

## El sanador herido, eco de la empatía

Dr. José Carlos Bermejo

Religioso Camilo. Director del Centro de Humanización de la Salud. Tres Cantos, Madrid España.

### *The wounded healer, an echo of empathy*

Una de mis compañeras de trabajo en la Unidad de Cuidados Paliativos del Centro San Camilo, médico, me cuenta: Cada vez que hago un ingreso, creo que me llaman a una película cuyo guión me hago cargo, pero me salgo de la película. Veo el sufrimiento, pero no es el mío y me salgo. Es la muerte de otros. No creo tener menos miedo a la muerte ahora que antes. Quizás más conciencia e lo que pueda ser. Yo creo que no me afecta por mecanismo de defensa. Hay una fase de acostumbamiento que ya he pasado. Al principio, en cambio, dormía con orfidal porque me habían soldado en el ruedo de todo el sufrimiento cuando hasta entonces yo había firmado sólo 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?

Está en juego, en el counselling, en las relaciones de ayuda, la persona del ayudante que, lejos de ser un mero técnico, es un sanador herido que se reconoce como tal al experimentar el eco del esfuerzo empático de entrar en el mundo del otro. Es el otro el que nos devuelve nuestra propia realidad, no solo la suya. Es el ayudado el que hace sentir en nosotros el eco de la vulnerabilidad que también como ayudantes nos pertenece junto con el poder de comprender la alteridad. Acogemos, hospedamos, entramos en el mundo del otro y el nuestro se nos revela más claramente a la vez. Si no manejamos bien nuestra vulnerabilidad, necesitamos unas veces orfidal; otras nos saldremos de la escena defendiéndonos no necesariamente de manera saludable.

Zambullirnos en el mundo del otro nos abre las puertas de nuestro propio mundo y nos permite apreciar las semejanzas entre ambos. Somos efectivamente mucho más parecidos de lo que dejan entrever la profesión, el censo, la pertenencia étnica o la misma cultura. Psíquica y existencialmente estamos contruidos de la misma madera. Dentro de nosotros encontramos el significado del comportamiento del otro que se convierte en potencial para ayudar si es bien utilizado. La yuxtaposición de dos experiencias, no ya únicamente la del ayudado, sino también la del ayudante, da lugar a interpretaciones que fomentan la comprensión. A esto conduce lo que Lipps denominaba “contagio emotivo”. Carotenutol o define como “simetría secreta” y Buber como “relación yo-tú”, de persona a persona, de corazón a corazón.

### Quirón y la metáfora del sanador herido

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.

Los orígenes de esta imagen se remontan a la edad antigua. Mitologías y religiones de casi todas las culturas poseen una gran riqueza de figuras que, para poder ayudar a los demás, primero deben curarse a sí mismas.

Cuenta la mitología griega que Filira (Phylira), hija de Océano y Tetis, fue acosada pasionalmente por Kronos, razón por la que pide a Zeus ser transformada en yegua para burlar así al Dios. Pero advertido Kronos del engaño, se transforma en caballo y logra su cometido. De esta unión forzada nace un ser singular, Quirón, con figura de centauro, es decir, cabeza, torso y brazos de hombre y cuerpo y patas de caballo.

La madre al ver el monstruoso ser fruto de su vientre, reniega a su hijo y Quirón crece en una cueva al amparo de los dioses Apolo y Atenea. De la mano de estos padres adoptivos, Quirón, contrariamente a sus pares centauros violentos y destructivos, se convierte en un ejemplo de sabiduría y prudencia. Conocía el arte de la escritura, la poesía y la música, pero ante todo, era reconocido como médico y cirujano, sanador y rescatador de la muerte, al cual consultaban héroes y dioses.

Toda su ciencia se produjo tras un accidente fortuito que le provocó una herida incurable: un día accidentalmente, Hércules hiere al centauro con la punta de su lanza envenenada en una de sus patas traseras, y siendo su condición inmortal, queda condenado un sufrimiento perpetuo que no puede recibir alivio ni curación.

Buscando el remedio de su mal, comienza a descubrir el arte de curar pero, he aquí su mítica paradoja, mientras puede curar a otros no puede curarse a sí mismo. El sentido de su existencia se centró así en sanar a los demás y hacerse cargo de su dolor; la medicina actual le debe mucho y por cierto la palabra “quirófano” (Quirón, Kirón o Chirón), que significa “el que cura con las manos las heridas de otro”

## Ética Humanismo y Sociedad

### Integración y manejo de la propia "herida"

Aunque el personaje de Quirón fue rescatado en la literatura por Dante en la divina comedia y por Goethe en su fausto, entre otros, hubo que esperar el albor del siglo XX para que el mensaje encerrado en su historia adquiriera un claro sentido antropológico de la mano del psicólogo Carl Gustav Jung. Quirón es el arquetipo del sanador herido: el sanador lo es porque sana, pero a su vez está herido, lo cual constituye una paradoja existencial que se encarna en cada persona, tanto en la que busca curar su dolor como en al que ofrece curación.

El sanador herido es, pues, la figura arquetípica de la relación terapéutica, donde el ayudante ejecútale arte de curar más allá de un método o una terapia puntual, involucrando todo su ser en ese acto y empalizando con la herida del paciente que le rememora y activa su propia herida devolviéndole así su percepción, de modo que ayudado y ayudante se "pasan" sus roles haciendo fructíferamente sanador el dolor de ambos.

Jung, adelantándose a Carl Rogers y a Martin Buber, ya sabía que ningún proceso terapéutico funciona sin el involucramiento de la subjetividad que implica la relación personal.

Al hilo de las reflexiones de Carl Jung, diríamos que el autoconocimiento tiene como uno de sus objetivos fundamentales la integración de la propia sombra. La sombra constituye, en lenguaje metafórico, un oscuro tesoro compuesto

por los elementos infantiles del propio ser, los apegos, los síntomas neuróticos y los talentos no desarrollados, los sentimientos difícilmente aceptados, los límites y zonas oscuras que, a primera vista, repugnan a la buena imagen que queremos tener y dar de nosotros mismos, los traumas experimentados en la propia biografía, los problemas sin resolver...

Conocer e integrar la propia sombra es sanarse. Supone una apasionante terapia del límite, es decir, un proceso de humanización donde la propia fragilidad se convierte en recurso resiliente, donde lo que deseáramos esconder se transforma en fuente de comprensión de las dinámicas ajenas, hasta que podamos decir serenamente "nada humano me es ajeno"; cualquier dinámica personal que encuentro en los demás tiene un eco en mí que me permita ser comprensivo y humano ante ella.

Sentarse ante el telón del propio corazón dispuesto a asistir a la representación realista de nuestro interior, puede producirnos pánico. Sólo quién sobrevive a la contemplación serena de las escenas menos agradables, de los recuerdos imborrables que afectan y han dejado manejar por la razón, sólo ese será un artista en la escucha de la vulnerabilidad ajena.

Por desgracia, la formación de los terapeutas no presta mucha atención al proceso de integración de las propias heridas, de la vulnerabilidad del ayudante. Un manejo no maduro de la propia vulnerabilidad puede llevar, como ami compañera a defenderse, unas veces con orfidal, otras con mecanismos de defensa que pueden impedir sacarle partido a la propia vulnerabilidad.