

GALIT ATLAS

# HERENCIA EMOCIONAL

CURAR EL LEGADO DEL TRAUMA



PAIDÓS

DRA. GALIT ATLAS

# HERENCIA EMOCIONAL

Curar el legado del trauma

Traducción de Montserrat Asensio

**PAIDÓS** Divulgación

Título original: *Emotional Inheritance*, de la Dra. Galit Atlas

Este libro se ha publicado por acuerdo con Little, Brown and Company, Nueva York, Nueva York, Estados Unidos. Todos los derechos reservados.

Todas las historias se han escrito con la autorización previa de los pacientes; los detalles de las mismas se han cambiado para proteger su privacidad.

Unas primeras versiones de los capítulos 5, 9 y 10 se publicaron originalmente en *The New York Times* con los títulos de «A Tale of Two Twins» (Historia de dos gemelos), «Grieving My Patient's Friend» (Duelo por la amiga de mi paciente) y «Was My Patient Stalking Me?» (¿Acaso me acosaba mi paciente?) respectivamente. Se han reproducido aquí previa autorización.

*1.ª edición, noviembre de 2023*

La lectura abre horizontes, iguala oportunidades y construye una sociedad mejor.

La propiedad intelectual es clave en la creación de contenidos culturales porque sostiene el ecosistema de quienes escriben y de nuestras librerías.

Al comprar este libro estarás contribuyendo a mantener dicho ecosistema vivo y en crecimiento. En **Grupo Planeta** agradecemos que nos ayudes a apoyar así la autonomía creativa de autoras y autores para que puedan seguir desempeñando su labor.

Dirigete a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesitas fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puedes contactar con CEDRO a través de la web [www.conlicencia.com](http://www.conlicencia.com) o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

© Dra. Galit Atlas, 2022

© de la traducción, Montserrat Asensio Fernández, 2023

© de todas las ediciones en castellano,

Editorial Planeta, S. A., 2023

Paidós es un sello editorial de Editorial Planeta, S. A.

Avda. Diagonal, 662-664

08034 Barcelona, España

[www.paidos.com](http://www.paidos.com)

[www.planetadelibros.com](http://www.planetadelibros.com)

ISBN: 978-84-493-4158-8

Maquetación: Realización Planeta

Depósito legal: B. 17.519-2023

Impresión y encuadernación en CPI Black Print

Impreso en España - *Printed in Spain*



# SUMARIO

Huellas en la mente .....	13
---------------------------	----

## PRIMERA PARTE NUESTROS ABUELOS

1. La vida y la muerte en la infidelidad .....	29
2. Confusión de lenguas .....	49
3. Sexo, suicidio y el enigma del duelo .....	71
4. La radiactividad del trauma.....	83

## SEGUNDA PARTE NUESTROS PADRES

5. Cuando los secretos se convierten en fantasmas .....	105
6. Bebés no deseados .....	113
7. Permiso para llorar.....	133
8. Hermano muerto, hermana muerta.....	157

## TERCERA PARTE NOSOTROS

9. El sabor del dolor.....	169
10. El ciclo de violencia.....	183
11. La vida no examinada.....	201
Una puerta se abre.....	227
Agradecimientos.....	231

## Capítulo 1

# LA VIDA Y LA MUERTE EN LA INFIDELIDAD

Eve conduce una hora dos veces a la semana para venir a la sesión. Me explica que detesta conducir y lo mucho que desearía que alguien la trajera, la esperara fuera de la consulta y luego la llevara de vuelta a casa. No necesita que esa persona la entretenga ni siquiera que hable con ella. Le bastaría con estar sentada junto al conductor y escuchar la música de fondo.

Siento una oleada de tristeza mientras escucho a Eve describiéndose sentada en silencio junto al conductor. Pienso en la niña pequeña que fue, intentando ser buena y estar en silencio, sin interrumpir a nadie para no tener problemas y haciendo ver que no existía.

En una de las primeras sesiones le pregunté cuál era el recuerdo más temprano que tenía de su infancia. Me dijo:

– Tenía cinco años y estaba junto a la puerta de la escuela, esperando a que mi madre me viniera a buscar. Pero se olvidó. Pensé que lo que tenía que hacer era sentarme y esperar hasta que se acordara de mí. «Ten paciencia», me dije a mí misma.

Con frecuencia, el primer recuerdo de infancia contiene los ingredientes principales de la terapia. Muchas veces, ilustra los motivos por los que el paciente acude a terapia y refleja cómo se ve a sí mismo. Cada recuerdo expresado oculta recuerdos reprimidos, tanto anteriores como posteriores.

El primer recuerdo de Eve me comunica la experiencia de que se olviden de ella. Poco a poco se hace evidente que la dejaban sola

muchas veces, sin supervisión paterna o materna, y que creció siendo la mayor de cuatro hermanos en una familia en la que había mucho abandono y anestesia emocional.

