

# Una mirada al trauma social

**Anngwyn St. Just**

Uno de los principios de la ecología es que cada cosa está relacionada con todas las demás. Si aceptamos esta premisa, comprobamos que el enfoque sistémico tiene mucho que ofrecer a la hora de comprender y resolver el fenómeno del trauma. Este enfoque sostiene que incluso los acontecimientos aparentemente casuales no suceden en el vacío y que todos los acontecimientos que experimentamos ya sea como individuos o colectivamente ocurren dentro de un contexto significativo.

Con el paso del tiempo, cada vez me ha resultado más claro que la comprensión del trauma es una componente valiosa para todos lo que aspiramos a una mayor comprensión de la condición humana. En nuestro pasado más lejano y en las culturas indígenas actuales, los especialistas en trauma han sido siempre y siguen siendo los chamanes o las personas medicina. Estas tradiciones arcaicas entienden que la curación implica de un modo u otro el regreso de la parte al todo. Por esta razón, creo que el campo de investigación sobre el trauma precisa expandirse más allá de las áreas tan cuidadosamente descritas de la psiquiatría, la psicología, la sociología e incluso de la llamada psico-historia. A lo largo de mis 30 años de experiencia en el estudio, el tratamiento y la enseñanza del trabajo sobre el trauma, a los que se añaden mis estudios universitarios sobre humanidades, historia y arte, he desarrollado una perspectiva desde la que actualmente comprendo y acepto el trauma como algo inherente a la experiencia humana.

En esencia, el trauma tiene que ver con el hecho de sentirse desbordado y con las conexiones interrumpidas. Las circunstancias y acontecimientos que pueden desbordar a una persona pueden resultar manejables para otra. Hay, por supuesto, experiencias que desbordarían a cualquiera. El trauma puede resultar de un shock repentino y también de una serie de experiencias dolorosas y difíciles que se acumulan en el tiempo. En este último caso, un acontecimiento aparentemente mínimo puede provocar una respuesta post-traumática que en realidad tiene su origen en acontecimientos previos, recordados conscientemente o no.

El desbordamiento traumático puede también dar lugar a una conexión fragmentada con uno mismo, mediante distintas formas de disociación como pueden ser el pánico, el mutismo, el aislamiento, el bloqueo, la manifestación exagerada o la desorientación temporal y espacial. El presente no puede experimentarse en su totalidad porque cualquier sensación de "ahora" se entremezcla con el pasado. Como resultado, las personas que sufren este tipo de desconexión tendrán probablemente dificultades para percibir un futuro que no sea repetición del pasado. Esto puede observarse a nivel social y global en países y en culturas donde se dan ciclos de genocidio y guerra.

Mi comprensión de las conexiones humanas incluye tres niveles. En primer lugar, el biológico, las conexiones físicas codificadas en nuestro ADN. Según mi experiencia, intentar romper las conexiones de este nivel puede provocar perturbaciones mentales y físicas graves. Hemos visto el sufrimiento de Michael Jackson, un hombre negro, en su lucha por convertirse en una mujer blanca. En segundo lugar, tenemos el nivel de conexión de la personalidad. En él se encuentra nuestro conocimiento acerca de quién creemos que somos y de quiénes son los demás, junto con las proyecciones, la confusión, las ideas de lo que está bien y lo que está mal,

la vergüenza, la culpa y todo un túnel de espejos virtual. A causa de esa confusión, yo no trabajo mucho en este nivel: se lo dejo a los psicoterapeutas. Y el tercer nivel de conexión, tal como yo lo entiendo, es el nivel del alma. Aunque dedico muy poco tiempo a las conexiones interrumpidas en el nivel de la personalidad, he descubierto que cuando se aceptan y están claras las conexiones en el nivel biológico y en el del alma, también resultan más accesibles, a la hora de buscar una solución, los asuntos en el nivel de la personalidad.

