

EL DIARIO: PRIMERA SESIÓN

He dado vueltas en torno a ello, y si he de ser fiel a los hechos, todo comenzó un día soleado y tibio de primavera, en la consulta del que se convertiría en mi nuevo y postrer psicólogo.

-Bien Anna, ¿puede contarme algo acerca de usted?

El hombre trataba de ser amable. Un esfuerzo estéril. Mi sensación inmediata fue de desconcierto; tenía que ver con su aspecto físico... contradictoriamente singular. Rondaría los cincuenta –supongo que me dejé llevar por el color estéticamente blanco de sus canas-, y sin embargo, exhibía un cutis terso y tan bronceado que suponía casi una afrenta, brindándole el aspecto de un apuesto *gigoló*, a la par que le negaba ese halo respetuoso y venerable que una atribuye automáticamente a los decanos de la profesión. No sé... no resultaba creíble. Eso sin mencionar su terrible atractivo: ¿de qué novela de sobremesa habían reclutado a aquél apuesto galán? Comprendí que me resultaría difícil ser franca, elemento indispensable para obtener cualquier tipo de ganancia terapéutica. Y cómo no, presagí un incómodo encuentro.

-Tengo veintitrés años y vivo con un compañero en un piso alquilado en el centro de Manacor –dije, como si eso lo explicara todo.

-¿Puede ser un poco más explícita?... –me invitó a seguir hablando, haciendo el desafortunado movimiento de un cámara de cine de los años veinte, con el lápiz.

Resultó bastante evidente que mi breve intervención no había sido suficiente.

-Estamos juntos desde hace un par de años... –proseguí, torciendo el gesto; aburrida de la misma historia-. Lo que comenzó siendo un arrebatador y apasionado romance multicolor, se ha convertido en una civilizada y pragmática convivencia en blanco y negro. Al menos para mí. La relación en estos momentos atraviesa por un período de equilibrio inestable.

-Defíname “equilibrio inestable” –solicitó el terapeuta.

Le odié instintivamente: se había puesto en marcha la maquinaria psicoanalítica...

-Mantenemos un pacto de no agresión; cada uno es libre de hacer lo que le plazca siempre y cuando no viole los principios fundamentales de nuestra cohabitación.

-¿Habla en sentido literal? –preguntó sorprendido.

-¡No!, por supuesto –respondí rápidamente. ¿Acaso ese estúpido gladiador-del-diván no entendía el sentido figurado de una frase?-. Me refiero a cosas como traer a otra persona a casa...no colaborar en la economía o en las tareas domésticas... -aclaré-. Esa clase de comportamientos están absolutamente prohibidos.

-Entiendo...

Anotó algo en su libreta. Supuse que recordó que debía hacer una llamada al dentista.

-Yo sé que él me adora –proseguí; tratando de ignorar mis absurdas conjeturas-, y que está dispuesto a darme todo por mantenerme a su lado, pero algo en mi cabeza no está bien.

-¿Qué es lo que cree que no está bien?

-Sufro de un trastorno límite de personalidad. ¿Cree que eso justifica mi impresión? –pregunté a su vez, con una pequeña pero inevitable dosis de sarcasmo.

El doctor hizo un gesto de asentimiento. Me pareció que se había quedado satisfecho con la aclaración.

-¿Desde cuándo está en manos de terapeutas? –arremetió incansable. Supuse que las preguntas las escogió del “Trivial” para psicólogos.

Le miré con atención, tratando de descubrir si esperaba realmente una respuesta, o sencillamente se trataba de cubrir el expediente. Pero el “bello sanador” me devolvió la mirada como si yo fuese una gráfica inescrutable colgada en la pared. Tuve que abandonar mis recelos y seguir dando pábulo al inquisidor.

