

# Boris Cyrulnik

Neurólogo, psiquiatra y psicoanalista

## “Vencer el trauma por el arte”

Es una autoridad indiscutible en una materia de nombre extraño: la resiliencia o capacidad del ser humano para superar el trauma.

Además de escribir más de una decena de libros sobre el tema, Cyrulnik lo ha experimentado en carne propia. En esta entrevista disecciona las herramientas sociales e individuales de las que disponemos para la curación de las heridas emocionales, y dice que no hay vía más eficaz que la expresión artística para empezar a tratar el dolor profundo. Recientemente, se ha publicado en España su último libro, *Autobiografía de un espantapájaros*, por el que ha recibido, en Francia, el Premio Renaudot, de ensayo.

Además de neurólogo, psiquiatra y psicoanalista, es uno de los fundadores de la etología humana, profesor de la Universidad de Var y responsable de un equipo de investigación del hospital de Toulon (Francia).

¿Qué o quién puede ser herramienta de resiliencia, la escuela o el maestro? Los niños maltratados son malos alumnos porque la escuela no tiene sentido para ellos; el teorema de Pitágoras resulta absurdo a alguien preocupado por lo que va a ocurrir en su casa esa noche. Sólo un niño de cada diez se refugia en la escuela y se convierte en un buen alumno, pero cuando eso ocurre, tiene que haber un profesor que le tienda la mano. Si establece una relación afectiva con un profesor, el mal alumno recupera su retraso en tres meses. Es decir, que ni escuela ni profesor tienen en sí mismos una función de resiliencia, sino que ésta depende del significado que ambos tengan y del papel protector que jueguen, para ese niño.

Usted ha dicho que son los pares los mejores tutores de resiliencia. Hemos subestimado la función de resiliencia de los niños entre ellos. En nuestra cultura occidental, durante mucho tiempo, pensamos que la madre era omnipotente y responsable de todo. Ahora se considera que el niño está rodeado de una constelación afectiva, en la que la madre es una pieza importante pero no la única; está la escuela y en especial la relación con otros niños. En el Líbano, Ruanda o Francia, tras las guerras, algunos niños que perdieron a su familia fueron acogidos en un grupo

---

LOLA LARA

Periodista.

Fotografías de Ángeles Paraíso



formado por otros niños, tutelados por otro un poco mayor que ellos, a veces un hermano de 13 ó 14 años. Esos niños que formaron grupo se desarrollaron bien, mejor que los que se quedaron con unos padres traumatizados por la guerra o por el genocidio. Los que vivían con padres desgraciados son un caso catastrófico; lo que prueba que es la estructura afectiva y verbal que se desarrolla alrededor del niño lo que puede hacer que éste desencadene un proceso de resiliencia.

En su libro, habla de diferentes obediencias. ¿Cuál cree que propicia la escuela actual, la obediencia socializante o la perversa?

[Entre risas, sin pronunciar palabra y con un gesto travieso, responde que la perversa]. La definición actual de perversión es la de "un mundo sin los otros". Sólo cuenta mi mundo, usted no existe, no es persona. Me divierto con usted y si usted sufre, es divertido. Eso es la perversión. La Iglesia cree que es perversión tener relaciones sexuales sin intención de tener un hijo ¿eh? ¡Conozco a muchos perversos! (risas) ¡No tiene sentido! Después vino la definición médica de perversión, como una alteración hormonal. Tampoco tiene sentido. La única definición buena de perversión es la del narcisismo perverso: sólo cuento yo, usted no cuenta, usted es un monigote, una sombra.

Pero ¿qué relación tiene eso con la escuela?

Podemos ser pervertidos por una cultura, lo que llamamos una estructura perversa. Le contaré algo: después de la Segunda Guerra Mundial, en Francia e Italia hubo muchos huérfanos que fueron acogidos en instituciones católicas, judías o laicas. En algunas de esas instituciones católicas, y en las judías, muchos comenzaron procesos de resiliencia y fueron muy buenos alumnos, mientras que de los acogidos en las laicas muy pocos fueron a la escuela y todos fueron malos alumnos.