La interrupción de las conexiones puede ser tanto la causa como el resultado de experiencias vitales desbordantes. Una persona traumatizada, desconectada de sí misma y desorientada en el tiempo y el espacio, no está totalmente disponible para conectar positivamente con los otros, incluidos su pareja, su familia de origen, sus ancestros y sus raíces culturales y espirituales. Por tanto, del mismo modo que un individuo puede sentirse desbordado y estar traumatizado, es importante recordar que este fenómeno puede predicarse también de familias enteras, culturas, naciones e incluso de la propia biosfera.

Por mi condición de historiadora, además de profesional de la salud, soy consciente de que el verbo griego *historien* significa “hacer preguntas”... y acerca del trauma, yo tengo muchas... Mi experiencia profesional más temprana con el trauma comenzó en el nivel físico, cuando trabajaba en el departamento de urgencias de un hospital en el centro de Baltimore. Eran los primeros años 60, una época en la que la segregación todavía era la ley en muchos estados del sur. Yo pertenecía a un equipo de profesionales médicos, tan ocupado en tratar de resolver el trauma de los tejidos y en intentar mantener a la gente con vida, que no tenía posibilidad de pensar en el papel del trauma psicológico o en el hecho de que la propia ciudad estaba inmersa en un enorme campo de trauma social.

Me quemé enseguida, y decidí encontrar una carrera tan alejada del trauma como pudiera imaginar. Así que me trasladé a la Universidad de California en Berkeley, donde pasé ocho años de estudio y magisterio intensivos dentro del campo de la historia del arte. Ahora bien, el principio de que uno se convierte precisamente en aquello que rechaza, o de que aquello a lo que uno se resiste persiste, es totalmente cierto en mi caso. Durante los años de universidad los títulos de mis trabajos se concentraban en torno a temas tales como “El efecto de la Peste Negra sobre los frescos del siglo XIII” o “Sexo, muerte y Edvard Munch”, etc.

Aquella intensidad académica produjo muchísima tensión en mi cuello y decidí recibir un tratamiento de rolfing. Durante el tratamiento, aprendí mucho sobre el fenómeno del trauma vicario y sobre por qué las experiencias vividas en la sala de urgencias en Baltimore habían sido demasiado para mí siendo tan joven. También sobre cómo, en función de lo que yo entendía como profesionalidad, simplemente había reprimido en aquella época cierta gama de respuestas emocionales. A partir de entonces, el tema del trauma corporal y del trauma psicológico se volvió más interesante para mí. Y como si se tratara de una coincidencia, en esos años conocí a Peter Levine durante una fiesta en honor de Ida Rolf. Mis conversaciones con Peter perduraron en el tiempo y comenzamos a enseñar juntos en los años 80. Después, al principio de los 90, iniciamos una formación dedicada al trauma somático en Boulder, Colorado. En esta misma ciudad nos invitaron asimismo a unirnos a un equipo de medicina familiar como consultores expertos en trauma. Siendo nuevos en el centro, los médicos locales vieron la oportunidad de enviarnos todos los casos desesperados, aquellos pacientes con los que no sabían qué hacer. La mayoría de estos pacientes padecía dolores crónicos o había sufrido un accidente de tráfico, y a menudo estos dos hechos estaban relacionados.

En esa época, yo todavía trabajaba aplicando una comprensión lineal del trauma según la cual el trauma es causado por un acontecimiento... causa y efecto directos. Mi intervención se centraba en devolver el equilibrio al sistema nervioso individual dentro del contexto de este acontecimiento causal. Por ejemplo, me pidieron que viera a un paciente que tenía un dolor crónico en su hombro derecho y que no respondía a ningún tipo de terapia física. Este caso representaba un enigma para el equipo de recuperación porque el hombre se había roto el hombro izquierdo en un accidente de tráfico.