Apenas si pude recordar la primera vez que fui a la consulta de un psicólogo. En todo caso fue en contra de mi voluntad, y acompañada de mi madre, eternamente

preocupada por esa acusada labilidad emocional “tan inapropiada como extenuante”, y que ella, haciendo gala de una exquisita miopía, interpretaba como el carácter histriónico derivado del hecho de que yo fuese hija única. No debiera culparla por ello, pero siempre he necesitado un culpable, y mi madre ocupa un posición demasiado tentadora para buscar en otra parte. Fue aquél psicólogo quién la exoneró de toda tacha y a mí me colgó el cartel de “cuidado con el perro”. Dibujó un retrato de mi “enfermedad” enclavado en un conflicto sexual que según un modelo hidráulico se había desbordado en mi consciencia... ahora que lo pienso, aquella explicación debió ser la causante de todo. Más tarde otro psicólogo, descubrió la “verdadera” génesis del trastorno –aquí mi madre fue la que recibió más leña-: el defecto era consecuencia de un patrón desadaptativo comunicacional, basado en una incorrecta “emoción expresada” y tal y como explicaba la “teoría del doble vínculo”: “la niña estaba incardinada en el seno de una relación intensa, incapaz de escapar, sujeta a mensajes contradictorios entre la comunicación verbal y la no verbal”. La explicación no satisfizo a nadie –a mi madre menos que a mí, aunque yo tampoco entendiera ni una palabra de lo que dijo-; así que el siguiente psicólogo –dudé de que todos ellos hubiesen estudiado la misma carrera-, ofreció una alentadora perspectiva –en este caso no había culpables-; sencillamente se trataba de una alteración en la expresión de la afectividad –inestabilidad o labilidad emocional- con un marcado componente de impulsividad. Eso hacía que mis emociones fluctuaran como en una montaña rusa, pasando de la ira a la ansiedad, y de la ansiedad a la depresión en una sucesión interminable, sin ningún motivo aparente. También explicaba aquella tendencia mía por tomar partido en todo tipo de actividades que comportasen algún riesgo; motivo por el que, supongo, ese día estaba allí.

Aquella mañana, el psicólogo continuó explorando mi inconsciente como viera hacer a tantos otros antes que a él; desplegando su interminable batería de preguntas: “¿cómo lo interpreta usted?... ¿y usted qué cree?... ¿está de acuerdo con ese diagnóstico?... Con los años que llevaba recorriendo las consultas de psicólogos y psiquiatras hasta yo hubiese podido ejercer la profesión.

Finalmente me propuso participar en una nueva forma de terapia: la Terapia de Grupo. Según dijo, muy adecuada para el tratamiento de trastornos de personalidad y, en general, para cualquier otro trastorno que dificulte la relación con los demás. “En el grupo,

usted aprenderá que quizás no es ni tan diferente ni está tan sola como piensa”, me dijo. A mí me recordó aquella frase de que “cada individuo es diferente; absolutamente como todos los demás”.

Abandoné la consulta con una inexplicable sensación de inseguridad, como de haberme pasado hora y media hablando con el tipo equivocado; desde luego, la imagen de *playboy* en bata blanca no contribuyó a desterrar mis suspicacias, sumado a todo lo demás... Ese hombre lograba sintetizar en su persona un combinación imposible de características contrapuestas: cabello cano, cara de adolescente; expresión adusta, mirada tímida y reservada, casi esquiva; incluso en ciertos momentos, el modo en que se expresó me recordó al de un infante, utilizando frases entrecortadas, plagadas de pausas e interrupciones; como si necesitase decir primero una palabra antes de construir la idea... Tampoco tuve muy claro qué es lo que esperaba de mí; me hubiese gustado oír alguna sugerencia, alguna pauta, alguna explicación; aunque sólo fuese por el placer de contradecirle. Pero igual me observaba fascinado que fijaba su mirada en algún punto de la sala a mis espaldas, haciéndome sentir transparente. No conseguí entender muy bien cómo un hombre como aquél podía ejercer la práctica de la Psicología.

Cuando de nuevo salí al exterior, aquella preciosa mañana de primavera se había convertido en una plúmbea tarde de otoño.

Después de esa primera cita no volví a saber nada de él, hasta el día en que dio inicio la terapia. Fue Bernat quién me informó acerca de la fecha y la hora. Yo jamás habría accedido a participar en un experimento como aquél –me inculó la “primera cita”-, pero el psiquiatra se mostró inflexible: “Necesitas ayuda impostergable”. Lo expresó con aquella determinación del que está tratando de deshacerse -colgado del aparato- de otro amoroso e incombustible empleado de un “recién” operador de telefonía. Y yo lo “pillé” enseguida.

Armándome de valor, me obligué a adherirme a esa nueva y revolucionaria “cura de adelgazamiento”. Tomé un taxi y me dirigí al lugar de encuentro; una preciosa residencia de estilo mallorquín alejada del centro de Palma, rodeada de vegetación. Reconozco –y no soy dada a tales excesos- que el lugar era ideal para pacientes con o sin trastornos como el mío; un auténtico bálsamo para los sentidos.