Veamos las diferencias. En la institución católica les decían: eres huérfano, no vale la pena que estudies, pero es muy importante que aprendas un oficio y que formes una familia. Y eso es lo hicieron, aprendieron un oficio humilde y formaron una familia y su desarrollo psicológico y afectivo es excelente. En las instituciones judías les decían "han matado a vuestros padres, vuestra cultura ha sido destruida, os consideran infrahumanos; debéis demostrar que no es cierto". Fueron ex-

celentes alumnos, hay varios premios Nobel entre esos niños, grandes escritores y muchos psiquiatras y psicólogos (lo que prueba que aún sufren grandes secuelas) pero siguen siendo personas traumatizadas que aún sufren por el exterminio.

¿Quiere decir que no son compatibles el éxito profesional y el personal?

Hablo de lo que sucedió en esas instituciones y en ese contexto. Si las comparamos, en la institución católica no hay mucho éxito social ni intelectual, pero sí un gran éxito afectivo y relacional; mientras que en la judía hay mucho éxito intelectual y social, pero no arreglaron su problema. Así que podemos hablar de más resiliencia en la institución católica. Pero en ambas se consideraba que la existencia del niño en la tierra tenía un sentido. En las laicas, en cambio, se ocuparon de ellos como si no fueran personas porque no les permitían contar sus historias, los hacían callar. Hicimos el seguimiento de algunas cercanas a Lyon y constata-

mos muchos suicidios, muchos accidentes, casi ninguna escolarización y muy pocos buenos resultados.

Los niños que son capaces de soñar, de pensar, de tener sentido del humor, de hablar con alguien, desencadenan más fácilmente un proceso de resiliencia

¿Qué puede hacer la escuela para facilitar el desarrollo de un niño traumatizado?

Hay que verlo en términos evolutivos. Lo que hiera a un bebé es la pérdida afectiva, la pérdida sensorial. Los niños abandonados en sus primeros meses detienen su desarrollo biológico y cerebral; sufren una atrofia frontal y de la



cara profunda del cerebro que hace que no hablen, que se balanceen todo el tiempo y que no puedan aprender nada, ni siquiera a convertirse en humanos, porque no hay alteridad. Si dejamos a esos niños solos, no habrá resiliencia, porque en la condición humana, no puedo convertirme en mí mismo sin alguien a mi lado. Si un bebé es privado de entorno afectivo, sensorial, muere. Si no muere físicamente, su cerebro se atrofia y es pseudo-autista. La resiliencia de un bebé necesita de un sustituto de la madre, otra mujer o un hombre; aunque una institución pueda ocuparse de él, necesita un sustituto maternal

Si el mismo trauma aparece más tarde, cuando el niño habla, entre los cinco y los diez años, va a ser un niño triste, que sufre, no tanto por la pérdida de sensibilidad sensorial, sino por la representación que tiene de ser menos que los otros porque "ellos tienen mamá y yo no". En ese momento, hay que hacer un trabajo de mentalización. Los niños que son capaces de soñar, de pensar, de tener sentido del humor, de hablar con alguien, desencadenan más fácilmente que los otros un proceso de resiliencia, un nuevo modo de desarrollo. Mientras que los niños que no hablan, porque no son capaces o porque los adultos los hacen callar, no pueden desarrollar un mundo íntimo ni desencadenar su resiliencia. Vemos, por tanto, que es la transacción entre los medios afectivo, verbal, social y cultural, lo que permite al niño retomar el desarrollo.

Le propongo una hipótesis: un niño de corta edad pierde a su madre en el 11-M. Hay compañeros de clase que lo saben y otros que no ¿cómo debe actuar el maestro para facilitar la resiliencia de ese niño y la del colectivo que conoce la tragedia?