Me gusta Eve. Tiene algo más de cuarenta años, la larga melena castaña le llega hasta los hombros y acostumbra a taparse sus ojos verdes con unas gafas de sol grandes y oscuras. Se las quita cuando entra en la consulta, antes de sentarse rápidamente en la butaca. Me saluda con una sonrisa tímida y me fijo en el hoyuelo que se le forma en la mejilla derecha. Se quita los zapatos de tacón y se queda descalza, sentada en la butaca con las piernas cruzadas. Es muy atractiva y hay momentos, cuando me mira con ojos de niña, en que parece perdida.

Me pregunto si al final su madre se acordó de ir a buscarla y hago un esfuerzo por imaginar cómo se sintió Eve mientras la esperaba intentando esconder el miedo de que no fuera nunca a recogerla.

Se lo pregunto, pero Eve permanece en silencio. No se acuerda. Durante las sesiones, se disocia con frecuencia y mira por la ventana, como si estuviera allí conmigo, pero al mismo tiempo estuviera en otro lugar. Es una persona que te quita el aliento, pero en ocasiones parece que se apaga.

Se muestra distante con frecuencia, es muy cuidadosa a la hora de expresar emociones intensas y cae en silencios prolongados.

La miro y me pregunto si yo también soy su chófer, una adulta en su vida, alguien que será puntual, se sentará al volante y la llevará a donde necesite ir. Permanezco sentada en silencio; sé que es posible que pase algo de tiempo antes de que me mire o diga nada.

– Ayer por la noche volví a quedar con Josh – dice para abrir la sesión haciendo referencia a su amante, a quien ve unas cuantas veces a la semana.

Hacia las ocho de la tarde, cuando sus compañeros de trabajo se van, Josh abre Line, una aplicación japonesa que usan para en-

viarse mensajes de texto, y le escribe para pedirle que vaya a su oficina. Eve me explica que necesitaban una manera segura de comunicarse.

– La primera vez que Josh me sugirió que usáramos esta aplicación, pensé que había dicho «Lying»<sup>1</sup> y recuerdo que pensé que era un nombre extrañamente inapropiado para una aplicación – se ríe y sigue, con sarcasmo –. Creo que tendría que haber una red para infieles, por ejemplo, un chat donde pudieran compartir información y darse consejos, como en los grupos para madres. Alguien debería hacer negocio con eso, ¿no crees? Hay millones de personas perdidas y confusas que no saben muy bien cómo sobrevivir al adulterio – sonrío, pero parece más triste que nunca.

No me mira.

– Josh y yo nos apuntamos al gimnasio, a SoulCycle, porque así tenemos una coartada para vernos por la tarde. Y es una buena excusa para llegar a casa cubiertos de sudor e ir directamente a la ducha – se detiene un segundo y sigue –. Quitarme su olor de la piel siempre me entristece. Preferiría acostarme con ese olor.

Eve respira hondo, como intentando calmarse, sonrío y sigue hablando.

– Josh cree que SoulCycle podría ganar dinero con un «paquete de coartadas» que ofreciera cuotas rebajadas para socios falsos.

Le devuelvo la sonrisa, aunque sé que nada de lo que me cuenta es divertido en absoluto. Hay mucha confusión, culpa y miedo en su manera ingeniosa de contar las cosas. De repente, está totalmente presente y siento la intensidad de su dolor. Está viva, creo, y me pregunto en voz alta si quiere decir algo más acerca de su aventura sentimental.

Durante nuestra primera sesión, Eve me explicó que estaba

---

1. *Lying* significa «mentir» en inglés y se pronuncia de un modo parecido a «Line», el nombre de la aplicación. (*N. de la T.*)

casada y tenía dos hijos. La niña acababa de cumplir doce años y el niño tenía nueve. Me dijo que había decidido acudir a terapia porque había sucedido algo terrible que le había hecho ver que necesitaba ayuda. Y, entonces, me habló de Josh.

Eve pasa algunas tardes a la semana, después del trabajo, en el despacho de Josh. Josh es un animal de costumbres y siguen siempre la misma rutina: primero mantienen relaciones sexuales, luego piden comida y, cuando terminan de comer, la lleva a casa en coche.

Eve me habla del sexo, primero titubeando y luego con detalle.

– Con Josh, nada depende de mí – me dice, mirándome para ver si entiendo lo que me quiere decir. Me explica que, al someterse a él, se siente sostenida. Siente que él lo sabe todo acerca de ella y de su cuerpo y que, al ser dominada por él, ella puede perder el control.

– Me devuelve a la vida, ¿entiendes lo que te quiero decir? – me pregunta sin esperar que yo responda.

