



Apuntes para la ciudadanía

Ciudadanía es la capacidad colectiva de cuidar la vida en todas sus formas.

Nace del Respeto y la Autoestima.

Implica amor y empatía.

Crea relaciones sociales otras.

Esta palabra ha sido propuesta por Isabel Aler, como una recreación del lenguaje.

Quiere sustituir el término "ciudadanía", que propone al individuo independiente y aislado de su contexto social. Las libertades individuales con que nos seduce el sistema patriarcal-capitalista-mercantil niegan nuestro entramado social humano, la necesidad que tenemos unos de otros, nuestro SER COLECTIVO, el NOSOTROS en lugar del yo.

La ciudadanía es una propuesta no sólo obsoleta sino falsa.

La ciudadanía crea vínculos sociales de cuidado inspirado en la matristica.

Cuidando la maternidad (serie femeninomaterno infantil)

Cuidando a la Madre Tierra (serie ecologica)

Cuidando nuestras relaciones y saberes ancestrales

Cuidando al pueblo verde (plantas saludables)

Apuntes para la ciudadanía

CUIDANDO LA MATERNIDAD (serie femeninomaterno infantil)

*En la sombra de la cultura, el vientre todavía palpita-Casilda Rodríguez

*Matricidio y estado terapéutico-Casilda Rodríguez

*Recuperando la mujer prohibida-Casilda Rodríguez

*Tender la urdimbre-Casilda Rodríguez

*La maravilla del vínculo afectivo-David Chamberlain

*Cuando se pierde un embarazo-Adriana Marcus

*Ecología prenatal-Michel Odent

*El misterioso ADN-Jan Wicherink

*La importancia de ser llevado en brazos-Jean Leadloff

*La Inteligencia De Las Células-Bruce Lipton

CUIDANDO A LA MADRE TIERRA (serie ecologica)

CUIDANDO NUESTRAS RELACIONES Y SABERES ANCESTRALES

*El mundo interno del morir-Keneth Ring

*El redescubrimiento de la naturaleza viva-Rupert Sheldrake

*El saber tradicional-Malidoma Somé

*La tierra es un organismo vivo-James Lovelock

*El origen Humano-Humberto Maturana

*Las Transiciones alimenticias-Patricia Aguirre

*Solidaridad de ojos abiertos-Adriana Marcus

*Somos un punto en el gran círculo-Galsan Tschinag

*Futuro primitivo En la transición-John Zerzan

CUIDANDO AL PUEBLO VERDE (plantas saludables)

La importancia de ser llevado en brazos

Jean Liedloff

Traducción del alemán Adriana Marcus

A lo largo de los 2 años y medio que conviví en la selva sudamericana con indígenas de la edad de piedra (no de una sola vez, sino en cinco expediciones entre las cuales mediaron meses de reflexión), reconocí que nuestra naturaleza humana no es lo que tradicionalmente creemos. Los bebés de la tribu de los yequanaás no requerían tranquilidad y paz para dormirse, sino que se iban adormeciendo confortablemente, en el momento preciso en que estaban cansados, mientras los hombres, las mujeres o los niños que en ese momento los llevaban en brazos bailaban, corrían, caminaban, gritaban o remaban sus canoas. Los niños pequeños jugaban todo el día juntos sin pelear ni pegarse, y obedecían inmediata y voluntariamente a sus padres.

La idea de castigar a un niño nunca se les cruzó por la cabeza a estas personas. Tampoco su conducta mostraba señal alguna que pudiera rotularse como permisiva. A ningún niño se le ocurriría molestar, interrumpir o dejarse servir por un adulto. Y desde la edad de 4 años, los niños aportaban más a la fuerza de trabajo de su familia que sus propios requerimientos de atención.

Los niños llevados en brazos rara vez lloraban, nunca gritaban, y —lo que es más fascinante— tampoco agitaban las manos, pateaban o boxeaban, no arqueaban la espalda ni pateaban con manos y pies. Permanecían tranquilamente sentados sobre los hombros o dormían sobre la cadera de alguna persona —contrariando la creencia de que los bebés necesitan patear “para fortalecer sus músculos”. Tampoco vomitaban, salvo que estuvieran gravemente enfermos, ni sufrían cólicos por gases. Cuando se asustaban al gatear o caminar en los primeros intentos, no esperaban que alguien los socorriera, sino que iban por sí mismos hacia sus madres u otras personas cuidadoras para dejarse tranquilizar, hasta estar en condiciones de regresar a sus expediciones. No era frecuente que se lastimaran al andar sin lo que conocemos como “supervisión”

¿Es que acaso su “naturaleza humana” es diferente a la nuestra? Algunas personas creen efectivamente que esto es así, pero por supuesto existe un solo modo de ser humano, somos una sola especie. Por lo tanto ¿qué podemos aprender nosotros de los yequanaa?-

Nuestras expectativas innatas

En primer lugar, podemos intentar comprender el poder formativo de lo que llamo “ser llevado” o “experiencia en brazos”. La fase comienza con el nacimiento y culmina con el comienzo voluntario del gateo, cuando el niño está en condiciones de alejarse por propia voluntad de su cuidador/a y de regresar a él/ella. Esta fase implica que el niño está permanentemente en contacto corporal con un adulto o niño mayor.

Primero observé que esta experiencia de “ser llevado” tenía un efecto impresionante sobre la salud de los bebés, y que su cuidado no representaba una “carga”. Sus cuerpos eran blandos, tenían un tono muscular suave y se adaptaban agradablemente a cada movimiento de sus cuidadores, que los cargaban. Algunos incluso tomaban a sus bebés de las muñecas y los colgaban a sus espaldas. Esto no significa que yo recomiende esta posición, pero el hecho de que es posible muestra el amplio espacio de juego que se puede crear para el bienestar de un bebé. En contraposición se encuentra el desesperante malestar de los niños que son acostados cuidadosamente en un moisés, una cuna o un cochecito, tapados y abandonados, donde se vuelven agarrotados de deseo por contacto con un cuerpo viviente, que por naturaleza es su lugar adecuado en el mundo: el cuerpo de alguien que cree en sus gritos y que sacia su necesidad con los brazos abiertos.

Cuál es el origen de esta imposibilidad en nuestra sociedad? Desde nuestra infancia se nos enseña a desconfiar de nuestros saberes instintivos. Se nos dice que los padres y los maestros lo saben mejor que nosotros, y que cuando nuestros sentimientos no coinciden con sus ideas, estamos equivocados. Acostumbrados a desconfiar de nuestros sentimientos o dudar completamente de ellos, resulta fácil que nos dejemos convencer de no respetar al bebé, y no creer que el bebé que llora está diciéndonos “sosteneme en tus brazos!”, “dejame dormir en contacto con tu cuerpo!”, “no me abandones!”. En lugar de ello rechazamos nuestra respuesta natural y seguimos la moda actual, que es sostenida por los “expertos” en educación infantil. La pérdida de confianza en nuestros saberes y poderes innatos nos lleva a consultar uno y otro libro, ya que uno tras otro nos hacen fracasar.

Es importante comprender quiénes son los verdaderos expertos. El segundo gran experto en educación infantil está en nosotros, del mismo modo en que lo es en toda especie superviviente, que debe saber por definición cómo ocuparse

atractivo aún. Lo que mostró ser más útil era ayudar al cliente a liberarse de la autoridad parental y que le quedara claro que era víctima de la conducta inadecuada de sus padres. Esta idea consistía simplemente en reconocer cómo sus propios padres habían llegado a esta conducta, y a través de ellos fortalecernos frente a la aceptación de esta conducta.

Afortunadamente descubrí que no debemos asumir esfuerzos por perdonar a nuestros padres. Cuando las autoridades celestiales han sido reducidas a dimensiones humanas y opinamos que deberíamos demostrarles nuestro valor, entonces vivenciamos un profundo sentimiento de liberación. Simultáneamente desaparece la frustración largamente acumulada por años, que se originó debido a nuestros intentos de ganármelos o de convencernos a nosotros mismos, que nos son indiferentes, o incluso que los odiamos.

