

Planificar la esperanza

En tiempos de incertidumbre y desesperanza, es imprescindible gestar proyectos colectivos desde donde planificar la esperanza junto a otros.

Enrique Pichon-Rivière

Como familiar de una persona que tiene esquizofrenia, he transitado por todos los estados de ánimo posibles: momentos de mucha preocupación, momentos de mucho amor, de sentirme agradecida por estar bien y poder cuidar de quien me necesita, pero también de enojo, de agobio y hasta de miedo. Los familiares nos sentimos muchas veces desbordados por situaciones de las que nadie nos explicó nada, sin manual, sin conocimientos, y rodeados de gente bienintencionada que nos da consejos inútiles y muchas veces nos hace sentir aún peor, como si fuéramos culpables de que nuestro ser querido no esté mejor. «Lo vi por la calle y andaba hablando solo», «la vi con la mirada perdida, desprolija, sucia», te dicen; te «avisan» para que resuelvas. «¿Por qué no hacés tal o cual cosa? ¡Yo conozco una clínica muy buena!», y se van, dejándote una vez más a solas para seguir remando en dulce de leche con tu familiar, que es «tu problema», porque ellos ya tienen los suyos, lógicamente.

Hace muchos años pasé por una de esas etapas donde sentí que no podía más, que se me habían terminado las fuerzas y, sobre todo, que se me había agotado la esperanza de que algo mejorara. A los familiares nos agobia muchas veces el presente (sobre todo en los momentos de crisis aguda), pero otras nos derrumba la mirada hacia adelante, el convencimiento de que nuestro futuro solo depara más y más esfuerzo para —con suerte— mantener las cosas estables, y la incertidumbre del qué pasará si un día no estamos. Así llegué yo a la consulta de un psiquiatra. Abrumada, triste, agotada. Porque hasta para conseguir esa consulta con el psiquiatra tuve que pelear con mi servicio médico, porque la persona que asignaba las horas no conocía la ley de salud mental y me negaba el servicio; porque tuve que llamar

al MSP para pedir ayuda. Llegué dispuesta a aceptar lo que fuera, pensando en recibir medicación antidepressiva. Quiso el destino que el psiquiatra que me atendió conociera a Ofelia Caldeyro y al Grupo de la Esperanza. Fue grande mi sorpresa cuando me dijo: «Usted no necesita medicación, usted necesita estar con gente que la entienda, así que va a llamar a esta señora y le va a decir que la mandé yo, que lo que usted necesita es entrar al Grupo de la Esperanza». Así lo hice. Así conocí a Ofelia, así conocí al grupo. Así, por primera vez, pude contar mi historia a personas que entendían lo que les estaba diciendo, que me abrazaron con sus palabras y me hicieron sentir contenida, que me contaron sus historias, que me ayudaron a entender, que me ayudaron a pedir ayuda al resto de mi familia y a mis amigos, para poder recibir apoyo en vez de consejos inútiles. Mi vida cambió, mi mundo cambió. No estaba sola. Un pequeño ejército de grandes luchadores y luchadoras me hacía un lugar en sus filas, y tenuemente, aparecía en mi horizonte una luz de esperanza. Hay cosas que no se pueden lograr en lo individual. Ni siquiera se pueden soñar o imaginar. Cuando aparece el poder de lo colectivo, la posibilidad de incidir en lo que la sociedad hace con las personas que no tienen voz, entonces un aire fresco te devuelve las ganas de vivir.

Participé en reuniones, en cursos y talleres. Escuché y fui escuchada. Pude salir adelante y abrazar a otras personas que llegaban igual que yo había llegado antes. Pude participar en las comisiones que generaron los insumos para la elaboración de leyes. Yo no sabía que me quedaba tanto para dar.

Comisión Directiva Grupo de la Esperanza