La vida y la muerte son, desde el principio, fuerzas muy potentes en el discurso de Eve. Empezamos a explorar la relación entre el sexo, la muerte y la reparación y las sorprendentes maneras en que estos elementos se relacionan con su historia familiar. Me explica que, a los catorce años, su madre perdió a su propia madre, que murió de cáncer. Había cuidado a su madre moribunda durante dos años y, cuando murió, parte de ella murió también. Eve y yo tomaremos conciencia gradualmente de que la sumisión sexual le permite conectar con el anhelo de ser cuidada, de seguir viva y de reparar un pasado traumático.

Mira el reloj y se empieza a calzar y a prepararse para el final de la sesión. Se recuesta y dice en voz baja:

– Cuando terminamos y Josh me lleva a casa, me emociono. Me encanta el sexo con él y me encanta que me lleve en coche.

Hay otro momento de silencio y sigue hablando, casi entre susurros.



– Lo miro y veo cómo sujeta el volante, con ese rostro tan serio, y pienso que es el hombre más guapo que he visto jamás. Y quiero besarlo, pero sé que no es buena idea. Al fin y al cabo, ya no estamos en su despacho y hacemos ver que es mi chófer. Me deja a un par de manzanas de mi edificio y, cuando nos despedimos, se me parte el corazón. No quiero subir a casa y reincorporarme al ajetreo de mi vida. Josh sabe exactamente cómo me siento y, sin necesidad de que yo le diga nada, me dice: «No te olvides de lo mucho que te quiero. Nos veremos el miércoles. Falta muy poco. Mucho menos de lo que parece». Hago una mueca y sabe que creo que el miércoles está a años luz de hoy y que, de aquí al miércoles, sentiré muchas emociones y tendré muchos pensamientos de los que él no formará parte. Me dice: «Estoy en nuestra aplicación, estoy aquí, aunque no esté contigo físicamente».

Se pone las gafas.

– Normalmente, es entonces cuando ya no siento nada y me bajo del coche.

Entiendo que desconecta para poder separarse de él y lo hace de nuevo, frente a mí, mientras me lo explica. La pierdo y se pierde en un largo silencio antes de irse.

Muchos de mis pacientes acuden a mí por mis escritos profesionales y la formación que imparto acerca de la sexualidad. Veo a hombres y mujeres destrozados por la infidelidad de sus parejas, a otros que han tenido o tienen aventuras y a otros que son amantes de personas casadas. Sus historias son distintas y sus motivaciones, diversas, pero todas estas personas se revelan torturadas y se debaten con sus secretos o con los secretos de las personas en sus vidas.

Aunque soy consciente de que todas las relaciones tienen un aspecto transaccional, también creo en el amor. Creo en el poder del apego entre dos personas y en la lealtad como uno de los pila-

res básicos de la confianza; y también pienso que todas las relaciones cuentan con fuerzas destructivas y creativas. Amamos y, en ocasiones, también odiamos a las personas que amamos; confiamos en ellas, pero también tememos las heridas y el dolor que nos puedan causar. Uno de los objetivos asociados al crecimiento es la capacidad de integrar las emociones positivas y negativas: odiar afectuosamente y amar siendo conscientes de los momentos de desencanto o de ira. Cuanto más conozcamos y aceptemos nuestras pulsiones destructivas, más capaces seremos de amar plenamente.

Hasta cierto punto, la vida trata siempre de esa tensión entre el deseo de destruir (echar a perder el amor, lo bueno y la vida misma) y Eros, que representa no solo el sexo, sino también la pulsión de vida, de crear, de producir y de amar. Esa tensión existe en todos los aspectos de nuestra vida, incluidas las relaciones.

El trabajo psicológico nos ayuda a identificar y a llevar a la conciencia esos impulsos y anhelos, para cuestionar nuestras decisiones y las de las personas que nos han precedido. Cuando se trata de aventuras amorosas, ese trabajo es multifacético y la distinción entre la destrucción y la muerte, por un lado, y la supervivencia y la vida, por el otro, no siempre es evidente.

Uno de los principales motivos por el que las personas acuden a terapia es la búsqueda de verdades desconocidas acerca de sí mismas. Esa indagación comienza con el deseo de saber quiénes somos en realidad y quiénes fueron nuestros padres, y siempre incluye el temor a saber. ¿Por qué mantiene Eve esa relación con Josh? ¿Por qué ahora? ¿Qué parte de ella tiene que ver con la necesidad de sobrevivir y volver a la vida y qué parte tiene que ver con la muerte y la destrucción? ¿De qué maneras es su vida presente un reflejo de la vida de las mujeres que la precedieron y un intento de sanarse no solo a sí misma, sino también a su madre herida y a su abuela moribunda?