Cuando ya no estamos bajo la presión de vernos a través de los ojos de nuestros padres, no hay más fundamento para seguir enojados. Estamos libres. Todos los disgustos desagradables o insoportables relacionados con nuestros padres se disuelven con naturalidad a través de una comprensión profunda acerca de lo que hemos atravesado. Y se desarrolla irresistiblemente un nuevo sentimiento liviano de compasión por la estatura humana a la cual se han encogido nuestros queridos viejos.

De Jean Liedloff, aparecido en Mothering Magazine Numero 61, otoño de 1991 bajo el título de "Normal neurotics like us". Traducido al alemán por Erhard Steller, Landau, y del alemán al castellano por Adriana Marcus

Habíamos estado trabajando un par de meses juntas, cuando una tarde me llamó. “*Adiviná donde estoy!*”, dijo. Tuve que admitir que no tenía la menor idea. “*Estoy en la galería Tate! Es a primera vez en los 17 años que llevo desde que comencé con mi negocio que me tomo un día laboral para ir a una galería. Te lo tenía que contar! Sé por qué siempre tuve la sensación de que no podía confiar en mis empleados; ya hemos conversado sobre esto muchas veces. Hoy sé por qué puedo confiar en ellos, y sé que llevan la empresa son mi. Me siento como una mujer nueva, libre de ir a una galería o donde se me ocurra*”.

En el curso del tiempo se suscitaron más transformaciones llamativas. Un hombre había visto a los 5 años cómo su padre asesinaba a su madre y a dos hombres que encontró en su cama. El arma era una barra de hierro. Durante años el hijo había reprimido este hecho. Entró en un grupo de terapia de desactivación (o desahogo) para elaborar lo sucedido. Aquí mencionó que hasta los 5 años siempre se le había dicho que era igual a su padre. Y ciertamente daba la impresión de ser rudo y duro. Su lenguaje estaba de tal modo plagado de palabras ordinarias, que a veces aparecían en el medio de otras palabras. Y constantemente salía de la sala para fumar en el pasillo.

Luego de alguna discusión reconstruimos la escena del delito. El tomó el rol del padre y eligió a dos hombres y una mujer que debía cumplir el papel de víctima. Armado de un pedazo de goma espuma que llevaba escrita la palabra “barra de hierro”, caminó hasta el lugar convenido y tomó envión. De repente se contuvo, se quebró y largo tal carcajada que daba la impresión que iba a largarse a llorar. “*No quiero matarla*”, dijo dulcemente. “*Yo NO soy como mi padre. De ninguna manera*”.

La convicción que tanto lo atemorizaba se disolvió finalmente. Su sabiduría interior de no ser un asesino como su padre, era la prueba decisiva que necesitaba para liberarse de la convicción dañina y también de sus conductas ofensivas y defensivas, que surgían de esta convicción. Su lenguaje se liberó de obscenidades, dejó de fumar sin esfuerzo alguno. Luego de haber reconocido la verdad, pudo ser por fin el hombre que en realidad era.

Resultó claro que los adultos debemos reconocer que nuestros padres estaban errados, para poder ver que somos considerados y bienvenidos y que siempre lo fuimos. Por eso me molestaba intentar reconciliar a mis clientes con sus padres mediante la moderna fórmula “perdonalos”. Perdonar a sus padres y aceptar vivir permanentemente con la sensación de estar errados me pareció menos

de su descendencia. El mayor experto de todos es naturalmente el bebé mismo – ya que ha sido programado a lo largo de millones de años por la evolución para señalar por medio de la voz o de la acción cuando es incorrectamente tratado. La evolución es un proceso refinado que permanentemente está corrigiéndose a sí mismo y que ha afilado con extraordinaria precisión nuestras conductas innatas. Las señales del bebé, la comprensión de estas señales por parte de su entorno, el poderoso impulso que lleva a obedecerlas – todo esto es parte integral de las características de nuestra especie.

La convicción presuntuosa de superioridad intelectual ha mostrado ser incapaz para reconocer las verdaderas necesidades del bebé humano. La pregunta frecuentemente es: ¿debo tomar en brazos al bebé cuando llora o lo debo dejar llorar un rato? O debo dejar llorar al bebé para que se de cuenta quién manda acá, para que no se vuelva un tirano?

Ningún bebé aceptaría alguna de estas modalidades de conducta. De modo inequívoco y unánime nos hacen saber a través de las más claras señales que ni siquiera están dispuestos a que se los aparte de los brazos. Dado que esta posibilidad no existe en la civilización occidental actual, la relación entre padres e hijos es conflictiva e incluso de enemistad. El juego ha consistido en lograr que los bebés se duerman solitos en su cuna, sin analizar si se cede o no a los gritos del bebé. A pesar de que el libro “La cama familiar” de Tine Thevenin avanza en la dirección de dejar dormir a los niños con sus padres, la cuestión básica más importante no ha sido enunciada: toda acción que vaya en contra de la naturaleza humana lleva irresistiblemente a la pérdida del bienestar.

En cuanto hayamos comprendido y aceptado el principio de respeto por nuestras expectativas internas, estaremos en condiciones de descubrir, cuáles son esas expectativas – en otras palabras, a qué experiencias nos ha ido acostumbrando la evolución.

El papel formativo de ser llevado en brazos

Cómo llegué a concebir que la fase de “ser llevado en brazos” es tan determinante para el desarrollo personal? Primero, viendo a esas personas tan relajadas y felices en las selvas sudamericanas llevando a sus bebés sin apartarlos jamás de sus cuerpos. Poco a poco reconocí la relación entre este simple hecho y su calidad de vida. Luego llegué a ciertas conclusiones sobre cómo y por qué

el contacto ininterrumpido con un/a cuidador/a activo/a es tan importante para la fase inicial del desarrollo postnatal.

En primer lugar parece que la persona que lleva al bebé (habitualmente la madre en los primeros meses, luego frecuentemente un niño de 4 a 12 años, que lleva el bebé a su madre para que lo amamante) sienta las bases para el desarrollo posterior, y para las posteriores experiencias. El bebé participa pasivamente de las caminatas, las conversaciones, los trabajos y los juegos de la persona que lo lleva. Cada una de estas actividades, el ritmo con que se producen, las inflexiones de la lengua, la variedad de señales observadas, los cambios de la luz de la noche y del día, los cambios de temperatura, la humedad y la sequedad, los sonidos de la vida en comunidad, construyen la base para la participación activa del bebé en la vida comunitaria, cuando tenga 6 a 8 meses y comience a arrastrarse, gatear y luego a caminar. Un bebé que transitó este tiempo importante en una cuna tranquila o que ha estado observando el interior de un cochecito o con la mirada apuntando al cielo, se habrá perdido la mayor parte de esta experiencia esencial. Dado que existe esta necesidad de disfrutar de este tipo de experiencia precoz, es necesario que aloje en su ser esta visión panorámica de la vida en que va a entrar, participando de ella.

Es importante que los cuidadores no se limiten a estar simplemente sentados mirando al bebé o preguntándole de vez en cuando qué desea o necesita, sino que es necesario que los cuidadores que los sostienen en brazos lleven una vida activa ellos mismos, ya que participar de la vida es una necesidad infantil. Si bien cada tanto uno no puede ceder a la tentación de llenar al bebé con besos, los bebés están programados para observarte a ti y tu vida activa, y se sienten confundidos y frustrados cuando pasas el tiempo observándolo a él y a su vida. Un bebé que está ocupado en reconocer cómo es la vida, cae en confusión cuando se le pide que tome decisiones y guíe la vida de sus cuidadores.

