

# Un psicólogo viene a verme

**NEREA MACARIO**  
PSICÓLOGA

«Cuando la tragedia se cuela en nuestra cotidianidad o, simplemente, cuando la vida nos va dejando moratones emocionales, nos instalamos en nuestro mundo alejado, a ratos, de la realidad del presente. Los sueños se convierten en nuestra vida y viceversa»



«UN MONSTRUO VIENE A VERME», J. A. BAYONA

Cuando el suelo se desprende bajo nuestros pies, cuando sentimos que incluso lo más sólido en nuestra vida se derrumba, cuando hasta el aire que respiramos nos lastima, todo y todos pueden ser vistos como agresores. Cuando deseamos que un monstruo venga y acabe con todos ellos, que venga un King Kong y los rompa en mil pedazos, cuando nos refugiamos en el dolor y la autocompasión para evitar ser invisibles, entonces, nos pesa ser demasiado adultos para ser niños. ¿Cómo empieza la historia?

La historia empieza con una emoción que desborda el umbral de nuestro entendimiento, con un suceso doloroso que satura los poros de nuestra sensibilidad. La historia empieza con una vivencia que rompe lo que habíamos planeado que sería nuestra vida y que nuestra mente se niega a admitir. La historia empieza cuando las imágenes, los sonidos, las emociones y las sensaciones de una experiencia traumática se instalan en alguna parte de nuestro ser, algún sitio entre nuestro corazón y nuestro cerebro emocional, sin permiso de nuestro pensamiento racional. La historia comienza, pero no somos conscientes. ¿Cómo termina la historia?

La historia termina con la verdad más simple. Tan simple que no podemos reconocerla, sobre todo cuando buscamos enrevesados motivos para nuestro dolor, cuando queremos encontrar malvados culpables que no nos dejan volver a ser el niño lleno de paz que un día fuimos. Es entonces cuando llamamos al monstruo. Un monstruo terrible para que acabe con ellos, con todos los malos. Un monstruo que nos ayude a refugiarnos en nuestro dolor, que nos arranque de este mundo real. Un monstruo horrible que pueda ser nuestro amigo, quizá porque nos consideramos de una misma condición. Pero el dolor no cede. Ahora tenemos dolor y un monstruo, ambos acomodados en nuestra existencia semipresencial, impidiendo, a nuestro antojo, que veamos el verdadero comienzo de nuestra historia de sufrimiento. ¿Cómo es el mundo al que nos mudamos?

Cuando la tragedia se cuela en nuestra cotidianidad o, simplemente, cuando la vida nos va de-

jando moratones emocionales, nos instalamos en nuestro mundo alejado, a ratos, de la realidad del presente. Los sueños se convierten en nuestra vida y viceversa. Las más insospechadas banalidades pueden revivir al monstruo que nos hemos construido a medida para acomodar la realidad a nuestro dolor, a nuestra angustia, a nuestro miedo. Transformamos todo en torno a una verdad inventada, a un relato que satisfaga a nuestra mente. No es fácil decirnos la verdad; a veces preferimos morir, ahogarnos en la desesperación, antes que decirnos la verdad. Otras veces, sencillamente, no somos capaces de encontrar esa verdad que está condicionando nuestra vida. ¿Dónde está nuestra verdad?

Nos empeñamos en buscar la verdad en nuestra razón, sin darnos cuenta de que el testigo del comienzo de la historia fue todo nuestro cuerpo, nuestros sentidos, nuestras sensaciones, la convicción de lo que somos en un momento de nuestra vida en que se nos hace daño. Llamamos a nuestra mente a testificar cuando son las emociones el principal testigo de las experiencias que, un día, nuestros sueños fueron incapaces de procesar. El miedo útil, la angustia luchadora, el estrés de salvación con los que se concibió la parte más primitiva de nuestro cerebro, se convirtieron entonces en fútiles alarmas que nos traen, una y otra vez al presente, el malestar que corresponde a hechos del pasado. La verdad simple, la más complicada para nosotros los seres evolucionados. Pero entonces, ¿dónde empieza y termina la historia?

La historia de nuestro dolor empieza como tantas historias de dolor, con la verdad simplificada de una emoción, de una imagen, de un olor, de una sensación que quedó sin digerir en la noche de los hechos y en todas las noches desde entonces. La historia de nuestro dolor termina el día que lo reprocesamos a la luz del presente, el día que decidimos que el dolor no es nuestro amigo, el día que decidimos dejar de ser invisibles. La historia de nuestro dolor termina el día que permitimos que alguien venga a vernos, como personas, sin juzgarnos, en nuestra completitud. Quizá eso pueda hacerlo un monstruo que emerge de la tierra, pero es poco probable. O quizá lo pueda hacer alguien que sabe: un psicólogo.