La infidelidad es destructiva, en el sentido de que siempre daña la relación, por mucho que ese daño pueda ser invisible al principio. Sin embargo, las personas son infieles no solo porque quieran destruir o abandonar la relación; paradójicamente, hay veces en que la infidelidad es un esfuerzo para conservar un matrimonio. Con frecuencia, es una manera de equilibrar el poder en la relación o de satisfacer necesidades que esta no cubre. Aunque en muchos casos, a través de un comportamiento sexual, la aventura es una manera indirecta de expresar emociones negativas, como la hostilidad y la ira, también es una manera de proteger al matrimonio de esas emociones al tiempo que se mantiene el *statu quo* en la relación.

El sexo permite expresar emociones no permitidas en la relación, sobre todo la agresividad. No es extraño que las personas describan el sexo fuera del matrimonio como más agresivo que el que mantienen con su pareja, más suave y «civilizado». Como las parejas se protegen mutuamente de la agresión, anestesian la relación. Cuando la agresividad no tiene cabida, el sexo suele desaparecer también.

Esta misma tensión dialéctica entre la vida y la muerte existe también en el deseo sexual y, sobre todo, en las relaciones de larga duración. En su libro *Can Love Last?*, el psicoanalista estadounidense Stephen A. Mitchell habla del choque entre la aventura y la seguridad en la vida sexual. Subraya que la aventura, la vitalidad y la sexualidad son factores que hacen que no solo merezca la pena vivir la vida, sino también cultivarla y saborearla. Sugiere que la aventura romántica tiene mucho que ver con el entusiasmo existencial que supone estar vivo. Con el tiempo, la aventura sexual se degrada fácilmente en algo mucho menos revitalizante o incluso en algo que resta vitalidad, porque se nutre del peligro, del misterio y de la aventura, no de la seguridad y de la familiaridad de las relaciones estables.

¿Podemos seguir deseando a las personas junto a quienes nos sentimos más seguros?, se pregunta Mitchell y sugiere que el secreto del amor duradero está en el delicado equilibrio entre seguridad y peligro, entre lo conocido y lo novedoso. En su innovador libro *Inteligencia erótica*, la psicoterapeuta Esther Perel reflexiona acerca de la paradoja de la domesticidad y del deseo sexual y trabaja para ayudar a las parejas a abrir un espacio para el juego y la aventura y, por lo tanto, para la excitación sexual en sus relaciones. Perel ahonda en estos y otros temas para reflexionar acerca de la complejidad de la infidelidad.

La indagación psicoanalítica es un complejo viaje con muchos matices a las profundidades del delicado corazón. En cada uno de estos viajes aparecen de maneras distintas el peligro y la seguridad, la destrucción y la construcción, la vida y la muerte, así como el dolor de múltiples generaciones.

Durante nuestra primera sesión juntas, Eve no se quita las gafas de sol. Se sienta en la butaca con las piernas cruzadas y solloza.

– He echado a perder mi vida – dice –. No sé, quizá ya la he destruido del todo. No sé qué hacer.

Me explica que su marido es un buen hombre y que tiene un matrimonio satisfactorio.

– Amo a mi marido – prosigue –. Tenemos una familia fantástica, mis hijos son maravillosos. Siempre he soñado con tener una familia así. Tengo todo lo que quería, quizá soy demasiado avariciosa.

A continuación, me habla de la noche en la que se dio cuenta de que había perdido el control sobre su propia vida.

– Normalmente nos vemos en su despacho, pero ese fin de semana fue distinto, porque tanto su mujer como mi marido estaban fuera y pensamos que era una buena oportunidad para pasar la noche juntos. Aún no lo habíamos hecho nunca y creo que ambos estábamos excitados, pero algo nerviosos.

Le pidió a la canguro que durmiera en casa, con los niños, y

Josh reservó una habitación en un hotel al otro lado de la calle de su lugar de trabajo. Eve me explica que si su marido miraba la aplicación donde pueden ver la ubicación del otro, la encontraría sin problemas. Habían instalado la aplicación ese mismo año para poder localizar a su hija, que acababa de cumplir doce años y había empezado a ir sola a la escuela.

– La aplicación se convirtió en un problema enorme, porque era consciente de que mi familia siempre podría saber dónde estaba. Sé que no suena muy creíble, pero detesto mentir – dice, casi disculpándose –. Prefiero no dar explicaciones a tener que mentir. Así que decidí apagar el móvil, para no tener que mentir acerca de dónde estaba – suspira –. ¡Qué desastre!

Eve se detiene, con los ojos llenos de lágrimas.

– La noche con Josh fue mejor de lo que hubiera podido imaginar. Es difícil expresar con palabras cómo me sentí, porque desconocía que existiera una emoción semejante. Por fin estábamos en un lugar tranquilo, solo los dos, y tuvimos lo que me pareció un tiempo infinito. Fue como ser una pareja de verdad, completamente dedicados el uno al otro, entregados al cuerpo y a la mente del otro. Tuvimos sexo durante horas y le susurré al oído una y otra vez: «Te quiero. Me haces muy muy feliz». «Lo sé, cariño, yo también soy muy feliz», me respondió. Entonces, le pregunté: «¿Y si hiciéramos de este hotel nuestro hogar?», refiriéndome a la pequeña habitación que tan perfecta me parecía en ese momento. – Eve levanta la cabeza y me mira –. Ahora, mientras hablo, sé que solo estaba proyectando todos mis deseos en esa absurda habitación de hotel. Soy idiota. Mientras estuvimos acostados y tenía la cabeza apoyada en su hombro, no pensé en nada más. En ese momento no existía nada más. Era feliz de verdad.