No hay que hacer hipótesis. ¿Puedo decir que algo así me sucedió a mí o está mal visto en España? (ríe). Yo perdí a mi familia durante la guerra europea, y cuando acabó, se hacía callar a los niños que habían sufrido la pérdida de familiares porque eso, decían, impedía la reconciliación. Mis amigos del instituto no sabían lo que me había pasado, porque yo nunca hablaba de ello. Un día, que celebrábamos la liberación de

Francia, el director (que sí lo sabía, claro) me pidió que llevara un ramo de flores, porque era el único de la clase que perdió a toda su familia. De pronto, mis compañeros descubrieron que yo no era como ellos. Ese director quería hacerme un honor, pero mis compañeros de clase me consideraron, a partir de entonces, como alguien inferior. Ellos tenían una familia y yo no. Las malas soluciones para tratar el atentado del 11 de marzo son dos: la primera no hablar de ello, porque se sufre a escondidas. La segunda hablar de ello porque te convierte en alguien distinto, un poco monstruo. Te hace ser como un fantasma.

Entonces, ¿cómo hacerlo?

Dando la palabra a los artistas. Una novela, una película, una obra de teatro, un ensayo filosófico que permita al herido no hablar de sí mismo (que le resulta demasiado difícil), sino de un representante. Son lo que llamo autobiografías en tercera persona. Jorge Semprún lo hizo. Fue deportado y fue uno de esos "revenants", que no son supervivientes sino "regesantes". Sólo volvió un 3% de los deportados a Auschwitz y dice Semprún: "No podía hablar porque la gente no me creía (¡97% de muertos!), y a nosotros mismos nos costaba hablar de ello. La única forma era haciendo una novela". Él dice que la solución es lo que en psicología se llama "el desvío por la tercera vía", que es el arte. No puedo decirle lo que me ha pasado, pero si hablamos de una obra artística, yo preservo mi pudor y usted comprenderá que en realidad se trata de mí y podré dar testimonio de lo ocurrido.

En el caso de los niños del 11 de marzo, no hay que hacerles que cuenten lo que les pasó, eso les va a hacer sufrir de nuevo, ni hacerles callar porque necesitan hablar, pero deben hacerlo a través de un dibujo, por ejemplo.

¿La identificación con el trabajo del artista deviene en un instrumento liberador del propio dolor?

Desde luego. En Ruanda después del genocidio, hacen poesías...es el único medio que tienen de decir lo que les ha pasado. Si contaran lo que les pasó, es tan horrible, que todo el mundo se

## De espantapájaros a resiliente

Fue notorio durante la hora que duró el encuentro, pero al escuchar la grabación, se percibe mejor la cantidad de veces que Cyrulnik soltó alguna carcajada mientras hablaba. Su discurso está trufado de ironía y bromas socarronas. Amor y humor como antídotos del sufrimiento. Lo ha escrito en sus libros.

Este doctor nacido en Bordeaux en 1937 es un resiliente, es decir, alguien que ha superado un trauma, pero que antes fue 'espantapájaros', denominación que él otorga a alguien que empieza a vivir "con alma de madera y manos de paja" para dejar de sufrir. Vivió el apogeo del nazismo siendo un niño judío de seis años, perdió a sus padres y creció en un orfanato. Hasta los once años no pisó una escuela. A lo largo de la entrevista, ilustró algunas respuestas con recuerdos de su propia infancia.

En su vida profesional ha trabajado allí donde hay experiencias traumáticas: la guerra de Kosovo, el genocidio de Ruanda, los supervivientes del nazismo o el conflicto entre judíos y palestinos. Estudia su dolor y el modo en cómo algunos lo superan.

Su paso por Madrid, en marzo de este año, para pronunciar una conferencia en el marco del festival Teatralia, suscitó muchas expectativas y en cuatro días de estancia en España fue invitado a impartir una conferencia, un curso, un seminario y a participar en las *Jornadas Europeas sobre trauma y resiliencia*. Buena parte de su obra está traducida a un sinnúmero de idiomas, entre otros el español, lengua en la que su libro más conocido, *Los Patitos Feos*, ha superado las diez ediciones y se ha convertido en un libro de referencia.



pondría a llorar y les dirían que se callaran ("venga, para ya, la guerra ha terminado"); sin embargo, a través de la poesía encuentran bellas palabras y vuelven al mundo de los humanos. La poesía, la obra de teatro o el dibujo se convierten en un acto de liberación porque les permiten compartir con otros lo que les pasó, pero controlando las emociones. Los atentados del 11-M lo echaron del mundo y el herido no puede hablar, pero a través del arte, puede liberarse y el otro puede aceptar escucharlo.

