llave un trauma que —como en un volcán apagado pero latente— saldrá en forma de ebullición criminal cuando la exigencia de asumir “una denuncia” ya no sea posible mantener a raya. O como expresaron las autoridades del colegio: “El alumno actuó imbuido por un arrebató inexplicable”.

El Vengador es un arquetipo, un patrón de conducta propio de quien se cree salvador del mundo, empezando por su tribu, con gestos que escapan a la lógica y son inexplicables porque nadie le explicó previamente *eso oculto* que debía ser defendido para recuperar el honor del linaje. El Vengador pone en acción una vindicación: hacer justicia. El Vengador actúa por arrebató. ¿Qué se venga en su furor? Una ofensa innombrable, una humillación antigua.

¿Sabemos cómo se ha tramitado esa sensación de injusticia en esta familia? Lo aparente es que el llamado brote psicótico de este niño de 12 años es un ejercicio de justicia por mano propia de algo sucedido mucho antes... Me inclino a pensar en la rama paterna, en un duelo sin acabar que se transmitió de abuelo al padre y del padre al hijo. En la 3ª generación explota como “arrebató inexplicable”.

Alicia Werba llamó duelos ancestrales a los duelos no procesados y que por lo tanto se viven como presentes en las nuevas generaciones (8). El emergente del clan expone su determinación agresora extrema a modo de denuncia, exhibe con el conflicto una problemática familiar de orden transgeneracional, actúa un saber retrospectivo (el escenario del drama es el ámbito educativo, el espacio del saber), pone en el cuerpo algo mudo que de pronto cobra voz y sangre.

En el caso del niño de la ballesta podemos considerar que este preadolescente es el emergente representante de una carga familiar que no ha sido tramitada en su momento, que regresa bajo el arquetipo del Vengador y que se asume como la persona encargada de hacer justicia. Algo no dicho,

inconscientemente transmitido desde generaciones pasadas, sale a la luz como violencia desatada fuera de su tiempo real. Es el **portador** de un secreto y de un mandato. M. P. funciona como el heredero de un drama familiar guardado en secreto, pero vivo en el inconsciente. ¿Qué innombrable se puso en acción en el personaje del niño de la ballesta?

Numerosos estudios (Piera Aulagnier, Salomón Sellam, María Torok y Nicolás Abraham, por citar algunos) muestran cómo muchos pacientes nombran en sus alucinaciones imágenes sufridas por sus antepasados que nunca fueron narradas. Conocido como “herencia delirante” o “alianza negadora”, el vínculo entre padres-hijos-nietos configura un modo de traspasar el duelo sin resolver a algún miembro de la familia que se encarga de asumir la identificación con ese drama secreto hasta que lo pone a actuar de manera traumática, sangrienta. Es justamente salvar el honor de “la sangre” lo que se pone en juego.

Arriesgo una hipótesis: ser un desclasado, un inmigrante de segunda en el “primer mundo”, pertenecer a una cultura y religiones diferentes, acumular odios y rencores raciales suman capas de humus a ese terreno predispuesto para lanzarse a la venganza. Entonces, ¿qué secreto inconfesable y a la vez imposible de soportar se transmite a la descendencia por medio del inconsciente del clan? La pérdida de la propia tierra, de las costumbres y del culto religioso, del exilio forzado y de la mirada extrañada de los otros puede haber sido la punta del iceberg en esta familia. Se trata de una *inscripción inconsciente familiar*, tal la definición de Pichón Rivière a este tipo de vinculación.

Desde la psicogenealogía sostenemos que una vergüenza, un secreto, un trauma que no han sido resueltos con el paso del tiempo, no integrados sus efectos, ni superada la crisis que se desprende de ese silenciamiento, se ahondan en el drama de las generaciones siguientes. Con Freud sabemos que la elaboración del duelo trae

aparejada la liberación de la esclavitud al objeto perdido/silenciado. Agotada la presión, emerge como grito desesperado, o —en el mejor de los casos— como la búsqueda de nuevos objetos que permitan, de manera lúdica y personal, transformar la realidad heredada.

Volveré sobre esto, pero presentemos un perfil del chico que llega a la escuela armado con la ballesta.

¿Qué personaje se compró?

Sin duda, M. P., el vengador de un episodio silenciado ancestralmente, aparece envuelto en un ropaje y una acción que comprometen su estabilidad emocional. Un sujeto que cursa la etapa de entrada a la adolescencia está en esa fase evolutiva en la que se juegan nuevamente los lugares y posiciones del grupo familiar. Se reactualiza el complejo de Edipo y se reevalúa la noción de identidad. “¿Quién soy?”. Esa es la pregunta que transita este joven cuando toma el impulso de sus propios dardos internos. Cuando alguien que es portador de un mandato extremo se ve sometido a situaciones críticas, puede desencadenar la acción del personaje que lleva a cuestras...

Fuentes docentes y policiales aseguraban que el agresor “no procedía de ninguna familia desestructurada”. Y agregaban: “Son muy buena gente, una familia catalana normal”. Me pregunto qué quiere decir “no desestructurada” y “normal” en este contexto. Sin embargo, junto con esos comentarios, los informes agregaban que M. P. tenía en su habitación dos escopetas pequeñas en sus fundas y un machete “de grandes dimensiones”, además de ballestas artesanales realizadas con alambres por el chico.

Lo más inquietante es este dato: la ballesta que el menor llevó al instituto se la había regalado al padre su padre hacía más de 20 años y estaba guardada en otra casa, pero