## EDITORIALES

# Farsa secesionista

La Generalitat amaga con un referéndum para, después de ser impedido, convocar autonómicas en un clima favorable

El pleno del Tribunal Constitucional decidió ayer anular la resolución sobre «el futuro político de Cataluña», aprobada por el Parlamento de esa comunidad autónoma el pasado 6 de octubre, en los apartados referidos a la convocatoria de referéndum y a la apertura de un «proceso constituyente» de desconexión respecto al resto de España. El TC decidió también dar traslado a la fiscalía de su decisión por si la presidenta de la Cámara, Carme Forcadell, y cuatro miembros de la Mesa hubieran podido incurrir en ilícito penal al someter a votación una moción que contravenía claramente las sentencias y pronunciamientos anteriores del Alto Tribunal, al tiempo que apercibía a las mismas personas, al presidente de la Generalitat y a los integrantes de su gobierno de las eventuales consecuencias penales que podría acarrearles la realización de «cualquiera actuación tendente a dar cumplimiento» a la resolución anulada. La reacción del Gobierno de la Generalitat, por boca de su consejera de presidencia, Neus Munté, evidenció que esa, y no otra, era la noticia que esperaba el Ejecutivo presidido por Puigdemont. Su negativa expresa a atender los requerimientos del TC para que se desista de llevar a cabo el referéndum y el «proceso constituyente» anuncia que la mayoría independentista proseguirá con sus planes. Incluso que podría acelerarlos, desencadenando de inmediato una sucesión de incidentes de ejecución de sentencia que el secesionismo parece buscar como justificación de su huida hacia delante. Convocar, organizar y amagar con la celebración de la consulta representaría el último acto previo a la adopción, por parte de las instituciones del Estado constitucional, de aquellas medidas legales que impidan su realización. Todo con la vista puesta, por parte del independentismo de Junts pel Sí, Esquerra Republicana y la CUP, de que a continuación el presidente de la Generalitat disuelva el Parlamento autonómico y se convoquen, de nuevo, elecciones pretendidamente plebiscitarias en un clima que dificulte la concurrencia de las opciones no soberanistas. Ese es el cálculo que guía el proceder de partidos y dirigentes que, aun así, seguirán formando parte de España y estarán obligados a cumplir con las leyes de todos y con las decisiones que adopten jueces y tribunales, incluida la inhabilitación.

## Condenados a la pobreza

El último informe de la ONG Save the Children pone de manifiesto el efecto devastador que la crisis ha tenido sobre la situación de la infancia en nuestro país. Así, 800.000 menores viven todavía en hogares en los que nadie trabaja y España es uno de los países de la Unión con más desigualdad, como lo demuestran algunos indicadores: la renta de nuestros niños con menos recursos se redujo con la crisis un 32,1%, en tanto la de los más afortunados lo hizo únicamente en un 6,5%; asimismo, entre 2008 y 2015 el número de menores en situación de pobreza severa creció en 424.000. Con todo, lo más inquietante es que la pobreza es, según este informe, hereditaria, lo que indica un fracaso colosal del Estado en la promoción de la igualdad de oportunidades en el origen. La cifra es escalofriante: el 80% de los niños en situación de pobreza se convertirá en adultos empobrecidos. Ni las políticas públicas de protección social ni el sistema fiscal consiguen evitar esta predestinación. Frente a las utopías irrealizables, un Estado democrático y desarrollado sí tiene que garantizar que cualquiera, con su esfuerzo, tendrá el apoyo público suficiente para mejorar y ascender en la escala social. Y si no se logra este objetivo, es que nos estamos equivocando de camino.

## El Norte de Castilla

DIARIO INDEPENDIENTE FUNDADO EN 1854  
Nacido como El Norte de Castilla en 1856 de la unión de El Correo de Castilla y El Avisador

**Director General:** Ángel de las Heras Gonzalo. **Director:** Carlos F. Aganzo.

**Subdirector-Jefe de Información:** José Ignacio Foces.

**Jefe Web:** Eloy de la Piza.

**Jefe de Edición:** Carmen Díez.

**Jefe de Opinión:** José María Cillero.

**Secciones:** Valladolid (Mar Domínguez), Castilla y León (Sonia Andrino), Economía (Francisco Fernández), Culturas (Angélica Tanarro), Deportes y Fin de Semana (Teresa García Fueyo), Cierre (Isabel F. Barbadillo), Maquetación y Diseño (Francisco J. Quintero), Arte (Pedro Resina).

**Delegados:** Julio González Calzada (Palencia), Jaime Rojas (Segovia).