La segunda gran función de la experiencia de ser llevado en brazos ha sido aparentemente pasado por alto (también por mí, hasta mediados de los años 60s). El hecho de ser llevados en brazos le da la posibilidad a los bebés de descargar el exceso de energía de sus cuerpos, hasta tanto sean capaces de hacerlo por sí mismos. En los meses previos a la edad en que pueden movilizarse por su cuenta, los bebés acumulan energía que toman a través de la alimentación y de la luz solar. Por eso los bebés necesitan tener constante contacto con el campo energético de una persona activa que pueda descargar la energía sobrante de

El camino al cambio

El orden es el siguiente: primero hacemos el trabajo de descubrimiento, revisando las experiencias que son responsables de las convicciones internas; rastreamos y hallamos los hechos, y volvemos a interpretar y valorar las experiencias descubiertas. Luego nos comportamos como abogados, revisamos experiencias pasadas y actuales sobre modelos de convicciones irreales, y reunimos evidencias para determinar cuáles son verdaderas y cuáles no. Construimos un caso tan fuerte y convincente, que a través de él superamos a las antiguas convicciones que están alojadas en el inconsciente.

Las distorsiones que generan malestar en las personas pueden solucionarse a través del reemplazo de convicciones erróneas por otras correctas. Entonces la persona vivencia un gran cambio en su calidad de vida, una verdadera transformación.

Nunca se sabe de entrada, en qué punto va a ocurrir esa transformación. Pero cuando ocurre, se trata de cambios en los sentimientos, no sólo en los pensamientos. Los sentimientos son corporales, de modo que los cambios en el cuerpo se sienten. Frecuentemente ocurre que una persona comienza a vestirse de otro modo, se mueve de otro modo y realiza nuevas actividades.

Una mujer que fue a verme en Londres me contó de un cambio dramático antes de que yo hubiera aprendido a esperar este tipo de procedimientos. Había nacido en un país asiático en el que existía la costumbre de despreciar a las mujeres que tenían hijos. Luego de que su madre había estado casada desde hacia 6 años, sin tener hijos, finalmente se embarazó y eso la había puesto muy feliz. Por ello mi cliente fue recibida con enorme entusiasmo y consideración. También se valoraba más tener hijos varones que mujeres. Cuando su madre tuvo un hijo varón 3 años después, la niña fue prácticamente olvidada. En los siguientes años luchó permanentemente con su hermano, intentó controlarlo, hizo esfuerzos por mantener su lugar como primera hija, y siempre estaba alerta por miedo a que el la pudiera expulsar. Más tarde, en Inglaterra, como mujer de negocios de edad media, trabajó duramente y construyó un negocio floreciente, pero se sentía poco estimada e incomprendida por parte de sus empleados, la mayoría varones.

es, unos padres tranquilos, equilibrados que lo cuiden hasta que él mismo esté en condiciones de cuidarse a sí mismo, unos padres de los cuales pueda ir alejándose en dirección a la independencia con total confianza. Infelizmente, el portador de tales convicciones inconscientes ni siquiera se dará cuenta de que ahora el niño es un adulto mayor de edad que puede ir a comprarse solo su helado. Esta comprensión logra acercarse bastante a la liberación.

Las convicciones se configuran en el alma del bebé a través de las palabras de los padres, sobre todo de aquellas que son dichas como verdades absolutas, y no como opiniones. Las repeticiones fortalecen este efecto.

La madre de uno de mis clientes tenía la costumbre de decirle a sus hermanos "ustedes se van a arrepentir de haberlo molestado; cuando sea grande va a ser más fuerte que ustedes y van a ver lo que el les va a hacer a ustedes". Luego de nuestro trabajo conjunto, mi cliente escribió "Yo siempre le estaba muy agradecido a mi madre por estas "intervenciones". Pero a través del trabajo con Jean me quedó clara una verdad incómoda... mi madre nos daba mensajes destructivos. Mis hermanas aprendieron que cuando ellas fueran grandes, los hombres iban a ser desconsiderados por ellas en sus vidas, y yo aprendí que cuando fuera grande iba a ser desconsiderado en relación con las mujeres. Y ahora veo, que esto se hizo realidad. Este mecanismo sutil y escondido vuelve a aparecer una y otra vez en todas mis relaciones afectivas."

"Fue duro mirar de frente a esta ilusión, a la cual una parte temerosa y esperanzada de mí se había aferrado y abandonarla: que mis padres tenían razón. Sin embargo, hicieron falta unas pocas entrevistas más en que pude redefinir seriamente las cosas, a partir de hacer consciente las convicciones inconscientes y examinar el contenido de verdad que éstas tenían para mí como adulto, hasta que comencé a notar el efecto casi secreto de nuestro trabajo. Un efecto en oleadas que provenía de mi interior más profundo, comenzó a influir en muchos ámbitos diferentes de mi paisaje emocional."

"Es difícil, si es que no imposible, poner en palabras modificaciones tan profundas. Sencillamente me empecé a sentir bien en mi propia piel. Por primera vez en mi vida me sentí a la altura de las circunstancias, con la misma dignidad que aquel desconocido en la vereda, con iguales derechos que la persona con la cual estaba en pareja. Este sentimiento nunca antes lo había sentido, pero me quedó claro que como ser humano había estado equipado con este sentimiento desde mucho antes de que me fuera quitado."

ambos. Esto explica por qué los bebés yaquanas se encontraban tan peculiarmente relajados: no pateaban, no se arqueaban ni se agarraban para liberarse de la acumulación desagradable de energía.

Para posibilitarle al bebé una experiencia óptima de ser llevado en brazos, debemos ser capaces de descargar de modo eficiente nuestro propio campo energético. Uno puede tranquilizar rápidamente a un bebé irritado nombrándolo, saltando, bailando con él o haciendo lo que sea para lograr descargarlo de su propia energía sobrante. Una madre o un padre que súbitamente deban salir a conseguir algo, no necesitan decir "acá, tomá el bebé que tengo que salir a comprar algo". Quien sale a comprar simplemente puede llevar al bebé consigo. Cuanta más actividad, mejor, para que fluya la energía. Tanto los bebés como los adultos se hallan bajo tensión cuando la circulación de energía de sus músculos está impedida. Un bebé lleno de energía no liberada solicita actividad para descargarla: un galope a través del comedor o hamacarlo por las manos o los pies. El campo energético del bebé aprovechará inmediatamente la capacidad de descarga energética del adulto. Los bebés no son tan frágiles como para que se haga necesario tocarlos con guantes de seda. En realidad un bebé que es tratado de este modo durante esta fase formativa (como si fuera frágil), se convence de que lo es, y pierde confianza en su propio cuerpo. Que conseguimos entonces? Perjudicamos a nuestra descendencia.

Los padres pueden lograr sin dificultades ser expertos en comprender el flujo energético que se requiere. Mientras tanto, pueden encontrar caminos para ayudar al bebé a adquirir el estado muscular relajado característico del ancestral estado de bienestar, y darle algo de calma y tranquilidad que necesita un niño para sentirse en casa consigo mismo y bien recibido en este mundo.

De regreso de Bali
Una conversación con Jean Liedloff
Traducido del alemán por A. Marcus

El la primavera de 1992, Jean Liedloff visitó la isla de Bali, en Indonesia. Candyce Cameron la entrevistó.

CC: ¿Por qué elegiste Bali para observar la conducta del “continuum”?

JL: Yo había pasado allí un mes, en 1979, que fue el Año Internacional de la Infancia, si es que alguien aún lo llegara a recordar. Se realizó una conferencia en Melbourne, Australia, acerca de este tema, a la cual había sido invitada como expositora. Como vivía en Inglaterra –al otro extremo del mundo- me dieron un boleto de primera clase en avión para viajar alrededor del planeta. Me tomé entonces un par de meses libres, luego de la conferencia, y pasé un mes en paz en Bali, así como un tiempo en la India, Grecia y Tailandia.

CC: ¿Qué te llevó a regresar a Bali?