Pronto me encontré con un grupo de pacientes traumatizados que habían sufrido múltiples accidentes de tráfico: cinco, diez o incluso quince o más accidentes. Comprendí que mis esfuerzos, focalizados en lo somático, por restaurar el equilibrio dentro de estos sistemas nerviosos desbordados no eran suficientes para explicar, interrumpir o resolver esos patrones continuos en el tiempo.

Mi primera suposición fue que esas personas tenían probablemente problemas con las drogas, legales o ilegales, o con el alcohol que impedían sus facultades para conducir. Sin embargo, estudiando sus expedientes médicos no encontré evidencia de ello. Regresé entonces a mi modelo de orientación somática en busca de una explicación neuro-fisiológica plausible. Y así, razoné que esos accidentes múltiples debían de ser causados por un impedimento del reflejo de orientación, que está localizado en el cerebro reptiliano. De este modo, parecía lógico que si el reflejo de orientación se veía afectado a raíz de un accidente y esto no se resolvía, entonces la persona quedaría parcialmente desorientada y más vulnerable frente a futuros posibles accidentes. Cuantos más accidentes, más desorientación, etc. Sin embargo, al analizar las circunstancias de esos accidentes, comprobé que al menos la mitad de mis pacientes había sufrido accidentes múltiples siendo pasajeros y no conductores del vehículo, y que algunos fueron golpeados mientras se encontraban sentados en su coche, estando éste aparcado.

Parecía haber algo semejante a un “campo” alrededor de estos conductores con tan mala estrella. Era preciso un nuevo paradigma, porque mi trabajo con el sistema nervioso individual había producido algún alivio pero mis pacientes seguían sufriendo accidentes. Empecé a mirar más allá del sistema nervioso individual hacia el papel de las familias y de otros sistemas en la generación de patrones de desbordamiento y de conexiones interrumpidas. Gracias a mis conocimientos sobre trauma social e historia, sabía que los traumas a menudo se producen en los aniversarios de otros traumas. Es más, las fechas de aniversario a menudo sacan a la luz asuntos no resueltos que tienen que ver con la separación o con otras formas de conexiones interrumpidas. Los terroristas, los políticos ambiciosos y la prensa internacional prestan mucha atención al significado y a los asuntos pendientes que rodean a los aniversarios. Por tanto, pensé que podría ser productivo valorar la posibilidad de que existiera alguna relación entre esos accidentes repetidos y las fechas de aniversario de separaciones y conexiones interrumpidas en las historias individual y familiar de estos pacientes. Y si esa relación existía, las preguntas que tendría que formularme tendrían que ver con el cómo y el por qué.

En aquella época descubrí el trabajo de la psiquiatra francesa Anne Ancelin Shutzenberger. En su experiencia con lo que ella llamó “psico-genealogía”, la Dra. Shutzenberger detectó y documentó casos de familias donde se daban traumas repetidos en fechas específicas que eran aniversarios de traumas anteriores. La Dra. Shutzenberger sostiene que esas fechas específicas representan una ventana de susceptibilidad en el tiempo durante la cual uno se halla en peligro, siempre que exista una necesidad inconsciente de equilibrar el destino de alguien más dentro del sistema. Desde su perspectiva, ella sugiere que esas fechas de aniversario y otros datos del pasado pueden ser almacenados en la memoria inconsciente

codificada en nuestros genes y después pueden manifestarse en generaciones posteriores. La Dra. Shutzenberger rastreó esas “coincidencias” a lo largo de muchas generaciones de familias francesas. Alentada por sus descubrimientos, resolví continuar mi propia investigación dentro del contexto de la práctica clínica.