Cuando atravesé los muros de la residencia, observé que algunas personas deambulaban por los jardines, con aire distraído y graciosamente solemne. Me pareció evidente que se evitaban activa aunque educadamente. Era muy temprano: las ocho de la mañana, de modo que aventuré que todos íbamos al mismo sitio y, asumiendo estar en lo cierto, juzgué pueril y ridículo invertir esos agotadores esfuerzos tratando de ignorar la presencia del resto de correligionarios. Comprendí que esa clase de comportamiento no era más que otra manifestación psicológica de la negación de nuestra verdadera situación y que explicaba holgadamente, el auténtico motivo por el que estábamos allí. A pesar de vivir en pleno siglo XXI, y de que las patologías mentales son ampliamente aceptadas dentro de la sociedad, todavía existe un terco rechazo a declarar la enfermedad públicamente y en privado.

A las ocho y cuarto se presentó Víctor, el psicólogo. Saludó con timidez, con aquella mirada huidiza que yo tanto detestaba, y esa actitud titubeante que no encaja en absoluto con el prototipo de psicólogo que una tiene en la cabeza, y que por cierto, tan a menudo necesitas. Nos invitó a acompañarle al lugar de la reunión. Obedientes, formamos una fila tras él, al más pulcro estilo colegial. Hubiese apostado a que el orden de la cola atendía al criterio de llegada de cada uno de los participantes. Yo era la última, por supuesto, y me sentí embarazosamente ridícula; ahora sólo faltaba que el “profe” ordenase numerarnos.

Nos condujo hasta una capilla en miniatura de estilo renacentista rodeada de graciosos capiteles, situada en medio de un claro entre los árboles. Advertí que la edificación ocupaba el centro geométrico, y tal vez geodésico, de la residencia; en la que confluían varios caminos de piedra perfectamente delineados sobre la impoluta alfombra de césped. Al entrar en su interior, se confirmó mi primera sospecha: aquel lugar era una preciosa ermita y con toda probabilidad, el consultorio en el que purgaríamos a partir de ahora nuestros pecados y expulsaríamos nuestros miedos. Imaginé que la pequeña iglesia era además, el espacio en el que se oficiaban las piadosas misas, las mañanas de domingo, destinadas a salvaguardar las almas del personal residente.

El oratorio no era excesivamente grande. Tenía dispuestas doce sillas dibujando un semicírculo frente a él, que muy ingeniosamente, hacía las veces de práctico despacho de psicólogo en los días laborables. Junto a éste, se emplazaba una silla de regias proporciones que Víctor ocupó sin preámbulos, invitándonos a que le imitásemos.

Recuerdo que estaba muy nerviosa -me aterran las situaciones sociales y de exposición en público-, pero deduje que no era la única que se encontraba en esa misma tesitura, aunque esa idea tampoco sirvió para tranquilizarme. El ambiente entre los asistentes era frío y distante. Empecé a dudar seriamente de si participar en aquel ensayo habría sido una buena decisión. Me sentía más a gusto con las sesiones individuales que mantenía regularmente con mi psiquiatra. Desconfié de que aquella nueva experiencia invitara a la participación y, en lo que a mí respecta, que contribuyese positivamente a mi proceso de rehabilitación.

Víctor comenzó a hablar.

-Buenos días a todos –dijo con el entusiasmo de un enterrador.

No podría asegurarlo, pero de inmediato me invadió la extraña sensación de que sólo se dirigía a mí, como si se tratara de un orador inexperto y angustiado que busca un punto de apoyo ante su primera alocución en público. Nosotros le miramos con cierta expectación, y respondimos al saludo con un breve: “Buenos días”, esperando no tener que decir ni una palabra más a lo largo de la sesión.

-Estoy...estoy seguro de que os preguntaréis qué hacéis aquí. A más de uno se le pasará por la cabeza que ésta será su primera y última visita. ¿Me equivoco?

Yo le hubiera contestado que ahora que ya estaba claro, lo mejor era dejar de perder el tiempo y volver cada uno a sus asuntos cuanto antes. Nadie hizo ningún comentario, así que mantuve la boca cerrada.