Eve se detiene brevemente. No me mira y prosigue.

– Estar en brazos de Josh es algo extraordinario. Tiene que ver con la manera como me toca. Es como si fuera fuerte y sensible a

la vez, y siento que me pierdo totalmente cuando estoy con él. Es una sensación que nunca había tenido antes. Sin embargo, supongo que ese fue precisamente el problema. Por eso la noche acabó tan mal – suspira.

»Me levanté a las seis de la mañana y encendí el móvil en cuanto salí del hotel. Tenía diez mensajes de voz y otros tantos correos electrónicos de la canguro, diciéndome que mi hijo había tenido un ataque de asma y que estaban en el hospital. Empecé a llorar e intenté ponerme en contacto con el médico por teléfono. No podía creer que hubiera permitido que sucediera algo así. Ese fue el momento en el que me di cuenta de que había perdido el control sobre mi vida y de que tenía un problema grave. Fue entonces cuando decidí ver a un terapeuta. – Me mira y me pregunta, con voz desesperada – : ¿Qué puedo hacer? Dime. ¿Estoy loca por estar enamorada de él?

Freud escribió que una de las cosas que menos le gustaba era trabajar con pacientes enamorados. Para Freud, el amor era una emoción irracional y la persona enamorada estaba en una fase semipsicótica y desconectada de la realidad. Creía que esta fase impedía al paciente conectar con toda realidad emocional ajena a su amor y a sus sensaciones eróticas, por lo que la conciencia genuina era casi imposible.

Irvin Yalom comienza su libro *Verdugo del amor* diciendo que a él tampoco le gusta trabajar con pacientes enamorados. Cree que es porque les tiene envidia. «Yo también anhelo el hechizo», escribe con sinceridad.

No cabe duda de que el terapeuta, casi como el niño que espía el dormitorio de sus padres, es un testigo «ajeno» a la relación amorosa de su paciente y se puede sentir apartado y celoso. Sin embargo, el terapeuta no se identifica solo con el extraño excluido, es decir, con el niño, sino también con los participantes, con los enamorados.

Lo que sucede es que la cuestión se complica cuando se trata de un amor ilícito y cuando se suman múltiples elementos morales y éticos. Como la mayoría de las personas, los terapeutas pueden experimentar muchas emociones en relación con ese tipo de amor; pueden tener un conflicto moral, sentirse culpables o identificarse con la parte traicionada; pueden sentir envidia del paciente que puede hacer algo que, quizá, ellos también querrían hacer; quizá quieran hacer del paciente una «mejor» persona y ayudarlo a poner fin a la relación; o, quizá, incluso, tengan una fantasía romántica en la que el paciente huye con su amante.

Conecto con esa complejidad mientras escucho a Eve, consciente de que la búsqueda de la verdad siempre es dolorosa. Nos obliga a detenernos, a examinar nuestra vida y a sustituir la acción por reflexión. ¿Cuál es el verdadero significado de una aventura amorosa? ¿Puede Eve tolerar conocer las fuerzas que subyacen a su infidelidad? ¿Puede soportar reconocer el dolor con el que carga desde su infancia y que la aventura promete aliviar? ¿Puede identificar cómo su madre y su abuela viven en su aventura? ¿Podrá sobrevivir?

Eve se retrasa cinco minutos en la siguiente sesión.

– Me he despertado tarde y casi no llego – dice mientras entra –. Había muchísimo tráfico y no encontraba sitio para aparcar. He llegado a pensar que necesitaría un milagro para llegar a tiempo.

La escucho y me pregunto si desearía no haber llegado a tiempo, para evitar iniciar el doloroso proceso de introspección. Sin embargo, también oigo su sorpresa por haber llegado, no solo a nuestra sesión, sino quizá también a su vida.

– Tal vez te sorprenda haber conseguido llegar hasta aquí, haberte convertido en una adulta funcional, en una profesional de

éxito con un marido que te quiere y dos niños. Sí, quizá te parece un milagro – le digo.

Sonríe.

– A veces ni siquiera yo sé cómo ha pasado. No doy crédito a que esta sea mi vida de verdad. Sé que podría sonar superficial, pero incluso mi aspecto me sorprende a veces. Era una niña fea, de «aspecto peculiar», como solían decir mis padres. – Me mira –. Sin embargo, lo cierto es que ahora ya no estoy segura de nada. Es como si volviera a ser la niña que era antes, la niña que no tenía nada ni a nadie. Siento que he destruido todo lo que he creado y que no tendré una segunda oportunidad. Esta vez no lo conseguiré.

