

A close-up, profile view of a person wearing a light blue surgical cap and a white surgical mask. The person's eyes are visible, looking downwards and to the left. The background is a soft, out-of-focus white.

José Carlos Bermejo

EL SANADOR HERIDO

Humanizar las relaciones de ayuda

Desclée De Brouwer

José Carlos Bermejo

El sanador herido

Humanizar las relaciones de ayuda



Desclée De Brouwer

© José Carlos Bermejo Higuera, 2022

© EDITORIAL DESCLÉE DE BROUWER, S.A., 2022

Henao, 6 – 48009 Bilbao

www.edesclée.com

info@edesclée.com

Facebook: EditorialDesclee

Twitter: @EdDesclee

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley.

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos –www.cedro.org–), si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

Impreso en España – Printed in Spain

ISBN: 978-84-330-3171-6

Depósito Legal: BI-0353-2022

Impresión: Grafo, S.A. - Basauri

Índice

Introducción	9
------------------------	---

I

UNA HISTORIA POR DESVELAR: EL SANADOR HERIDO

Introducción	17
1. Mi encuentro con la metáfora	19
2. El mito de Quirón	21
3. El Siervo de Jahvé	23
4. El arquetipo Junguiano	27
5. H. Nouwen y el libro <i>El sanador herido</i>	33
6. Popularización del modelo. Uso actual de la metáfora	43
Modelo vincular del sanador herido	44
Las tres heridas	49

II

EL SANADOR HERIDO EN LA RELACIÓN TERAPÉUTICA

Introducción	57
1. Humanizar en salud: sanadores heridos y narrativa	61
2. El eco de la empatía sobre uno mismo. Vulnerabilidades del ayudante	69

EL SANADOR HERIDO

3. Tipos y naturaleza de las heridas	77
4. Nivel de herida tolerable	89
5. Supervisión de la herida en la intervención	93
Autoevaluación del ayudante	94
Sesgo y <i>counselling</i>	95
Supervisión y <i>counselling</i>	97
6. Médico, cúrate a ti mismo	101
7. El ayudante curado por el sufrimiento del ayudado	107

III

HORIZONTE RESILIENCIA PARA SANADORES HERIDOS

Introducción	111
1. Evolución de la actitud ante el propio sufrimiento	115
2. Expansión del concepto de resiliencia	123
Admiración realista	125
Resiliencia y libertad	127
Mirada a la herida y significación	128
Manejo de la memoria de la herida	130
Tutoría de resiliencia	134
Coping y resiliencia	135
3. Cuando soy débil, entonces soy fuerte	141
4. La fortaleza de Camilo: su debilidad	145
Cerrando el libro	149

Introducción

Recuerdo haber participado en el funeral de un familiar de un psicólogo experto en duelo. Me preguntaba cómo serían sus próximos días de terapia, tras el entierro de quien era su punto de referencia, cómo podría escuchar a personas en duelo, si él tenía el corazón abierto en canal por el dolor de su propia pérdida. Me preguntaba, más aún, cómo escucharía a los familiares de las personas que se han suicidado, cuando también él era un superviviente del azar, puesto que sobrevivió al internamiento en cuidados intensivos consecuencia de su intento autolítico.

Recuerdo, igualmente, que una de mis compañeras de trabajo en la Unidad de Cuidados Paliativos del Centro San Camilo, médico, me contaba que, cada vez que hacía un ingreso de un nuevo paciente en final de vida, sentía como si la llamaran a una película de cuyo guion se hacía cargo, pero que se tenía que salir de la película. Me decía:

“Veo el sufrimiento, pero no es el mío y me salgo. Es la muerte de los otros. No creo tener menos miedo a la muerte ahora que antes. Quizás más conciencia de lo que pueda ser. Yo creo que no me afecta por mecanismo de

defensa. Hay una fase de acostumbramiento que ya he pasado. Al principio, en cambio, dormía con orfidal porque me habían soltado en el ruedo de todo el sufrimiento cuando hasta entonces yo había firmado solo dos certificados de defunción. Mi marido me decía que saliera de ahí porque me hacía sufrir. A veces me digo, al ver mi misma fecha de nacimiento: ¿Y por qué no me ha tocado a mí hoy?”.

Me impactaron mucho aquellas visitas a la cárcel, donde hice una investigación de campo con abusadores sexuales de menores. Uno de ellos, me habló de “su necesidad de sentirse necesitado”. Lo percibí como una perversión de la relación, pero me sorprendió que, al ver pasar a un asistente espiritual, funcionario, espetó: “Mira: es una persona buena, pero creo que también él necesita sentirse necesitado”.

Una pregunta saludable para los profesionales de relaciones de ayuda es, efectivamente: ¿cuál es mi herida que subyace al deseo de ayudar a los demás?, ¿qué heridas mías se despiertan cuando entablo relaciones de ayuda con otros?

La imagen del *sanador herido* (que cada vez se emplea más en la literatura médica, psicológica y espiritual) sirve para poner en evidencia el proceso interior al que son llamados todos cuantos prestan ayuda a quien atraviesa un momento difícil en la vida, marcado por el sufrimiento físico, psíquico o espiritual. Significa, pues, el reconocimiento, la aceptación y la integración de las propias heridas, de la propia vulnerabilidad y condición de finitud.

INTRODUCCIÓN

El poder humanizador de esta imagen radica en el hecho de que constituye un ejercicio de humildad y de aprendizaje, que los profesionales del cuidado pueden realizar, a partir del reconocimiento de la propia humanidad, hecha no solo de recursos –conocimientos, habilidades, destrezas, roles...– sino también de fragilidades, de toda índole que, bien utilizadas, pueden, precisamente, transformar a los profesionales en mejores personas. Sí, más humanas porque más dueñas de su pensar, de su decir, de su hacer, más utilizadoras del potencial entrañable que nace precisamente de la propia fragilidad.