JL: Había oído decir a alguna gente que había estado allí que las personas en Bali eran muy “continuum”, y quería saber si eso era cierto. Y efectivamente lo es. En ese entonces se me ocurrió proponer a la Comisión Directiva del Instituto de Ciencias Noéticas dar una conferencia sobre el concepto del continuum en Bali. El objetivo era que, junto a la posibilidad de discusión teórica, se tuviera la posibilidad de salir del edificio y visitar un lugar en donde se pudiera ver el concepto del continuum vivencialmente, es decir vivirlo en los pueblos e incluso en algunos negocios. Se lo ve en todas partes –personas cuyo tono muscular está relajado, que sonrían sin esfuerzo cuando uno los mira- son adultos que han sido bien tratados, que se respetan a sí mismos y entre sí, y que hablan a sus hijos con el mismo respeto.

CC: Una de las cosas que hace la gente luego de haber leído “En busca de la felicidad perdida”, es buscar caminos para alcanzar en su propia cultura la validez del continuum. Tanto los yequana como los balineses tienen unas creencias, unas costumbres y unos comportamientos que les dan a conocer a sus miembros de dónde vienen y a dónde van.

JL: Si, eso es así. Y no intentan adoptar sus sentimientos a una cultura que no les corresponde. Por ejemplo, existe la costumbre en Bali de no permitir que un bebé toque jamás el suelo con sus pies durante los primeros 6 meses de vida. De

Otro cliente, cuyo padre tenía la costumbre de señalar en toda oportunidad las flaquezas de su hijo, tenía unos recuerdos parecidos. El hecho había durado sólo unos segundos, pero era lo único que podía recordar de todo su quinto año de vida. Estaba con su padre en un partido de fútbol, ambos parados al borde del campo de juego, cuando un policía se acercó y le dijo al padre “Ud. debería saber que no puede permanecer acá; aléjese de este borde!”. El padre se retiró del borde con mirada culpable. En ese momento su autoridad incuestionable cayó. Por lo tanto, el padre podía no tener razón, y podía ser retado, por lo que posiblemente podía también equivocarse con su hijo. Para mi cliente, este recuerdo no era ni bueno ni malo, sólo era una imagen. Sin embargo, era una imagen que permaneció medio siglo, un destello de esperanza, de que ese niño finalmente no era tan malo. Y nos hablaba de lo dolorosos que fueron sus recuerdos olvidados.

Hubo tiempos en que el trabajo de develar tomaba otras direcciones. Algunos clientes me contaban por ejemplo lo contentos que estaba de haber tenido una madre que “sólo vivía para nosotros”, “me adoraba”, “amaba tenerme de punta en blanco” o “cocinaba todo lo que yo quería”. Otros decían “mi padre siempre tuvo solamente expectativas positivas respecto a mí; él decía que yo iba a ser un médico famoso y tendría todas las cosas fantásticas que el nunca tuvo”, o “mi padre me llevaba a todas partes, a los partidos de baseball, al rodeo, a donde yo quisiera” o “mi padre siempre dice que nosotros somos amigos, y cuando fui creciendo me contaba todo aquello que lo preocupaba, cosas sobre las que nunca hubiera podido conversar con mi madre”. La convicción consciente era “yo tengo suerte”, mientras que la convicción inconsciente era “mi tareas es sostener afectivamente a mis padres, en lo cual siempre fracasé, independientemente de mis esfuerzos por cumplir con sus necesidades”.

El exceso de atención que los padres dedican a sus hijos con la finalidad de llenar un vacío en sus propias necesidades infantiles insatisfechas podría ser visto como una apropiación del amor y no como una entrega amorosa. El niño no puede decir lo que necesita, tampoco se lo puede decir a sí mismo; aunque sus padres le dediquen atención, esto no cambia en nada su necesidad. Crece insatisfecho, la mayoría de las veces ansioso por la convivencia insatisfactoria de sus padres, y preocupado por darle a sus padres todo aquello que necesitan, para que algún día y de algún modo sean finalmente capaces de darle al hijo lo que éste necesita. En realidad el niño necesita a alguien que lo respete tal cual

Las personas necesitan sentirse tenidas en cuenta y bienvenidas, y no deberían cargar con sentimientos de culpa o de ira por su propia existencia

El descubrimiento de las convicciones nocivas

El revelar el tipo de convicciones sinsentido y de sus orígenes fue un paso importante para liberarse de ellos. Mis pacientes y yo comenzamos a bucear en algún recuerdo temprano; cualquier recuerdo. Algunos eran bellos, otros, traumáticos. Pasado un tiempo, comencé a ver que todos los eventos que fueron recordados por mis clientes tenían algo en común que los hacía resaltar por encima de la gran cantidad de experiencias infantiles impactantes. El hecho recordado siempre era un caso excepcional, mientras el caso normal era desagradable. Frecuentemente se trataba de un hecho que se recordaba como infeliz o como una gran injusticia sufrida a manos de uno de los habituales jueces (en la mayoría de los casos uno de los genitores, pero a veces también un maestro u otra persona con autoridad, que tenía el poder de convencer al niño de su inferioridad).

Una paciente que estaba totalmente convencida de su absoluta inferioridad, recordó que a los 7 años había participado de un concurso de dibujos en el club de sus padres, y había ganado el primer premio: un cenicero. Se había sentido engañada y traicionada por sus padres y los amigos de ellos. Indignada describió lo injusto que era que se le dijera que era la mejor y se le diera entonces un premio que de ninguna manera podía gustarle o serle útil. Supuse que cuidó todos estos años este recuerdo mucho más que otros recuerdos, porque las figuras de autoridad paternas se habían mostrado excepcionalmente inadecuadas. Le habían dado un regalo totalmente inadecuado para un niño. La seguridad de la paciente respecto a la falibilidad de sus padres le generó la esperanza de que también se pudieran equivocar respecto a ella. De este modo, su propio sentimiento de estar equivocada –que había tomado a partir de la autoridad parental- fue menor. El peso opresivo de la duda acerca de su propio valor la llevó a aferrarse a favor de esta pequeña y valiosa prueba.

este modo han transformado el saber instintivo de que no deben dejar a los bebés en una norma social. A pesar de que no es mi intención subrayarlo especialmente, para mí fue interesante ver que los balineses a veces recuestan a sus bebés cuando ellos duermen –algo de lo que yo siempre digo “no lo hagas”, en base al hecho de que el bebé necesita descargar la energía. Pero sus bebés parecen sentirse tan bien como los bebés yequanas, cuyos cuidadores los llevan todo el tiempo en brazos mientras realizan sus actividades, y mediante esta continua actividad permiten la descarga de su propio campo energético y el de sus bebés.

Aparentemente les es posible descargar suficientemente el campo energético de sus bebés en otros momentos y también por el hecho de que duermen junto al bebé.

Es importante saber que –a pesar de que cada tanto recuesta al bebé- ellos siempre están cerca como para escucharlos. En el momento en que el bebé despierta o emite algún sonido, responden inmediatamente. Yo decía “no lo hagas” porque pensaba que no debía someterse al bebé a una situación de excepción. Pero ellos simplemente esperan que el bebé despierte y dé una señal, e inmediatamente se acercan y lo toman en sus brazos. Mi impresión es que esto ocurre excepcionalmente y que debemos ser muy cuidadosos, es decir, debemos evitar apartar a un bebé no del todo relajado del contacto con nuestros cuerpos. CC: De modo que los niños aprendan precozmente que tienen el poder de lograr que sus necesidades sean satisfechas.

JL: Correcto, que tienen la fuerza (*de seducción*) suficiente para obtener una respuesta. Y en cambio se los deja llorar y llorar, y los adultos se enojan con ellos por eso, o no se acercan, el niño deja de creer en la capacidad de llamar la atención. El niño siente “da lo mismo lo que haga: no soy suficientemente merecedor de amor”. “Está mal que extrañe a mi mamá” o “no soy suficientemente importante”. El punto decisivo es que en el preciso momento en que el niño despierta, sea levantado en brazos y pueda así sentir su propia fuerza.

CC: ¿Descubriste en Bali algo acerca de los espacios intergenésicos o las costumbres de amamantamiento?