¿Cómo valora el papel de la educación artística en la escuela?

El dogma filosófico, político, religioso o artístico impide la expresión del niño. Cuando trabajamos en Kosovo, no hace mucho tiempo, donde hubo una guerra muy cruel, pudimos hacer que los niños hablaran. Los llevábamos con otros niños que no habían sufrido los horrores de la guerra y les dábamos papel y lápiz a todos y ninguna consigna artística. Los niños que habían vivido situaciones terribles dibujaban lo que no sabían decir, pintaban rojo, negro y cuerpos cortados. El rojo de la sangre, el negro de la casa incendiada y los cuerpos cortados de la madre, la hermana o el padre, pero no decían ni una palabra. Después colgábamos en la pared, los dibujos de todos los niños, mezclados. Y les preguntábamos si querían volver al día siguiente. Los niños que volvían se iban sintiendo progresivamente más seguros al estar entre otros niños y trabajar en la escuela; y cuanto más se los responsabilizaba (recoger la clase, por ejemplo), más colores nuevos aparecían, el verde de los pastos, el marrón de las montañas, dibujaban vacas... y había menos negro. Al cabo de dos o tres semanas, empezaban a pintar casas con ventanas y con chimeneas que despedían humo. Nos decían que la causa del humo era que mamá había invitado al vecino y estaba cocinando. ¡La vida volvía! y sólo en ese momento, en que se sentían seguros por el afecto, por la familiaridad, hablaban de ellos mismos y decían por ejemplo "mataron a mi hermana" y contaban cosas que no hubieran podido decir antes. No es la educación artística lo que les permitió

expresarse, sino la posibilidad de sentirse seguros. No todos los niños son artistas, pero hay que darles la ocasión de expresarse, aunque la técnica llegue más tarde.

Dice que la retórica es clave para evitar los síndromes post-traumáticos. ¿Tanto poder tiene la palabra confrontada a hechos terribles?

Acción, solidaridad y retórica son las claves. La retórica, o la forma de hablar o de impedir hablar, es muy importante. Hay una retórica que humilla ("Venga, calla ya, nosotros también sufrimos. ¡Otra vez, no!"). No sólo he sido herido, sino que encima se me humilla cuando hablo de lo que me pasó. Por ejemplo a un niño maltratado, puede decirse "tu padre es un monstruo", pero lo que necesita el niño, precisamente, es pensar que su padre no lo es. Necesita ser protegido porque su padre lo maltrata, pero no hay que hablarle mal de él, sino decirle "tu padre no debe hacer eso, pero es desgraciado y no ha comprendido algunas cosas. Vamos a ayudar a tu padre para que deje de maltratarte". Si le decimos al niño que su padre es un monstruo, en cierto modo, le decimos que él también lo es, porque siente vergüenza de tener un padre maltratador. De modo que ese niño es maltratado dos veces: una, por su padre y otra, por el psicólogo, el periodista, la maestra o la vecina. Así que la retórica participa en la resiliencia o la impide.

**Los periodistas pueden ser benéficos, pedagógicos y perversos. Así que hace falta un control de la ética periodística como existe uno de la ética médica**

¿Cuál debe ser el papel de los medios de comunicación?

Los medios de comunicación son los periodistas, los profesores, los artistas; es decir, todos los fabricantes de pala-

bras que tienen una función didáctica. En Occidente, los periodistas han sido importantísimos para controlar el Sida. Sin su mensaje, explicando qué había que hacer para protegerse, habría habido epidemias como en África o como en Asia. Pero también pueden tener un efecto perverso. Por ejemplo en Ruanda fueron los periodistas quienes desencadenaron el genocidio. Tras la II Guerra Mundial, los periodistas, los fabricantes de palabras, revalorizaron la dignidad de los franceses creando un mito (que necesitaban tras la humillación de la ocupación), que después los historiadores relativizaron. Es decir, los periodistas pueden ser benéficos, pedagógicos y perversos. Así que hace falta un control de la ética periodística como existe uno de la ética médica.