En esa época la mayoría de mis pacientes con este cuadro de accidentes múltiples eran mujeres. Les pedí a todas que anotaran las fechas de sus accidentes y que observaran si aquellas fechas tenían algún significado para ellas. Lo que descubrimos es que muchas se correspondían con fechas asociadas a embarazos interrumpidos: la fecha de la concepción del bebé, la de la interrupción, la fecha en la que el niño tendría que haber nacido. Les pedí que comprobaran sus expedientes médicos con objeto de verificar estos datos y, de hecho, las fechas coincidían. Recuerdo que mi médico chino, el Dr. Lam Kong, me habló de una teoría de la medicina oriental según la cual los embarazos tienen ciclos y se producen perturbaciones cuando estos ciclos son interrumpidos; el cuerpo necesita tiempo y a veces también ayuda para reequilibrarse después de una experiencia así. Esta información era muy interesante pero no explicaba los accidentes múltiples sufridos por mujeres que nunca habían estado embarazadas o por hombres. Sin embargo, al bucear más profundamente en el patrón de fechas con esos pacientes, las fechas de sus accidentes sí se correspondían con fechas en las que habían experimentado una separación u otras formas de conexión interrumpida: divorcio, pérdida de la custodia de un hijo, ingreso en un hospital, abandono, muerte, etc.

Me enviaron a una paciente cuyos accidentes múltiples coincidían con un patrón de embarazo interrumpido. Le expliqué que, aunque sabía que estos accidentes tenían que ver con embarazos incompletos, no comprendía por qué. Ante mi sorpresa, ella dijo: “Tiene sentido. Un embarazo interrumpido es una desconexión violenta y un accidente de tráfico es una colisión violenta.” Así que me encontré de nuevo especulando acerca del equilibrio y de los “campos”.

Entonces, en 1997, Bert Hellinger vino a Boulder durante su primer viaje por Estados Unidos y mi sospecha de que algo semejante a un campo intervenía en las series de accidentes múltiples y en otros traumas individuales y sociales comenzó a tomar más forma. Yo ya estaba familiarizada con las teorías de Rupert Sheldrake acerca de los campos morfogenéticos y la resonancia mórfica, pero todavía no entendía la importancia de estos insights para la traumatología. Esto comenzó a cambiar cuando fui testigo del trabajo de constelaciones sistémicas. Pronto, las ideas de Shutzenberger, Sheldrake y Hellinger comenzaron a converger de un modo nuevo para mí en el ámbito del trauma social. Empecé a observar estos patrones de fechas repetidas, accidentes e incidentes, conexiones interrumpidas y respuestas incompletas en combinación con la historia de lugares que también tienen campos de memoria.

Comencé a investigar sobre elementos sistémicos implicados en traumas sociales a raíz de la masacre del Instituto Columbine en Littleton, Colorado, y durante casi una década he realizado un seguimiento de los acontecimientos en esa comunidad. El 20 de abril de 1999, dos adolescentes neo-nazis obsesionados con la guerra, dispararon y asesinaron a 12 compañeros de clase y a su profesor, hirieron a muchos otros y después se suicidaron. Yo llevaba un tiempo viajando una vez a la semana a Littleton para ver a mi analista y profesor junguiano que vivía allí en esa época, de modo que esta tragedia me golpeó, por así decirlo, cerca de casa. La respuesta inmediata de los medios de comunicación fue culpar de este horror a los chulos del instituto, a sus malos padres y a los video-juegos violentos. Pero desde mi perspectiva sistémica recientemente desarrollada, y teniendo en cuenta la historia del lugar, los patrones

repetidos de fechas relacionadas con el terrorismo y los asuntos incompletos de la guerra, además de con la historia familiar de los dos asesinos, yo vi algo distinto.

Intrigada por los descubrimientos de Sheldrake sobre los puntos negros en Gran Bretaña y su creencia de que algunos lugares tienen campos de memoria, estudié la historia de la ubicación del Instituto Columbine. Quizás recordéis que la masacre se había planeado inicialmente como un bombardeo masivo en lugar de como un tiroteo. Littleton es una ciudad militar donde 2/3 de la población trabaja para la empresa Boeing, que produce bombas. Esas bombas fueron utilizadas en la Primera Guerra del Golfo y el padre de uno de los asesinos voló repostando a los aviones que realizaban misiones de bombardeo en esa guerra.