JL: Hay algo interesante en relación al amamantamiento y su suspensión con lo que no había contado: cuando desean dejar de amamantar a un hijo de 2 o 3 años porque están embarazadas, colocan un jugo de gusto desagradable sobre el pezón. Intenté reflexionar sobre ello, porque suena tan agresivo –como algo

desagradable que se le hace al niño. Pero tal vez ocurra que el niño rechaza el pezón que tiene mal gusto, y no es que la madre rechace al hijo (cosa que lo haría sentir desvalorizado).

CC: ¿Tenías algún otro objetivo en Bali, siendo que ya conocías culturas “continuum”?

JL: Quería mostrarle a otras personas lo que había observado, por lo que llevé conmigo una videocámara para que nuestros miembros y otros interesados pudieran verlo. Por ejemplo si digo que el tono muscular del bebé debe ser blando y tratás de imaginarlo pero en realidad no sabés de qué te hablo, si lo podés ver en imágenes, todo se aclara. Los últimos días de permanencia en Bali alquilé una moto con chofer y fuimos al campo.

CC: ¿También observaste conductas “continuum” en las ciudades?

JL: Si, pero quería estar en lugares donde no hubiera turistas, para sentir mejor cómo es la vida balinense. La ciudad Ubud estaba llena de turistas, comercios y restaurants.

CC: Me refería a si observaste más conductas “occidentales” en las ciudades de Bali que en el campo.

JL: Si, pero no tanto. Los adultos y los niños aún son “continuum”. Por ejemplo, el día en que iniciamos el viaje, Dewa, un conocido de Ubud, me ofreció amablemente llevarme a su aldea. Tal como lo haría un niño yequana con total naturalidad, el hijo de Dewa, de 5 años, se sentó detrás de su padre en la moto. Yo viajaba con mi propio chofer, y los seguimos al campo para encontramos con su familia. Cuando al regreso descansamos un rato para almorzar, el niño de 5 años se sentó en la falda de su padre, frente a mi, y allí reinaba una paz total. Uno puede imaginarse a un niño de 5 años en la falda, en nuestra cultura, y escuchar a cada rato “quiero esto” y “no quiero aquello”, y ver la tensión habitual entre el niño y su padre, que dice “no, eso no lo tocás. No lo toques. Terminá de comer. Quedate quieto”.

CC: Era el niño quien decidía lo que quería comer?

JL: No. Dewa pidió un plato que eligió de la carta. El niño recibió un tenedor y comió del plato del padre. No se ocupó de pensar qué quería. No había allí ninguna consulta o pregunta, solamente satisfacción, relax, seguridad y confianza de ambos lados.

CC: Resulta interesante que a esa edad y con ese tamaño le fuera permitido sentarse en la falda de su padre. Pensé que en una cultura continuum un niño

terapéutico, que éste fuera el camino de la naturaleza para sanar la psiquis herida. Luego de uno o dos años que me dediqué en mi consultorio londinense a esta técnica, llegué a la conclusión de que este método podía resultar bueno para desactivar (o desahogar) pero que la persona sólo en raras ocasiones lograba modificar su vida. Desesperanzada me preguntaba si acaso era realmente posible reponerse de los daños sufridos en la infancia.

Luego de una pausa durante la cual no trabajé en consultas, reabrí mi consultorio y poco después tenía la agenda completa. En aquella época descubrí algo notable en los adultos normales neuróticos: no se trataba de una diversidad de “problemas” sino siempre de la misma dificultad. Pese a que los detalles y los impactos del daño fueran diferentes, la enfermedad siempre era la misma. Se mostraba como un sentimiento profundamente arraigado de ser inadecuado, de no ser suficientemente bueno, merecedor de amor, de defraudar a los demás, de ser incapaz, insignificante, indigno, inaccesible, malo, errado o de algún otro modelo “incorrecto”. Y este sentimiento de inferioridad casi siempre se generaba precozmente en el desarrollo, a partir de personas con autoridad parental, y generaba una potente convicción inconsciente que resultaba definitiva para nuestra visión de nosotros mismos y de nuestra relación con otros.

Luego de comprender esto, busqué palabras que describieran cómo deberían sentirse las personas para vivir bien, sentirse como en casa en su propia piel, y para relacionarse adecuadamente con otros. Pensé en los yequana, y llegué así a las palabras “dignos” y “bienvenidos”. Las personas necesitan sentirse honradas y bienvenidas, y no deberían cargar con odio, culpa o sentirse marchitos sólo por el hecho de existir.

La conducta de mis clientes mostraba claramente la íntima convicción de no ser valiosos o bienvenidos o ambas cosas. Y sus experiencias en la vida reflejaban un montón de expectativas negativas, que surgían de esta convicción inconsciente. Cuando un bebé ha sido dejado solo en su cunita para dormir en los primeros meses de vida, cuando ha gritado tan fuerte como ha podido, pateando con sus brazos y piernas y a pesar de todo no logra movilizar a nadie para su ayuda, entonces va a desarrollar indefectiblemente convicciones tales como “nada que esté en mis posibilidades puede llevar a nadie a hacer algo; la gente que amo no me quiere; debe ser un error mío pretender una respuesta; no debo pretender que mi madre me tome en brazos” o “debiera avergonzarme de mis necesidades”.

En mi libro "En busca de la felicidad perdida", que escribí en Inglaterra luego de esa quinta expedición, pude señalar los caminos que pueden evitar en gran medida esta alienación. Inspirada por el modo en que los indígenas tratan a sus hijos, abogué por el contacto corporal permanente, hasta que los pequeños comienzan a gatear, así como por el colecho hasta que salen de la cama de sus padres por propia voluntad. Defendí el cumplimiento de sus expectativas innatas, el hecho de que no estuvieran excesivamente protegidos y el respeto y la confianza hacia sus personalidades en desarrollo.

Y entonces sobrevino la pregunta inevitable: ¿cómo nos va a nosotros? ¿cómo puede ayudar esta nueva comprensión de la naturaleza humana a los adultos que sufren por haber sido criados de la manera "normal"?

Aquí no podía referirme al ejemplo de los yequana, ya que entre ellos no había neuróticos que requirieran ayuda. Y por eso busqué un camino para aplicar el concepto de continuum a los malestares de los adultos. Primero me concentré en buscar el modo de proveer a los adultos de las experiencias decisivas de las edades de lactancia e infancia, retrospectivamente, es decir el trato positivo que ellos se perdieron. Esto demostró ser poco práctico, ser complicado y laborioso. Luego me concentré en las experiencias tempranas negativas y traumáticas que lamentablemente no se les habían escapado de sus memorias.

Durante un trabajo conjunto con el fallecido Dr. Frank Lake en Nottingham, aprendí técnicas primales (terapia de renacimiento) para lograr desactivar, que le permiten a las personas liberar sus primeros traumas, el proceso de nacimiento e incluso experiencias prenatales mediante una técnica respiratoria especial. Los adultos lloraban y lloriqueaban y rodaban por el piso, frecuentemente en un regazo materno hecho de almohadones, sostenidos por otros. Recuerdos, imágenes y retazos de experiencias tempranas dolorosas aparecían frecuentemente. Y cuando estos sufrimientos de personas "normales" cuyo origen había sido un "parto normal" eran expresados, ocurría lo mismo con los orígenes de sus miedos y puntos de vista irreales actuales, así como con sus conductas antisociales y autoagresivas. Quedó claro que el daño inconmensurable que hasta los más amorosos y dedicados padres de la cultura occidental generan, apoyados por la mayoría de bienintencionados "expertos", son consecuencia de un antiguo y profundo malentendido de la naturaleza humana, sobre todo en lo que respecta a nuestra postura frente a los niños.

Durante un tiempo esperé que el revivir experiencias tempranas tuviera efecto

de esta edad sería más independiente de sus padres.

JL: El se mostraba muy seguro de sí mismo, pero se sentía muy bien en las rodillas de su padre, casi como si se tratara de un solo cuerpo. Primero uno tomaba un bocado, luego el otro. Simplemente no había allí conflicto alguno. Había allí una sensación de bienvenida, una total aceptación del hecho de formar parte del mismo equipo, de tener los mismos intereses. Había allí total tranquilidad y confort. Ninguno trataba de demostrarle nada al otro, ningún conflicto por el control.