Ha dicho que la tecnología hace insípida la alteridad y por otro lado, que la educación consiste en descubrir al otro...

Descubrir al otro es la pedagogía de la empatía y la tecnología mejora la comunicación y disminuye la interacción. Cuando yo hablo, usted no dice nada, pero sí hace gestos que me animan a continuar. Entre nosotros hay un ritual de interacción que hace que yo aprenda a vivir con usted. Con un ordenador mejoro la comunicación de una forma increíble, pero no aprendo a vivir con él. No tengo en cuenta su existencia, tiene que funcionar y ya está. Así que la comunicación ha mejorado, pero el aprendizaje de vivir juntos ha disminuido. Cada vez hay más niños que son virtuosos de las máquinas y que no saben decir "buenos días". Están delante de las máquinas y no se sientan a la mesa, que es donde debe darse la comunicación en una familia. La televisión es interesante, enseña cosas, pero no a vivir con otra persona. Así que cuando tengo una emoción, no sé gestionarla.

Esa falta de interacción con el otro ¿se hace más visible en la adolescencia?

En la adolescencia, los chicos ven multiplicada por dieciocho la cantidad de testosterona, la hormona del deseo sexual. En pocos meses, se transforman, les aparece el vello y tienen de-

seos sexuales. Sin una cultura a su alrededor que les enseñe a cortejar a una chica y a respetarla, no aprenderán a convivir con ellas. Y si no aprenden a gestionar bien esos cambios, puede ocurrir que se inhiban o que pasen a la acción y agredan sexualmente o se autoagredan. Para las niñas es menos difícil porque maduran psicológicamente antes que los chicos y su testosterona se multiplica por tres o por cuatro. Las chicas controlan mejor el cambio, pero los chicos no comprenden lo que les sucede y necesitan

**En el trauma estoy roto, perdido y no sé quién soy. No es lo mismo que pasar una prueba dura**



una cultura (películas, canciones de amor...) que los ayude a dar forma a la intensidad del deseo y a interesar a las chicas.

Entonces ¿es la cultura un elemento corrector?

Claro, para mí la cultura no es sólo la vanguardia. Son también las canciones populares, los cuentos para niños, que les enseñan que no nos lo podemos permitir todo, que, aunque tengamos un deseo, debemos tener en cuenta la existencia del otro. Es muy importante esa cultura tradicional. Los adultos pueden hacer vanguardismo y aventurarse, pero antes de llegar a eso, necesitamos esa cultura para los niños.

En cierto modo, ¿todos hemos sido espantapájaros en algún momento de nuestras vidas?

Todos hemos pasado por pruebas: penas, fracasos, enfermedades... pero sin dejar de ser uno mismo, mientras que en el trauma estoy roto, perdido y no sé quién soy. No hay diferencia entre la muerte y esa forma de vivir. No es lo mismo que pasar una prueba dura. Quienes han sufrido traumas que no se pueden contar, son espantapájaros. Siempre pongo este ejemplo: estamos a la mesa, entre amigos, reímos, la comida es buena y usted cuenta su primer amor cuando tenía quince años y vio a su príncipe azul: se enamoró de su profesor de inglés (se ríe). Algunos cuentan historias graciosas, hasta que alguien dice "Yo tenía once años cuando mi padre se metió en mi cama". Nadie pronuncia una palabra, estamos fuera de la cultura y quien ha hablado se ha convertido en un espantapájaros. Si ella cuenta lo que le pasó, se acabó, todo el mundo se calla. Ni se puede decir eso ni se puede escuchar. Hace falta un lugar de palabra en otro sitio, un lugar cultural, que puede ser un psicólogo, una película, una canción, un cuento como el de *Piel de asno*, que muestra el incesto. Usted puede contar su primer amor, pero ella no puede. Pero con ese cuento, podrá comprender poco a poco que le ha pasado algo muy grave, pero que no tiene ganas de ser un espantapájaros y que desea ser una mujer como las demás.