-Bien, diría que no estoy muy alejado de esos pensamientos. Pero estoy seguro de que pronto comprenderéis lo equivocados que estabais.

Comencé a observar un ligero cambio en el tono de voz de Víctor: más firme y sosegado. Era evidente que empezaba a ganar confianza.

-En tan sólo unas pocas sesiones comprobaréis de qué manera la participación en grupo os ayudará a descubrir formas nuevas de relacionaros y de afrontar la vida y los problemas cotidianos, gracias a la ayuda de los demás. Y no sólo eso, también mejorará vuestro sentimiento de autoeficacia y autoestima. Formaréis parte de un grupo, os

identificaréis con él, y eso disminuirá la sensación de aislamiento y soledad. Os hará sentir útiles ayudando a los otros. Descubriréis que no sois los únicos que sufrís, que hay otras personas que atraviesan circunstancias similares a las vuestras. Y eso os hará sentir más seguros, facilitando vuestro crecimiento y desarrollo personal.

Tuve que reconocer que el catálogo de bondades era francamente atractivo. Inevitablemente comenzó a picarme la curiosidad y deseé empezar cuanto antes.

Víctor continuó su exposición -aquél día tendría para rato- con aquella cadencia de voz pausada y monocorde que inducía a un sopor narcótico. Supuse que era su forma de tranquilizarnos. Él asumía la ingrata tarea de romper el hielo de la sala, a base de sus oportunas aclaraciones acerca de la técnica terapéutica que estábamos a punto de estrenar.

-Desde un punto de vista práctico, la Terapia de Grupo es una de las técnicas más poderosas en el campo de la Psicología en lo que hace referencia al tratamiento de determinadas alteraciones del comportamiento. La fundamentación teórica no está totalmente clara, pero sabemos que funciona, incluso a veces notablemente mejor que el tratamiento individualizado...

No estaba mal del todo, admití. Al menos el hombre se mostraba sincero. Nos estaba ofreciendo una sorprendente analogía de cómo se comporta el *Windows* cuando se “cuelga”: “Apaga y vuelve a encender”. No preguntes por qué, pero funciona.

El psicólogo prosiguió con su prédica, ajeno a mis reflexiones.

-La causa quizás, pueda hallarse en el origen del comportamiento humano... El individuo es un animal social, nos desarrollamos en ambientes grupales: la familia, la escuela, el trabajo, los amigos... Desde ese enfoque, la psicoterapia de grupo no es tan diferente de la vida cotidiana, ya que provee de un contexto en el que compartir los problemas y las preocupaciones, y ayuda a comprender mejor la propia situación, y a aprender junto con las demás personas...

Víctor continuó desplegando sus insospechadas habilidades comunicativas, y en poco tiempo consiguió hacernos olvidar los rigores hipotérmicos de la sala, mitigados sólo en parte por una vieja y destantalada calefacción.

-El grupo no deja de ser una representación en miniatura del mundo real. Las dificultades, problemas y decepciones que os han traído a la consulta se reactivarán aquí dentro, tal vez de forma dramática, y los comportamientos desadaptativos, las dificultades interpersonales, se harán mucho más evidentes y claras que la mera descripción que podáis hacer de ellas. Tendremos que aprender a manejar esas situaciones, pero estoy convencido que a través de la exploración interpersonal honesta, tendréis la oportunidad de aprender sobre vosotros mismos y entender cómo sois comprendidos por los otros.

No supe muy bien qué trataba de decir con eso de “dramáticas”... y a pesar de su optimismo respecto a nuestras supuestas capacidades, me sentí algo intranquila. Miré de reojo, intrigada por conocer la reacción de “los otros”. Tenía curiosidad por ver si las palabras de Víctor causaban el mismo efecto en el resto de la audiencia. De repente sentí un ligero escalofrío... el público estaba en trance.

-Bien, quiero que sepáis que la terapia es un foro en el que podréis expresaros libremente, sin embargo, existen ciertas normas que nadie debe infringir...

Las reglas nunca se me dieron bien. Intuí que con ellas empezaban mis problemas.