CC: ¿Has observado a chicos de otras edades?

JL: Cuando estábamos recorriendo con Dewa, nos encontramos con la familia de un ebanista. Había un bebé de 18 meses, con la cabeza recién rapada. Cada tantos meses tienen ceremonias y le pelan la cabeza como parte del ritual. Por ejemplo a los 6 meses el ritual de "tocar el suelo". Ambos padres estaban tallando figuras de cerdos. Estaban sentados en el piso en un asombroso estado de tranquilidad corporal, dialogaban poco, la madre de un lado, el padre del otro, el niño al medio. El niño tenía un martillo, una masa y un pequeño pedazo de madera. ¡Un verdadero martillo y una masa real! Tomé la cámara y esperé a que ocurriera algo. De vez en cuando el niño pegaba con el martillo sobre la masa o jugaba con el. Se trataba del trabajo de su familia y él era parte de esa actividad. No estaba excluido. Nadie lo forzaba a que ayudara, pero -así como los yequana- saben que los niños siempre quieren participar de lo que está ocurriendo. El tenía una herramienta, y siempre que deseaba colaborar con el trabajo lo podía hacer como quisiera.

Una vez el niño se incorporó y el padre le dijo lo que debía hacer, probablemente debido a mi presencia, y el niño obedeció sin señas de conflicto. En determinado momento el niño quería tomar el pecho, de modo que fue hacia su madre. Ella dejó las herramientas y lo amamantó. El niño se quedó un rato remoloneando en la falda de la madre y luego quiso volver a tomar pecho. No había allí conflicto alguno. Luego dio señas de querer orinar. No tenía puestos pañales. Los padres le indicaron que fuera al borde del piso, donde no había pared, y el niño fue con total naturalidad, orinó fuera del borde y regresó. Esa indicación "andá allí" carecía de enojo o de castigo, y tampoco era permisiva. Era el tercer camino: el darle información al niño acerca de cómo hacerlo, ya que esa es la información que desea conocer un ser social. Debemos aprender a creer en la motivación interna de los niños para comportarse especialmente y

mostrarle a ellos nuestras expectativas en el sentido de que las cosas son así. Todo tiene un efecto integral. Lo que hemos perdido es la creencia de que un niño es por naturaleza un ser social.

CC: Al tener la expectativa de que el niño se va a comportar de un modo no social, el niño cumple esa expectativa.

JL: Correcto. Nosotros iniciamos ese juego y ellos, irónicamente, lo juegan, porque son seres sociales.

CC: Y eso es lo contradictorio: incluso aquellos que comienzan a vivir según el continuum, y llevan a sus hijos en brazos, etc., siguen viviendo en una cultura que cree que los niños no son –por naturaleza– seres sociales.

JL: Por eso, en mi próximo libro pondré el acento en la “no enemistad” de las relaciones, lo cual no sólo incluye llevar a los lactantes en brazos, sino toda la filosofía y el posicionamiento en las condiciones de las pulsiones sociales innatas. La idea de que esta criatura es un ser social por naturaleza, debe ser una condición previa, y debemos internalizarla realmente hasta el caracu. Esa criatura tiene un comportamiento “no sociable” porque cumple tus expectativas negativas, y ese es el único modo de que los niños se vuelvan no sociables. La creencia de que los bebés y los niños pequeños están bajo nuestra autoridad es una característica de seres humanos que se desarrolló para mostrarnos positivos, los niños no tienen otra alternativa. No importa cuán locos nos mostramos: ellos toman para sí nuestras cosmovisiones.

CC: Algunos padres actúan según la premisa “ante la duda apoyo al acusado” frente a sus bebés, pero cuando el bebé se transforma en niño, aproximadamente al año de vida, y desarrolla su propia voluntad, comienzan a dudar de sus objetivos.

JL: Aún existen médicos que nos conducen a este camino dañino. En una entrevista con el DR. Spock, hace no mucho tiempo, alguien preguntó si tomar a un bebé en brazos cuando llora es malcriarlo. Para mi alegría comenzó: “Oh, no, no es posible malcriar a un bebé levantándolo frecuentemente o reaccionando a sus llamadas”, pero luego dijo “no Hasta los 3 meses de vida”. Y siguió diciendo que a los 3 meses de vida le debe quedar claro al bebé “quién es el jefe”, caso contrario el bebé se transformará en un tirano. Realmente usó la palabra “tirano”. Y estaba hablando de un bebé de 3 meses.

CC: Lo más grave de eso es que así comienza un círculo infernal: los padres imponen su voluntad al niño, o rechazan al niño; el niño reacciona del mismo

Neuróticos normales, como nosotros

Por Jean Liedloff

Cuando me preguntan qué tipo de personas me buscan en mi consultorio privado, a veces respondo “neuróticos normales como nosotros”, o “hijos adultos de padres “normales”. La mayoría de las personas entonces sonrían con tristeza y saben exactamente de qué hablo.

Nunca me había propuesto hacer lo que hoy estoy haciendo, ni he aprendido sobre estas cosas en la escuela. Se fue dando a partir del interés por lo que yo veo como un cuadro patológico ampliamente extendido, como una tragedia, que a todos nos impacta de algún modo en nuestra sociedad occidental.

Nuestra gran enfermedad occidental

Toda esta historia comenzó cuando estuve por primera vez en Europa, y fui invitada a participar de una expedición italiana a la selva sudamericana. Ellos querían buscar diamantes, pero a mi cualquier pretexto me venía bien. La historia de Tarzán de Edgar Rice Burrough, o la “Villa Verde” de W. H. Hudson, es más, ya la simple palabra “selva”, me provocaba una seducción romántica. Y así acepté el trabajo de reportera de la expedición sin necesidad de que me tuvieran que convencer.

Durante los cinco meses y medio de privaciones y aventuras, desarrollé un gran respeto por la selva, y tuve la intuición de que la vida de los indígenas de la edad de piedra nos podían decir algo acerca de nuestra naturaleza humana – algo esencial que evidentemente hemos malentendido.

Recién después de otras tres expediciones a una región poco explorada más al oeste, pude reconocer la verdad. Vivir y viajar con los yequana y los sanema me mostró una y otra vez las evidencias con claridad, hasta que terminé comprendiendo. Luego de la cuarta expedición, de regreso a Nueva York, pude finalmente hacer algo más que simplemente cuestionar nuestros puntos de vista occidentales, preguntar qué somos, qué es bueno para nosotros. Luego de otra expedición me quedó claro –con total seguridad– de que tratamos mal a los bebés y los niños, y que esta conducta, junto con otras costumbres antinaturales, provocan la tan extendida alienación, las neurosis y la infelicidad.

malentendidos antiguos y el poder de la costumbre en esta familia. Hoy, ella y su marido, así como muchos otros pacientes que llevan la carga de dificultades parecidas, se han convencido felizmente a través de su propia experiencia de que los niños, lejos de ser rebeldes son seres por naturaleza sumamente sociables. Cuando los niños perciben la expectativa de sus padres en su conducta sociable, cumplen con la misma; al mismo tiempo la experiencia de los padres con la conducta sociable de sus hijos refuerza esa expectativa. Así es como funciona.

En una carta agradecida, el marido de mi paciente escribió acerca de ella, de sí mismo y de su hijo: *"hemos crecido en conjunto de un modo asombroso; hemos aprendido juntos amándonos. Nuestra relación se sigue desarrollando en una dirección ilimitadamente positiva y amorosa"*.

Jean Liedloff, 1991.

Aparecido en Mothering Magazine, bajo el título original de *"de quién es el control?"*, traducido al alemán por Claudia Freyer, y del alemán al castellano por Adriana Marcus.

modo; y los padres interpretan la reacción como si el niño fuera un tirano.