Eve no tiene demasiados recuerdos de su infancia. Recuerda estar sola con frecuencia y jugar sola bajo la mesa del dormitorio que compartía con sus tres hermanos pequeños. Solía recortar muñecos de papel y jugar a las familias con ellos. Esos muñecos representaban la gran familia que esperaba tener algún día, una familia con muchos hijos y cuyos miembros se querrían y se protegerían mutuamente. El espacio bajo la mesa era su hogar y lo tapaba con una manta para esconderse y poder jugar a sus juegos imaginarios sin interrupciones.

– Hay una escena que representaba una y otra vez – me dice –. Era el cumpleaños de la hija y nadie de la familia la felicitaba. La ignoraban, la insultaban y la atacaban. Era el peor día de su vida y se sentaba en un rincón de su casa para llorar, en silencio.

La escena siempre terminaba con la transformación. De repente, de un momento a otro, todo cambiaba. La niña rechazada se daba cuenta de que todo había sido un malentendido, que la familia le había ocultado la gran fiesta sorpresa que le habían preparado.

– Se da cuenta de que todo había sido un engaño – dice Eve con un tono de voz infantil, y sé que lo que dice es que, de niña, esperaba que todo acabara siendo un gran error, que deseaba que todo cambiara algún día. El deseo de transformación era una parte



importante de su fantasía infantil. Soñaba con cómo transformaría su fealdad en belleza, su desesperación en esperanza, su impotencia en poder, el odio en amor y todo lo que sentía muerto en vida. Y sucedió. La niña se convirtió en una mujer bella, potente y de éxito. Creó la familia que siempre había deseado. Sin embargo, cuando su hija cumplió los doce años, de repente se sintió vacía, como si empezara a morir por dentro.

»Y entonces conocí a Josh – explica –. Me cuida como si fuera una niña pequeña – dice en voz baja, como si hablara sola –. Me cuida como nadie me ha cuidado nunca, como imagino que mi madre cuidó de la suya.

Sigo las asociaciones de Eve y me adentro con ella en su historia familiar, en el dormitorio donde su abuela enferma yacía tendida junto a su hija Sara, de doce años, la madre de Eve. Le señalo que esa es la edad exacta que tenía su hija cuando ella comenzó su aventura con Josh.

La abuela de Eve sufrió cáncer de hígado durante dos años. La sometieron a radioterapia y a quimioterapia y tuvo una breve remisión, pero al cabo de poco tiempo el cáncer volvió a aparecer. Se sometió a más tandas de quimioterapia, pero la enfermedad avanzaba. Sara tenía catorce años cuando su madre falleció.

– Mi madre, como yo, era la mayor de cuatro hermanos y era la única niña. Fue la cuidadora principal de su madre y una hija responsable y dedicada. Me explicó que su madre pasó meses en cama con fiebres muy altas y que ella la intentaba ayudar llevándole hielo y paños mojados para controlar la temperatura. Nada funcionaba. A medida que el tiempo pasaba, las fiebres comenzaban antes y duraban toda la noche. Mi abuelo empezó a dormir en el comedor y mi madre se levantaba en plena noche para ver cómo estaba su madre y volvía de la escuela a todo correr para ver si necesitaba algo. Durante las últimas semanas, mi abuela apenas abrió los ojos. Y, cuando lo hacía, era como si mirara al vacío, inca-

paz de ver nada. Mi madre no estaba segura de que la suya supiera que estaba tendida junto a ella. Desarrolló ictericia y tenía la boca siempre entreabierta, como si no la pudiera cerrar. Las toxinas del hígado llegaron al cerebro y entonces se confundía y, de vez en cuando, susurraba cosas sin sentido, por ejemplo, que tenían que dar de comer al perro. Pero ellos no tenían perro. Mi madre se preguntaba si se referiría a un perro que la suya había tenido de pequeña, pero nunca supo si ese animal existió alguna vez o no. Creo que nunca superó la muerte de mi abuela. Me habló muchas veces de la vida de su madre, como si hablarme de ello la ayudara a procesar mejor su pérdida o como si necesitara que yo supiera hasta el último detalle, para no sentirse tan sola.

Sara no fue a la escuela durante los últimos días de la vida de su madre. Se metía en la cama junto a ella e intentaba escuchar su respiración. La consolaba saber que su madre seguía viva, que su madre la podía oír. Al mismo tiempo, sabía que no la podía tocar. El cuerpo se había vuelto tan sensible que cualquier roce, incluso una caricia, le podía hacer daño.