-La primera es la confidencialidad –se tomó unos segundos para mirarnos con atención. Sus ojos cayeron sobre los míos provocándome una reacción instintiva de evitación-. Cualquier cosa que se trate en esta sala –prosiguió-, no será compartida con nadie que no forme parte del grupo. Recordad que pretendemos crear un ambiente privado y de confianza que promueva la expresión libre de nuestros sentimientos. Una de las consecuencias que se derivan de ello, es que entre vosotros no debe establecerse ningún vínculo personal, laboral o de otra índole que coarte esa necesaria expresividad. Por tanto, en adelante, intentaremos seguir manteniendo esa condición: queda absolutamente prohibido establecer cualquier tipo de relación fuera del ámbito de la terapia.

Me tranquilizó oír la primera regla. No estaba en mi cabeza confraternizar con aquel atajo de locos. No obstante, y pese a lo innecesaria, la advertencia me resultó algo sombría.

-Otro aspecto a tener en consideración es el respeto. Os adelanto que seré inflexible en este punto –tal vez fuera el modo en que expresaba esos mandamientos lo que hizo que me inquietara. Pensé que ya estaba con mi “neura”, de modo que atribuí

aquella sensación a mi natural rechazo por las normas, fueran éstas cuales fueran-. Cada uno es libre de exponer sus ideas de forma auténtica y honesta –continuó-, sin que nadie le juzgue por pensar de ese modo. Estáis aquí precisamente, para comprender a los demás y tal vez ello os ayude a comprenderos a vosotros mismos... en cierto modo, habréis de ejercer de terapeutas, aportando diferentes enfoques, de modo que cada uno sepa extraer sus propias conclusiones...

Adiviné en esa nueva norma un riesgo potencial de futuras desavenencias, a causa de mi carácter impulsivo y a menudo ofensivo, no digo ya de mi irascibilidad ante la crítica o la disconformidad acerca de mis planteamientos. Quise tranquilizarme pensando que Víctor ya estaba preparado para ello.

-Por último, os exigiré vuestro firme compromiso hacia mí, hacia los demás y hacia vosotros mismos –sentenció-. Deberéis involucraros sin reservas, ayudando a vuestros compañeros y participando. No se tolerará el absentismo.

Aquel último precepto resultó ser el más polémico. Desencadenó un murmullo general y, en mi caso, una incómoda sensación de desasosiego. Nunca he sido demasiado fiel a adherirme a un tratamiento; de inmediato desconfío del psicólogo de turno. Aunque en aquel momento yo era incapaz de adivinar hasta qué punto llegaría a exigirsenos el pago de ese diezmo.

-Bien... se acabó hablar de teoría. Ha llegado el momento de que toméis la palabra. No sería conveniente que esta primera sesión se convierta en un monólogo...

Había llegado la hora más temida...

-Me gustaría que cada uno de vosotros hiciese una breve presentación de sí mismo, enumerando los motivos por los que cree que necesita ayuda, y cuáles son sus objetivos al final de la terapia. Durante las próximas sesiones iremos profundizando en todas esas cuestiones. ¿Quién desea tomar la palabra?

Se produjo un tenso silencio. De repente el interés del auditorio se vio desplazado a los objetos ornamentales de la sala.

-¿Joan?... –le animó Víctor.

El aludido puso los ojos en blanco; tuvo la mala fortuna de situarse “a mano derecha” de nuestro psicólogo. Craso error: mi norma más elemental en clase –yo también tenía algunas- siempre fue alejarme lo suficiente de la primera línea de tiro.

-Hola... -tanteó nerviosamente-, me llamo Joan Solís. Soy ingeniero... -se detuvo para lanzar una mirada interrogativa a nuestro psicólogo, quien le hizo un gesto de consentimiento invitándole a que no se “cortara”, y el tal Joan pareció captar muy bien el mensaje-. Acabo de separarme y soy padre de un bebé de tres meses... en estos momentos estoy de baja por depresión y he venido porque necesito... necesito recuperar las riendas de mi vida, cuanto antes... he... he tratado de suicidarme...

La inesperada revelación cayó como un jarro de agua fría, provocando un mar de cuchicheos entre los asombrados miembros de la sala. Nos revolvimos sobre la silla; aquel tipo no se andaba con rodeos.

Fueron presentándose uno tras otro. Confieso que me sorprendió la sinceridad con la que se expresaban a la hora de describir los motivos y las metas que les habían conducido a la terapia.