Estas páginas quieren explorar la metáfora del sanador herido, difundida en parte sin conocimiento de su historia y su profundidad. Quieren aportar algunas reflexiones de las implicaciones que tiene el hecho de que los profesionales de la relación de ayuda, en salud, en intervención social, en diferentes formas de terapia, se reconozcan a sí mismos como sanadores heridos. El ejercicio de humildad que comporta mirarse a sí mismos con el potencial de ayuda, pero también como vulnerables, es claramente humanizador, en tanto que nos sitúa ante los demás como personas, con luces y sombras, capaces de aprender de la propia fragilidad en clave de humanidad.

Hay algo inevitable en la vivencia de la actitud empática en las relaciones de ayuda: entrar en el mundo del otro tiene un precio, salpica, evoca las propias heridas. Hace años, tuve como profesor a Domenico Casera en Roma, y nos presentaba la empatía en fases, evocando la propuesta de Reik (*Listening with the third ear – Escuchar con el tercer oído*). Desde entonces, amo citar este despliegue de la actitud en sus momentos de

identificación, repercusión, incorporación y separación. Suelo explicar este proceso con una ilustración de una persona en un pozo, necesitada de ayuda. El ayudante empático –metafóricamente hablando– “baja al pozo” del otro (identificación) y ha de “salir del pozo” (separación). Son la segunda y la tercera fase (repercusión e incorporación) las que evocan el eco de la empatía que nos hace reconocernos sanadores heridos. Entrar en el mundo del otro (su “pozo”) es el único modo de adoptar su marco de referencia, su punto de vista. Salir de él es necesario para no sostener una identificación que supondría un severo riesgo de *burn-out*. Darse cuenta de que el que entra en “el pozo” del otro, se moja, algo le salpica, y es evocado el mundo de “los propios pozos”, de la propia fragilidad, de las propias dificultades, es lo que nos pasa si realmente somos empáticos. La persona empática se reconoce sanadora herida por este impacto que el sufrimiento del otro tiene sobre él al entrar y adoptar su marco de referencia. Un mal manejo de la propia herida supondría una empatía no lograda, una simpatía por identificación emocional que, tal como ha criticado Paul Boom en su libro *En contra de la empatía*, supondría una dificultad para los sanos juicios morales.

Exploraremos en el primer capítulo algunas referencias ineludibles para saber qué estamos diciendo cuando hablamos del sanador herido, y, en particular, qué han dicho otros, en la historia. Comenzando por la cultura encerrada en la mitología griega, siguiendo por la cultura judeo-cristiana que encontramos en los Sagrada Escritura, continuando por la importante referencia a la psicología del profundo, en concreto Jung. Ha

INTRODUCCIÓN

sido hace unas décadas cuando, de la mano de Henri Nouwen, experto en espiritualidad, hemos visto más difundida la metáfora y quizás con él ha surgido un proceso de popularización al que nos referiremos.

En un segundo capítulo, libres del deber de hacer historia, exploraremos el potencial que la metáfora tiene, aprovechando aportaciones que han hecho también otros autores en contextos de humanización de la salud y psicología. La actitud empática, propuesta como clave para las relaciones de ayuda, tiene un precio: el de gestionar el eco que produce en el propio histórico del ayudante. De ahí también el desafío de explorar el viejo dicho: “médico, cúrate a ti mismo” y de asumir la necesaria supervisión de quienes ayudan a otros. El modelo vincular del sanador herido encaja de manera saludable con el concepto de alianza terapéutica, en un deseo de no encontrarse solo desde la fragilidad, ni caer en estilos paternalistas.

En el tercer capítulo daremos alguna respuesta a la cuestión sobre qué hacer con la herida del ayudante. Si el verbo integrar la propia sombra está cargado de contenido, no lo está menos la propuesta de la resiliencia ante la propia fragilidad. La resiliencia no es solo un horizonte para el ayudado, un objetivo para manejar ante las dificultades del otro, sino que es también un punto de partida y un horizonte para el terapeuta, para el profesional de la ayuda, puesto que la fragilidad y la sombra, también le pertenecen.

Me doy cuenta de que mi propia sombra, ocupada por traumas del pasado, por sus huellas en el presente, por recursos no utilizados suficientemente, con sus colores de miedos, compul-

siones, dinámicas no siempre nombradas o iluminadas, afectan también en mi modelo vincular. Me doy cuenta de cómo, en diferentes momentos de mi vida, han caracterizado posicionamientos menos maduros ante personas o proyectos. ¡Cuánto me gustaría hacer tesoro de la herida, sacarle partido, vivir como reinventado y, por lo mismo, más humano!

I

Una historia por desvelar:
el sanador herido

Introducción

Siento la necesidad de hacer un breve recorrido, aunque limitado, por referentes de la evolución de la metáfora del sanador herido. Su uso actual, en ocasiones, ignora esta trayectoria que, a mi modo de ver, puede contribuir a hacerse cargo no solo de los orígenes de la misma, sino de potencial humanizador en las relaciones terapéuticas.

Presentaré, en esta primera parte, mi encuentro con la metáfora, y el hallazgo de las fuentes más nobles y arcaicas, desde la mitología griega, hasta la Sagrada Biblia, con la figura del Siervo de Yahvé, hasta el arquetipo junguiano, para llegar al libro conocido de Henri Nouwen que lleva este mismo título: *El sanador herido*, y que ha podido dar paso a la popularización de lo que algunos proponen hoy como un modelo vincular para las relaciones de ayuda.