Más atrás en la historia, Littleton fue el escenario de masacres cometidas por militares sobre mujeres y niños nativos americanos y encubiertas como si fueran batallas. Observé las fechas importantes de la historia del lugar que pudieran tener que ver con el acontecimiento bajo análisis. Los asesinos habían elegido cuidadosamente una fecha: el 19 de Abril, y luego el 20 de Abril, cumpleaños de Hitler, como fecha de reserva. Ambos asesinos eran neo-nazis y su elección de las fechas tenía que ver con asuntos incompletos relacionados con el terrorismo y la guerra. Se pueden seguir esas fechas y comprobar que forman, en conjunción con los temas del terrorismo y la guerra, un patrón fractal en el tiempo. No tenemos tiempo para entrar en muchos detalles, pero hay suficiente material al respecto como para cubrir dos capítulos de mi segundo libro. Resumiendo, os puedo decir que al elegir inicialmente el 19 de Abril como fecha para su “operación militar”, los asesinos pretendían emular a Timothy McVeigh, responsable del bombardeo en 1995 de un edificio del gobierno en Oklahoma como represalia por el bombardeo aéreo de un refugio en Irak en el que murieron miles de mujeres y niños inocentes durante la Primera Guerra del Golfo. Durante aquella misión, McVeigh recibió órdenes de enterrar las cabezas y cuerpos despedazados de las víctimas del bombardeo. McVeigh eligió el 19 de Abril para atacar el edificio gubernamental en memoria y en venganza por la inmolación de adultos y niños que siguió al asalto del ejército al rancho de los Davidianos en Waco, Texas, ocurrido en la misma fecha dos años antes. La historia de la milicia a la que McVeigh pertenecía se remonta hasta la Guerra Revolucionaria. El primer disparo de los rebeldes contra el Imperio Británico, que dio comienzo a esta guerra, tuvo lugar el 19 de abril de 1776. Y resulta interesante que el símbolo del Instituto Columbine sea un soldado de la milicia revolucionaria y que el equipo del instituto sea conocido como los Rebeldes de Columbine.

Puesto que la tragedia de Columbine revela un patrón complejo de acontecimientos interrelacionados, y que la comunidad de Littleton sigue devastada y amargamente dividida, atravesando ciclos continuos de vergüenza y de culpa, ¿dónde podemos encontrar una vía hacia la sanación?

Podría ser cierta la noción de Sheldrake acerca de que la sanación de los puntos negros históricos puede darse a través de rituales significativos en los que participen tanto perpetradores como víctimas. Hellinger ha dicho al respecto cosas parecidas. Sin embargo, esta posibilidad parece fuera del alcance de los residentes de Littleton, por lo menos por ahora. Ninguna de las misas o ceremonias de funeral celebradas ha incluido a los perpetradores o a sus familias. Entiendo que puede ser demasiado pronto. Quizás las próximas generaciones elijan llevar a cabo esta tarea. Y podría ocurrir que todos los que ahora se hallan en puntos opuestos lleguen a reunirse algún día. Esto podría abrir el camino hacia el reconocimiento de cuanto tuvo que ver con aquel hecho, y así permitir que se libere toda la información que hasta ahora se encuentra retenida y que se incluya a todas las personas que han sido previamente excluidas. Todos los implicados podrían entonces llorar a las víctimas, a los

perpetradores y a sus seres queridos, y llorar también por el sufrimiento que se han infligido los unos a los otros.