JL: Exactamente. Se trata de una profecía autocumplida. La tragedia fundamental para nuestra sociedad es que el niño crece en la creencia de ser malo y que debe ocultar o esconder esta maldad, para arreglárselas mejor. Pero cuando uno tiene permanentemente la sensación de ser malo, las 24 horas del día a lo largo de 20 o 30 años, probablemente terminará alcoholizándose o drogándose para aplacar ese sentimiento. El resto del tiempo uno intenta conservar un aspecto correcto. En la vida algunas veces las cosas van bien, otras mal, y si algo sale mal uno piensa "es mi culpa y error, esa es la verdad". O si las cosas andan bien uno piensa "tuve suerte". Lo que ocurre es que las personas que tienen una opinión negativa de sí mismas, terminan siendo hostiles con otros. Las personas que no se gustan a sí mismas se vuelven poco sociables. Por eso tenemos una población poco sociable. Tenemos seres humanos en casas y oficinas, granjas y fábricas, con diferentes grados de opiniones desfavorables sobre sí mismos. Todos saben que al observar casos extremos como los asesinos seriales o francotiradores escolares hallamos vivencias infantiles trágicas. Pero de algún modo logramos protegernos de ellos y ni siquiera tener un poco de compasión con ellos. Deberíamos pedirles disculpas de rodillas por todo aquello dañino que se les ha hecho.

CC: Volviendo a tu vida... ¿has realizado otras observaciones dignas de ser relatadas?

JL: Filmé una escena con Ayu, una niña de 5 años que conversa con su padre Made en un comedor, en el que su madre trabaja de cocinera. Ella está embarazada de 9 meses, cocina desde las 10 de la mañana hasta las 10 de la noche los 7 días de la semana. Se la veía tranquila, relajada, no se quejaba, ni siquiera por el terrible calor. Made tomaba sus pedidos y luego los llevaba a los comensales. Ayu pasaba la mayor parte de tiempo sentada en un banco, conversando con su padre. Charlaban y se reían, manteniendo casi permanentemente contacto visual. La relación siempre era respetuosa y relajada.

CC: NO usan esa lengua infantil degradante como la usamos nosotros en nuestra sociedad tan frecuentemente al dirigimos a los niños?

JL: No. Ellos encontraron muchas cosas de las cuales reírse juntos, sin que él padre le hubiera hablado o se hubiera conducido con ella ni una sola vez como si fuera un niño. Lo encontré tan asombroso, que le propuse juntarnos al día siguiente en el puesto de trabajo del padre, una pensión para turistas. Por la

mañana estábamos sentados a la mesa, Ayu al lado de su madre. Luego de comer hubo clases. Putu, la madre, le enseñaba a leer y escribir a su hija, nuevamente en total armonía. No había conflicto –pese a que ella le estaba dando clases (cosa que yo rechazo bastante). Ayu estaba evidentemente acostumbrada a cooperar con su madre. Ella nunca había experimentado a una madre que le hiciera sentir que era su enemigo o contra quien tuviera que rebelarse. A veces Ayu se mostraba cansada y recostaba su cabeza sobre la mesa, pero luego rápidamente volvía a estar despabilada. Cuando conversaban, sus voces sonaban consonantes, relajadas, confiadas, con la sensación mutua de que la otra persona estaría “de su lado”. Nunca había allí la pregunta “¿si hago algo mal se pondrá en contra mío”?

Luego Putu se fue y Ayu tuvo una larga conversación con su padre. Daba gusto ver esto. Simplemente hablaban sobre un montón de cosas que les interesaban por que les causaban gracia, reían e intercambiaban opiniones, mientras se miraban a los ojos. Comenzaron un juego de jinetes, como nunca lo había visto entre los yequana. Ella saltó sobre sus hombros y él jugaba a resistirse, pero nunca dió la sensación de que pudieran descontrolarse o que hubiera miedo, nerviosismo o desesperación. No había allí una lucha como la vivimos tan frecuentemente en nuestro mundo.

CC: ¿Tenés todo esto en tu video?

JL: Si. Cada fascinante minuto

Del texto original “Back from Bali: a conversation with Jean Liedloff” traducido del alemán por A M.

de hallar el punto en el que los padres se encuentren seguros. Así puede aclarar su confusión acerca de quién lleva el rol de guía. El niño probablemente seguirá dibujando en la pared, luego de que la madre le haya pedido dejar de hacerlo con un tono de pedido de disculpas que le muestra que ella no cree que le vaya a obedecer. Cuando finalmente ella le quita los lápices con señales claras de que ella teme su enojo, el niño cumplirá con esa expectativa y tendrá una rabieta –lo cual es lógico, por tratarse de una criatura social. Si ella malinterpreta su enojo y se esfuerza intensamente por descubrir qué es lo que el niño desea, le pide, le explica, lo busca calmar desesperadamente, el niño se siente impulsado a plantear exigencias aún más inaceptables y desvergonzadas. El niño debe seguir con esta actitud, hasta lograr que la madre tome la conducción y pueda sentir que el orden ha sido restablecido. Aún no ha logrado contar con un modelo de persona con autoridad confiable, tranquilo y seguro de si mismo, ya que la madre se ha movido del punto en que perdió su paciencia al punto en que las dudas y la culpa vuelven a carcomer sus capacidades. A pesar de ello, el niño encontrará una cierta tranquilidad, insuficiente, al saber que luego del estallido pudo liberarse del rol conductor y de la sensación de pánico que le provocaba tener que ser él quien supiera lo que su madre debía hacer.

En resumen, cuando el niño se ve obligado a controlar la conducta de los adultos, esto no ocurre porque el niño desee tener éxito, sino porque necesita tener la seguridad de que el adulto sabe lo que hace. Además el niño no puede resistir la tentación de testear una y otra vez hasta lograr que el adulto se sienta seguro, porque el niño necesita sentir esa seguridad. Ni en sueños se le ocurriría a un niño tomar la iniciativa que le corresponde a un adulto, salvo que se espere del niño una conducta de este tipo –no deseada, sino esperada– Cuando el niño siente que tomó en control, se confunde, atemoriza y debe ir hasta el límite, para obligar al adulto a retomar la conducción, como corresponde.

En cuanto esto es comprendido, el miedo de los padres respecto a la posibilidad de “obligar al niño”, ellos reconocen que no hay motivos para enemistades. En la medida en que tomen la conducción, cumplen con las necesidades de sus amados niños en lugar de actuar en contradicción con sus necesidades.

Mi paciente de la costa necesitó una a dos semanas para reconocer los primeros resultados de su nueva conducta. Luego atravesó un tiempo de transición algo escabroso, en el camino a una convivencia armoniosa, dados los

Escucho muchas historias parecidas de pacientes de Estados Unidos, Canadá, Alemania e Inglaterra, por lo que me parece que este problema está ampliamente difundido entre los padres más educados y bienintencionados de las sociedades occidentales. Estos adultos se las tienen que ver con hijos que aparentemente mantienen a sus padres bajo control, y desean que todos sus caprichos sean satisfechos. Para complicar más aun las cosas, muchas personas creen que este fenómeno es una demostración de que nuestra especie es la única entre todas las criaturas que es por naturaleza poco sociable, y que por tanto requiere disciplinamiento y sociabilización a lo largo de muchos años, para lograr ser capaces de vivir o "ser buenos". Como lo demuestran los yequana, los balineses y muchas otras personas fuera de nuestra cultura, esta es una idea totalmente equivocada. Los miembros de todas las sociedades reaccionan del mismo modo a los condicionamientos de sus culturas.

El camino a la armonía

¿Qué es lo que provoca entonces esta infelicidad? ¿En qué hemos malinterpretado nuestra naturaleza humana? ¿Y qué podemos hacer para acercarnos a la armonía que los yequana gozan junto a sus niños?