-Soy Nacho Bonafé –dijo tímidamente un chico delgado, del que apenas pude distinguir su rostro, pero con el cabello más negro y brillante que las alas de un cuervo-. Estoy soltero, trabajo en una multinacional alemana como jefe de la sección de controladores Simatic –algo relacionado con los ordenadores, aclaró-, y padezco un trastorno obsesivo-compulsivo. Estoy aquí porque necesito superar mi obsesión por los números. Me paso el tiempo buscándoles sentido: sumándolos, restándolos, cambiándolos... hasta que obtengo una cifra que resulte significativa para mí. Cuando lo consigo me encuentro algo más tranquilo, pero de inmediato, aparece otro número que me obliga a comenzar de nuevo. Es realmente angustiante; no me permite concentrarme en el trabajo y ya me he visto sujeto a varias amonestaciones. En estos momentos estoy en situación de baja laboral.

Finalmente me llegó el turno a mí. No sabía por dónde empezar, ni siquiera si empezar...

-Me llamo Anna Castell... estoy soltera y soy diplomada en Empresas y Actividades Turísticas. Sufro un trastorno límite de personalidad... en estos momentos me encuentro también de baja...

Estuve tentada a explicar algunas de las causas que me habían llevado a deambular por las terapias, pero consideré que no era el momento de presentarme como una aberración de la naturaleza. Supongo que en el fondo yo también me esforzaba por negar mi enfermedad. En cualquier caso, mis extemporáneas visitas a las consultas estaban generalmente asociadas a los cambios de medicación y a situaciones un tanto “extravagantes”. Situaciones que por otro lado, acabarían convirtiéndose en un fenómeno demasiado habitual en la terapia. Aunque yo eso todavía lo ignoraba.

-He venido por prescripción de mi psiquiatra –añadí-, con el fin de aprender estrategias que me ayuden a relacionarme... Suelo ser un poco “complicada”.

Me hubiese gustado añadir que esa situación no representaba ningún problema para mí, y que no necesitaba de ningún tipo de ayuda psicológica, pero imaginé que más de uno pensaba de la misma forma. Afortunadamente no tuve la opción de hacerlo; Víctor dio por concluida la primera sesión y yo experimenté un profundo alivio ante aquella oportuna “asistencia”. Pensándolo bien, después de todo, no había resultado tan dramático.

Cuando estaba recogiendo mis escasas pertenencias, Víctor se dirigió hacia mí haciendo un gesto para que aguardara.

-¿Qué tal? –dijo sonriendo-. ¿Qué te ha parecido el primer *round*? ¿Crees que soportarás un segundo asalto?

Me sorprendió que dejara a un lado las formalidades del primer día y me tuteara con toda familiaridad.

-Me estoy planteando seriamente recuperarme, o simular que ya lo estoy, si con ello puedo evitar pasar de nuevo por este calvario –le dije bromeando yo también.

-Tengo veinte minutos todavía. ¿Qué te parece si te invito a tomar un café?

Me sentí halagada; ese hombre seguía sorprendiéndome. Víctor estaba despertando en mí un sentimiento contradictorio, de rechazo y de atracción, imposible de explicar.

-Bien, espérame en el bar de enfrente mientras acabo de despedir al resto de tus compañeros. Serán sólo unos minutos.

Me dirigí a la cafetería, estratégicamente ubicada a la salida de la residencia. Tuve que admitir que el propietario tuvo buen ojo en situarla allí, tan buen ojo como el que inauguró el primer restaurante en un polígono industrial.

Me acomodé en una de las mesas que daban al exterior, bajo un retrato que mostraba a un sonriente propietario –visiblemente más joven y menos inflamado-, vistiendo una vieja camiseta en la que rezaba la profunda reflexión: “Busco sexo, y si surge, amistad”. Tras un examen pormenorizado, pude comprobar que aquella ingeniosa frase formaba parte de un amplio epistolario que adornaba todas las paredes del local. Deduje que el propietario debía de padecer algún tipo de trastorno relacionado con la conducta sexual.

Desde aquella posición podía contemplar perfectamente la salida del recinto. Vi pasar uno a uno, a mis eventuales compañeros de apostolado. Me sorprendí nuevamente al constatar que entre ellos seguía sin evidenciarse ningún signo de camaradería, algo así como gestos corteses de despedida o algún breve comentario de última hora. Acabábamos de compartir una hora y media de terapia y seguíamos comportándonos como unos perfectos desconocidos, cabizbajos y con prisa, avergonzados como individuos que salen de un banco de semen tras donar el superávit de gametos sólo por unas cuantas monedas.