Una enfermera del hospital las visitaba a domicilio y, un día, llamó a Sara a otra habitación y le dijo que su madre moriría pronto, que era cuestión de semanas o incluso días. Le dio un librito verde donde se explicaba qué podía esperar. Pero Sara no quiso creerla. Creía que, si se quedaba en la cama con su madre, la podría mantener viva. Que, si se aseguraba de sincronizar su respiración con la de su madre, podrían respirar juntas para siempre.

En el decimocuarto cumpleaños de Sara, su madre respiró profundamente siete veces, cada respiración sonó como un suspiro, y luego una última vez. Tenía dibujada una sonrisa en el rostro, pero ya no estaba viva.

Eve me lo explica como si me hablara de la muerte de su propia madre. Tengo lágrimas en los ojos, pero ella no. Me mira y respira hondo. ¿Se estará asegurando de que sigue viva?

Se mueve, incómoda.

– Antes has dicho que mi madre tenía doce años cuando su madre enfermó y que mi hija acababa de cumplir doce años cuando empecé a quedar con Josh. Nunca había relacionado las dos cosas. Cuando mantengo relaciones con él, siempre lloro. De vez en cuando, le pido que me salve la vida, que me lleve a algún sitio, que me lleve muy lejos.

– No es extraño que el sexo se convierta en un intento desesperado de curar las heridas de nuestros padres... y las nuestras – le respondo.

Rompe a llorar.

– Es terrible – solloza –. Si las madres enferman cuando sus hijas tienen doce años y, entonces, mueren, claro que me tiene que salvar – dice.

Le pregunto si tiene algún recuerdo de esa edad, de cuando tenía unos doce años.

Me mira, sorprendida. No tiene muchos recuerdos de su infancia.

– Qué raro – dice –. Al fin y al cabo, mi madre fue la que me crio, la que estaba en casa con nosotros, pero no tengo ningún recuerdo real de los momentos que pasé con ella.

Se detiene y empieza a mirar por la ventana. Siento que se ha vuelto a ir, de golpe, y espero en silencio a que regrese. Es entonces cuando identifico la relación entre sus momentos de anestesia emocional, la muerte de su abuela y el impacto que esta ejerció sobre su propia madre.

Me oigo preguntar:

– ¿Tu madre está viva?

Eve parece sobresaltada. Las dos sabemos que si su madre, Sara, hubiera muerto, ya lo sabría (me lo habría dicho), pero se lo he preguntado de todos modos. Mi pregunta implica que su madre está muerta en ciertos aspectos, que murió allí, en ese dormitorio

junto a su propia madre, y que nunca podría ser una madre funcional.

– Acabo de recordar algo – dice Eve –. Cuando me has preguntado si mi madre estaba viva, me ha venido una imagen muy perturbadora de mi infancia. Ni siquiera sé qué tiene que ver con la pregunta. Es la imagen de un perro muerto. Cuando tenía doce años, me encontré un cachorrito cerca de casa. Lo acaricié y, cuando lo volví a dejar en el suelo para irme a casa, me empezó a seguir. Recuerdo que me sentí muy feliz. Sentía que el cachorrito me quería, así que lo cogí en brazos y decidí arriesgarme y llevarlo a casa. Sabía que a mi madre no le gustaría (nunca había querido tener mascotas en casa), pero decidí hacer todo lo posible para convencerla de que adoptásemos al perrito.

»Recuerdo que llegué a casa, que le di agua de un vaso y fui en busca de mi madre. Estaba en la cama. Ahora que lo pienso, siempre estaba en la cama – dice Eve –. Vaya, no lo había pensado nunca – añade, y prosigue –: Me senté junto a ella en la cama y le susurré que había encontrado un perrito.

Escucho a Eve y recuerdo el perro que su abuela había mencionado antes de morir. Eve sigue hablando.

– Mi madre no abrió los ojos y se limitó a balbucear: «¿Qué quieres decir con que lo has encontrado?». Le dije que me había seguido en la calle y que me había sentido muy mal al dejarlo solo allí. Que había pensado que lo podíamos cuidar y que... Pero me interrumpió, aún con los ojos cerrados. «No lo haremos», dijo con firmeza. «Déjalo donde estaba.»

»Empecé a llorar y a decirle que no podía, que la perrita no tenía padres, que no tenía a nadie que la cuidara. Le prometí que ella no tendría que hacer nada, que lo haría todo yo. Yo la cuidaría. Le supliqué. Mi madre abrió los ojos: “Eve, no me hagas enfadar”, dijo. “¿No has oído lo que te acabo de decir? Que lo dejes donde estaba. En esta casa no va a entrar ningún perro”.

Eve está desconsolada, empieza a llorar.

– No podía hacer nada, así que saqué a la perrita a la calle y la dejé allí. Al día siguiente, la encontré, muerta, en la acera de enfrente de casa. Alguien me dijo que la habían atropellado. Pensé que habría sido porque había intentado volver a casa, conmigo.