Da la impresión de que muchos padres de niños pequeños exageran en dirección opuesta, en el intento de no ser irrespetuosos ni tampoco negligentes. Como mártires altruistas han colocado a sus hijos en fase de ser llevados en brazos en el centro de la atención, en lugar de ocuparse de sus actividades de adultos observando a los niños, persiguiendo e imitándolos y asistiendo según corresponde a su naturaleza. En otras palabras, como el niño pequeño desea aprender de lo que hacen las personas, espera poder prestar atención a cómo los adultos se ocupan de sus propias cuestiones. Un adulto que interrumpe sus actividades para investigar qué actividades le solicita su niño, provoca un "corto circuito de expectativas". Le provoca la sensación al niño de que el adulto no sabe cómo comportarse, que le faltara la confianza en sí mismo e incluso -aún más alarmante- que estuviera buscando una guía en el niño, un niño de 2 o 3 años, que está en manos de un adulto, en la confianza de que éste es su persona "referente" tranquila, competente y segura de sí misma.

La reacción bastante previsible de un niño pequeño frente a la inseguridad de sus padres es la de provocar mayor desequilibrio en los padres, en la búsqueda

¿Quién toma el mando?

Las consecuencias desafortunadas de hacer girar todo en torno al niño

Da la sensación de que muchos padres de niños pequeños exageran en dirección contraria en su esfuerzo por evitar ser irrespetuosos o negligentes.

Me llevó un tiempo para que mi comprensión "civilizada" encontrara el significado de lo que estaba observando. Había pasado más de dos años en la selva sudamericana, viviendo con indígenas de la edad de piedra. Pequeños niños nos acompañaban en los viajes junto a sus padres, cuando los contratábamos para guiarnos, y frecuentemente vivíamos días o semanas en los pueblos de los yequana, donde los niños jugaban todo el día sin supervisión de adultos o jóvenes. Recién a la cuarta expedición tomé conciencia de repente de que nunca había asistido a un conflicto entre niños, o entre un niño y un adulto. No solo que los niños no se pegaban entre ellos, ni siquiera peleaban o discutían. Obedecían inmediata y alegremente a sus padres, y frecuentemente llevaban bebés consigo en brazos mientras jugaban o ayudaban en las tareas.

¿Dónde había quedado la "fase de los caprichos"? ¿Dónde los ataques de rabia, la lucha para imponerse con su cabeza dura, el egoísmo, el ataque destructivo y la desatención de la propia seguridad que entre nosotros es la regla habitual? ¿Dónde estaban los retos, la disciplina, la "puesta de límites", para domar su rebeldía? ¿Dónde estaba la relación de enemistad entre padres e hijos, que nosotros consideramos sobreentendida? ¿Dónde habían quedado las recriminaciones, los castigos, mejor dicho: existían señales de complacencia?

El camino de los yequana

Entre los yequana hay un dicho que podría traducirse como "así son los muchachos", pero tiene una connotación positiva, y se refiere a la alegre energía que muestran los niños al correr, hacer bochinche, nadar en el río o jugar al Badminton-yequana, un juego no competitivo en el que todos los jugadores intentan mantener una mazorca de maíz el mayor tiempo posible en el aire, golpeándolo con la mano abierta.

Yo escuchaba muchos gritos y risas cuando los niños jugaban afuera, pero en cuanto ingresaban a sus chozas, descendían el volumen de sus voces para no perturbar la tranquilidad reinante. Nunca interrumpían las conversaciones de

los adultos. Casi no hablaban siquiera en presencia de los adultos, sino que se limitaban a escuchar y a prestar pequeños servicios como convidar comida o bebida.

Lejos de estar educados o incluso ser obligados a tener una conducta involuntariamente servil, estos pequeños ángeles están relajados y alegres. Crecen y se transforman en adultos felices, concientes de sí mismos y solidarios.

¿Cómo lo hacen? ¿Qué saben los yequana sobre la naturaleza humana que nosotros no sabemos? ¿Qué podemos hacer para conseguir relaciones armoniosas con nuestros hijos, en la primera infancia o después, cuando ya han tenido un inicio mal?

La experiencia "civilizada"

En mi práctica privada me buscan personas que desean superar efectos dañinos de visiones sobre sí mismos que se originan en sus infancias. Muchas de estas personas son padres preocupados por evitar exponer a sus hijos al mismo modo de trato alienación que habían sufrido bajo la influencia de sus bienintencionados padres. Desean saber si pueden educar a sus hijos sin sufrimiento y con felicidad.

La mayoría de los padres siguieron mi consejo y mantuvieron a sus bebés –según el ejemplo de los yequana– en constante contacto corporal, hasta que comenzaran a gatear. Algunos, sin embargo, experimentaron –asombrados y consternados– que sus hijos se volvían demandantes y rabiosos, muchas veces frente al padre más solícito. Ningún intento de dedicación y sacrificio mejoraba la conducta de los niños. Cada intento de calmarlos sólo lograba cada vez más frustración, tanto en los padres como en los niños. ¿Por qué los yequana no habían tenido esta experiencia?

La diferencia decisiva consiste en que el mundo de los yequana no gira en torno al niño. A veces besuqueaban cariñosamente a los bebés, jugaban a las escondidas o les cantaban, pero la mayor parte del tiempo la persona que lo cuidaba estaba prestando atención a otras cosas, no al bebé! También los niños que cuidaban a bebés consideraban el cuidado de un bebé como una cuestión sobreentendida –no una actividad– y pese a que los llevaban a todas partes, no les dedicaban una atención directa. De este modo los bebés yequana se hallaban en medio de actividades de las cuales irían a participar en el futuro,

mientras iban atravesando los estadios de su desarrollo desde el arrastrarse y gatear hasta el caminar y hablar. La mirada panorámica sobre las experiencias, las conductas, los ritmos y la lengua de sus vidas futuras les otorga una base rica para desarrollar su integración paulatina.

Un niño que se pierde todo el día por estar jugando, al cual se le habla continuamente o se lo admira todo el tiempo, extraña esa fase del "observador portado", que él consideraría correcta. Como es incapaz de expresar sus necesidades, debe hacerlo actuando sui displacer. Intenta obtener la atención de la persona que lo cuida, pero con la finalidad de lograr que el cuidador modifique esta experiencia insatisfactoria, y aquí está el origen de la comprensible confusión: pretende que el adulto se dedique a sus propias actividades, con confianza en sí mismo y sin estarle pidiendo a cada rato al bebé permiso como parece estarlo haciendo. En cuanto se corrige esta situación, esta conducta que busca atención (y que erróneamente interpretamos como un impulso permanente) cede. El mismo principio vale para las etapas de desarrollo posteriores a la "fase en brazos".

Recuerdo a una madre abnegada de la costa oeste, que comenzó a hacerme consultas telefónicas, cuando ya estaba al límite de sus fuerzas. Vivía en guerra con su amado hijo de 3 años, quien frecuentemente la pateaba, le pegaba, le gritaba que se callara, además de otras exteriorizaciones de odio y falta de respeto preocupantes. Ella había intentado hablarle juiciosamente, le había preguntado qué podía hacer por él. LO había chantajeado, había intentado hablar con suavidad antes de perder la paciencia y gritarle. Luego sufrió por sus sentimientos de culpa, e intentó "reparar" lo ocurrido con pedidos de disculpa, explicaciones, abrazos o atenciones especiales, para mostrarle su amor, obteniendo como respuesta de su pequeño y valioso hijo nuevas exigencias caprichosas.

A veces intentaba dejar de satisfacer sus exigencias, y se dedicaba con los labios apretados a sus propias actividades, sin hacer caso a sus llantos y protestas. Cuando ella lograba soportar esto el tiempo suficiente, y el niño deponía sus intentos de controlarla y se calmaba, él se le acercaba y la miraba con sus hermosos ojos seductores y le decía "te quiero, mamá". Eso provocaba en ella una sensación tal de agradecimiento por esta liberación momentánea de su propia y pesada culpa, que inmediatamente cedía a los pedidos de su hijo. Entonces el niño reaccionaba con reyancha, enojo y groseramente, y todo el escenario "sgarrador" empezaba de nuevo, profundizando la desesperación de la madre.