Estaba pensando en ello cuando de repente captó mi atención uno de los miembros de la saga. Se encaminó hacia el sujeto que iba delante de él. Tuve la impresión de que le gritaba. El chico de cabello azabache, y francamente atractivo, se giró en redondo. El otro, que era un poco más alto y que lucía un mal disimulado brote de alopecia, le señaló con el dedo confirmando que era a él a quién se dirigía.

El guapo, hizo un gesto de espantar moscas con la mano, como dando algún asunto por zanjado. Sorprendentemente, el calvo le golpeó en el hombro con el puño, desequilibrándole. En aquel preciso instante vi acercarse a toda prisa a nuestro psicólogo.

Dijo alguna cosa; estaba visiblemente enojado. Los otros dos se mantuvieron en silencio. Víctor se situó entre ambos hablándoles y haciendo gestos de desaprobación. Los dos hombres inclinaron la cabeza, asintiendo. Finalmente Víctor les emplazó a que se marcharan y, obedientes, cada uno escogió una dirección opuesta.

Me sentí intrigada al contemplar aquella escena. Aquellos dos machitos se enfrentaron como si se conocieran de antemano, cosa bastante improbable a tenor de las premisas que Víctor acababa de exponer durante nuestra primera sesión. Una de las normas esenciales de la terapia de grupo era la del anonimato: nadie podía ni debía conocer a nadie.

No tardaría en descubrir los motivos de aquel misterioso comportamiento, y de otros que sobrevendrían a lo largo de aquella amarga y tormentosa experiencia.

En cuanto los jóvenes hubieron desaparecido de su campo de visión, Víctor se dirigió hacia el café en el que me hallaba. Bajé la mirada de inmediato, haciendo ver que no me había percatado de aquel curioso incidente. Víctor, entró y se sentó junto a mí. No hizo ninguna referencia a lo que había ocurrido y yo tampoco hice mención alguna.

-¿Qué quieres tomar? –me preguntó.

-Un café sólo.

Hizo una indicación al fotogénico camarero.

-Dos cafés solos, por favor.

Víctor, extendió sus manos sobre la mesa, y las colocó sobre las mías, con sorprendente naturalidad. No esperaba aquella reacción por parte de él, y las retiré instintivamente. No pretendía ser maleducada. Me excusé ante él.

-Lo siento, perdona...

-No tienes por qué disculparte. Soy incapaz de controlar mis impulsos. A veces creo que a través del contacto físico puedo conectar con el estado de ánimo de mis pacientes más eficazmente que con las palabras.

Mientras hablaba captó mi atención el grotesco sello que lucía en el dedo anular de la mano derecha, y al modo de una descarga eléctrica, me sobrevino una imagen turbadora, como de otro tiempo, antiguo, doloroso y olvidado. ¿Dónde había visto antes ese anillo? Una sortija como aquélla no debía ser fácil de olvidar. Era octogonal, en oro, y tenía grabados unos símbolos que en aquel momento no pude reconocer, pero que no me eran del todo desconocidos.

-¿Te ocurre algo? ¿Estás bien? –se interesó Víctor al observar mi reacción.

Me miró con recelo. Estoy convencida que no le pasó por alto mi desconcierto ante la presencia del anillo. Me traspasó con sus ojos, intentando descubrir el motivo de mi repentino cambio de humor. Pero antes de que él insistiese en el asunto, decidí tomar la iniciativa y dar un giro a la conversación.

-No, nada, sólo que... estoy francamente sorprendida... No imaginé que la gente reaccionaría de forma tan abierta.

Víctor se dio cuenta de mi intento de evasión, pero no hizo nada por evitarlo. Me incliné ante su elegancia.

-Bueno, no siempre es así, y por desgracia todavía es demasiado pronto para juzgar –supuse que lo decía por el conato de disputa en el que acababa de mediar-. No obstante, tengo grandes esperanzas en este grupo, especialmente en alguno de vosotros –añadió haciéndome un guiño que yo no supe o no quise interpretar.

-Me pregunto cómo puede ser efectivo un tratamiento como éste con personas con trastornos tan distintos: depresión, psicosis, incluso un obsesivo-compulsivo...

Víctor me observó con comprensión.