Eva llora desconsoladamente y yo intento contener mis propias lágrimas. Siento su ira y su indefensión al identificarse con el cachorro abandonado que, como su madre, no tiene madre, no tiene a nadie que lo cuide. Ese perro, que fue abandonado en la calle, también era como ella de niña, abandonada una y otra vez, caminando sola por el mundo, con la esperanza de que alguien la adoptara y transformara su vida.

El perro muerto representaba toda la muerte que Eve llevaba en su interior: a su abuela muerta, a su madre traumatizada y emocionalmente muerta y a su yo muerto.

El psicoanalista francés André Green acuñó el término «madre muerta» para referirse a una madre no disponible, traumatizada, distante, normalmente deprimida y emocionalmente ausente, «muerta». Explicaba que, normalmente, lo que lleva a la madre a morir emocionalmente es una pérdida y que, entonces, la hija se pasa el resto de su vida intentando conectar con ella, en su esfuerzo por resucitarla y devolverla a la vida. Todo niño cuyo miedo más aterrador sea el abandono insistirá en conectar con su madre y hará cualquier cosa para sentirse cerca de ella, incluyendo sacrificar partes de sí mismo. Cuando esos niños renuncian a devolver a su madre a la vida, intentan recuperar la conexión mediante la renuncia a su propia vitalidad. Conectan con la madre en su muerte y, así, desarrollan su propia muerte emocional.

El aspecto intergeneracional de esta muerte emocional es omnipresente en la psique de Eve. Carga con esa herencia emocional y se identifica con su madre muerta. En el fondo, ella también se siente rota, muerta, avergonzada. De niña intentó transformar

esa emoción en los momentos en que soñaba con crear vida, con ser madre, con tener cien hijos. Calculó que, si daba a luz diez veces y, cada vez, tenía diez bebés, tener cien hijos era bastante realista. Serían como una familia de cachorros y se acurrucarían todos juntos. Fantaseaba con una vida llena de amor mientras se enfrentaba a sustratos de muerte.

El deseo de reparación teñía el deseo sexual de Eve. El sexo era una manera de situarse activamente en el centro del trauma de su familia. El acto sexual nos permite tocar el abismo, la pena, la desesperación.

– Necesito que Josh me sujete con fuerza. Y luego quiero que me toque, con suavidad, por todo el cuerpo – me explica Eve –. Quiero que me sujete con tanta fuerza como le sea posible, que me ate a la cama de modo que me sea imposible moverme, que él ostente todo el poder y yo no tenga otra opción que confiar en que tratará mi alma con cuidado. Quiero que me haga sentir mejor.

Eve mantenía relaciones sexuales con Josh, miraba a la muerte a la cara y se enfrentaba a ella. Insistía en que, esta vez, ganaría ella, esta vez repararía todo el daño y la humillación, reviviría y repararía la propia muerte, en su pasado, en su presente y, ciertamente, en su futuro. Su fantasía inconsciente era que todo sería reparable y perdonable, y que podría poner fin al ciclo y permanecer plenamente viva cuando su hija cumpliera doce años.

La reparación es una pulsión de Eros, de vida. Es el elemento de creatividad más potente y se basa en el deseo de arreglar lo dañado y curar a las personas a las que amamos. Por lo tanto, crea esperanza y nos ayuda a sentirnos más vivos y a hacer el duelo por las pérdidas. La «reparación maníaca» es una forma de reparación más defensiva que productiva. Está orientada a la acción y se repite incesantemente, pero nunca logra su objetivo porque busca el triunfo y la reparación absoluta. Pasa por alto la realidad de que

no hay comienzos completamente nuevos y que el perdón y la recuperación incluyen el dolor.

Josh no podía reparar las pérdidas en la vida de Eve. De hecho, cada vez que se despedían, ella se sentía impotente y revivía esas pérdidas. En terapia, Eve se da cuenta de que la batalla que creía estar ganando era una forma de repetir el mismo pasado que intentaba evitar. Tomó conciencia de que lo que creía que estaba salvando su vida la convertía en una madre ausente y muerta para sus propios hijos, por lo que, en lugar de reparar la historia, la estaba repitiendo.

Darse cuenta de que su hijo podría haber muerto la obligó a detener el ciclo maníaco y a afrontar la realidad y la dolorosa verdad de que nunca se puede deshacer plenamente lo que ya está hecho. Solo se puede procesar y elaborar el duelo correspondiente.

Al final de la sesión, Eve se calza, abre el bolso y saca las llaves, pero no se pone las gafas inmediatamente. Por el contrario, permanece sentada en silencio unos instantes y sonrío.

—¿Sabes? Creo que hoy hasta tengo ganas de conducir. No estoy segura de por qué nunca me había dado cuenta de ello antes: ser la conductora significa que puedo decidir adónde voy. Puedo ir a casa. O no. Depende de mí.

Miro a Eve salir por la puerta y, por primera vez desde que la conozco, siento que hay esperanza para ella.