Poco después del 11 de septiembre, y del hundimiento de Swiss Air, los suizos sufrieron otro shock en el cantón de Zug. Un ciudadano perturbado irrumpió en el edificio del parlamento y disparó a 14 políticos antes de suicidarse. En la misa de funeral por los muertos, el obispo colocó una fila de cirios en honor de las víctimas y del asesino. Las velas que representaban a las víctimas estaban encendidas pero la del asesino permaneció apagada porque, como el obispo explicó, es demasiado pronto para que podamos encenderla. La sabiduría está ahí ya, pero el momento todavía no ha llegado.

He encontrado algunos patrones interesantes a partir del 11 de septiembre, y si seguimos esas fechas como en una onda fractal a través del tiempo, nos encontramos con una variación de temas que se repiten y que tienen que ver con choques entre culturas, ataques terroristas, guerras y desafíos al imperio. El 11 de septiembre era el undécimo aniversario del discurso sobre el "Nuevo Orden Mundial" que George H.W. Bush, antiguo director de la CIA y entonces presidente de EEUU, leyó ante la sesión conjunta del congreso de su país. Fue en esa ocasión cuando el presidente Bush anunció su decisión de emprender la guerra contra Irak, la que sería la Primera Guerra del Golfo. También es interesante que la construcción del edificio del Pentágono, uno de los objetivos del 11 de septiembre, diera comienzo el 11 de septiembre de 1944.

El 11 de septiembre tiene además resonancias trágicas en Oriente Medio. El 11 de septiembre de 1922, ignorando el dolor y la rabia árabes, el gobierno británico estableció un mandato en Palestina que prometía a los judíos europeos un hogar nacional. Así se creó el escenario para conflictos y guerras continuas, y fue de nuevo un 11 de septiembre cuando un grupo palestino llamado Septiembre Negro mató a 11 rehenes en las Olimpiadas de Múnich. Hay más datos sobre esta fecha y este tema en mi segundo libro.

Me parece, pues, que lo que estamos buscando con respecto a los traumas individuales, familiares y sociales es un modelo que considere estos acontecimientos como parte de algo semejante a una ecuación. Una ecuación en la que muchos factores deben ser tomados en cuenta si queremos alcanzar nuestro objetivo de sanar a través de la restauración del equilibrio. Como persona dedicada a la práctica clínica y como historiadora, mi experiencia continúa reafirmando una realidad en la que los acontecimientos traumáticos ocurren en un contexto más amplio de lo que se podría comprender desde una perspectiva lineal o de causa única.

Así, he llegado a plantearme que la clave para resolver el trauma reside en parte en el deseo de mirar más allá de las explicaciones lineales y de las aparentes causas y efectos. Lo más probable es que se esté dando algo mucho más complejo e interesante. Incluso en casos aparentemente claros de trauma individual a partir de un acontecimiento específico, también podemos preguntar "¿Hay alguien más en tu familia o en tu vida que haya experimentado algo parecido?" Esta pregunta (y hay otras opciones no lineales que no tenemos tiempo de explorar aquí) puede abrir la puerta a un patrón mucho más amplio que necesita ser resuelto.

En ejemplos de trauma social, el camino hacia la resolución podría incluir la necesidad de plantearse en profundidad cuestiones relativas a los lugares y las fechas en los que suceden estos acontecimientos. Y si somos capaces de descubrir factores antes desconocidos que contribuyen a los patrones de un trauma, la pregunta será cómo y por qué existen y perviven estos patrones, y cómo encontrar una solución para ellos. A este respecto, la perspectiva

sistémica tiene mucho que ofrecer, y dentro de esta perspectiva descubrimos no sólo la necesidad de sanar las conexiones interrumpidas del ser. Como especie nos encontramos cerca del desbordamiento en una atmósfera de desarrollo insostenible, colapso ecológico, consumismo, lucha religiosa y política, proliferación de enfermedades y de armas de destrucción masiva. Seguir conectados y presentes mientras nos enfrentamos a los predicamentos colectivos de nuestro mundo moderno es un desafío continuo que requiere coraje, ayuda y tiempo.

© Anngwyn St. Just

Birmingham, 2008.