-¿Sabes cuál es la característica común de los trastornos mentales?...

No se me ocurría ninguna respuesta ingeniosa. Le miré de forma interrogativa.

-La explicación irracional, alejada de la realidad objetiva –continuó como si fuera evidente-. Los depresivos están equivocados al concebirse como incapaces de hacer las cosas... los narcisistas se perciben como muy superiores a todo el que les rodea... el

fóbico supone que el objeto de su fobia puede destruirlo... el anoréxico asegura que el alimento lo dañará... el obsesivo cree que todo debe ser controlado por él... Cada uno de ellos tiene una forma particular de entender el mundo y de verse a sí mismo. De hecho todas las personas tenemos una forma diferente de explicar la realidad... así como cada pueblo tiene su propia cosmovisión. El problema como siempre, es una cuestión de grado. Cuanto más alejada de la realidad sea la percepción, mayor será el grado de desadaptación y de enfermedad, como en el caso de la psicosis.

A pesar de su explicación, me resultaba paradójico el modo en que una técnica de aquel tipo podría llegar a ser útil como para tratarnos a todos y pretender corregir nuestras excentricidades.

-La terapia de grupo no pretende curar de manera inapelable a los pacientes – aclaró-. Las manifestaciones conductuales son tan amplias y perturbadoras que ésa sería una ambición utópica. Pero lo que sí puede hacer es ayudarnos a comprender el problema, a tomar consciencia de vuestros sesgos cognitivos y a proveeros de estrategias de afrontamiento para combatir la ansiedad, el miedo, la desesperanza... La medicación es el otro pilar en el que se fundamenta el tratamiento...

La charla se prolongó unos minutos más. Víctor estaba en su salsa, y mi inicial suspicacia fue derivando hacia un sentimiento de admiración difícil de gobernar.

Me enteré, entre otras cosas, que la terapia de grupo comenzó a implantarse a principios del siglo XX en Europa; el primero en emplearla fue el rumano Jacob Levy Moreno, un psiquiatra de formación psicoanalítica que llevaba a sus pacientes a exteriorizar sus problemas para hacerles conscientes de ellos. Su psicodrama, al que éste bautizó originalmente como *Stegreiftheatre* -el teatro de la improvisación-, se extendió rápidamente a otras partes del mundo y hoy era ampliamente utilizado en el tratamiento de pacientes tanto neuróticos como psicóticos. En su teatro utilizaba escenarios dramáticos en los que se desarrollaba la acción; una acción que podía ser relativa a acontecimientos pasados o futuros, reales o imaginarios, externos o internos, experimentándolos al máximo, como si estuvieran sucediendo en el presente... Víctor me estaba dando pistas sutilmente pero yo en aquel momento no podía adivinarlo. Solo más tarde comprendí que cuando él hablaba, debía prestársele suma atención.

También me habló acerca de la delgada línea que separa la razón de la locura, y de lo difícil y arriesgado que en ocasiones puede llegar a ser un diagnóstico.

-Siendo rigurosos, todo lo que tenemos hasta ahora son definiciones pobremente delimitadas y en la mayoría de casos poco consensuadas, en las que los síntomas se superponen y en las que abundan las categorías no especificadas. Sin olvidar que la cultura o los valores determinan buena parte de los criterios que se emplean para confeccionar las taxonomías. Tampoco estamos seguros de qué papel juega la locura... Genios como Charles Darwin, Martin Luther King o Woody Allen padecieron a lo largo de sus vidas de “Trastorno Obsesivo Compulsivo” –TOC-: individuos que presentan unas habilidades cognitivas muy superiores a la media... ¿Quién querría estar sano si tuviese la oportunidad de escoger entre esas vidas?... La mente sigue siendo el gran reto...

Desde luego lo era para él y no dudaba en invertir su tiempo y sus recursos en desenmascarar aquel impenetrable misterio. Pero eso también era desconocido aún para mí.

Víctor habría seguido hablando, y yo escuchando embobada, pero hacía más de diez minutos que sus veinte se habían agotado. Cuando abandonó el café, sentí que me abandonaba a mí también, y tuve que hacer un esfuerzo por no salir corriendo tras él. No sé de qué manera, una parte de su magnetismo comenzó a arrastrarme hacia él, doblegando mi voluntad por primera vez en mi vida, y aquella sensación me hizo sentir muy incómoda.