

# Cuando la fe es una herramienta

El neurólogo y psiquiatra francés, experto en resiliencia, explora en su último libro el valor de las creencias para superar traumas.



Visita. Presentó en la Feria del Libro "Psicoterapia de Dios". / Constanza Niscovolos

Convocado por la Sociedad Argentina de Psicoimmunoneuroendocrinología (SAPINE) para hablar sobre la memoria traumática, el psiquiatra Boris Cyrulnik visitó Buenos Aires. La semana pasada presentó en la Feria del Libro *Psicoterapia de Dios*, donde analiza el valor de las creencias para superar situaciones límite. De todo eso habló con Clarín.

**-En uno de sus libros, *Sálvate, la vida te espera*, usted cuenta que sobrevivió a la redada de los alemanes en el sur de Francia durante la Shoá, ¿Cómo fue esa experiencia?**

-Mis padres eran judíos polacos-ucranianos y toda mi familia desapareció en Auschwitz . Yo fui detenido por la Gestapo, la Policía francesa y la Armada alemana. La sinagoga de Burdeos fue convertida en una prisión. Logré evadirme colgándome del techo de un baño y cuando la sinagoga se vació de prisioneros, bajé y me encontré solo en la calle. Estaba una mujer que había recibido un tiro

de fusil en el vientre, moribunda. Los alemanes la recogieron y la pusieron en una camioneta; una enfermera me hace una seña y me ubica bajo el cuerpo de la moribunda, en la camioneta. De 1.700 personas detenidas sobrevivimos la mujer moribunda y yo. Cuando recuerdo mi evasión, digo que fui más fuerte que la Armada alemana, con seis años y medio.

**-Usted, ¿qué escenas preferiría olvidar?**

-Hay una parte muy precisa en la memoria que está impregnada en el cerebro. Cuando hay una memoria sana, evoluciona; en cambio, cuando no está sana, esa memoria deja de evolucionar. Queda la misma imagen, el mismo horror. Yo pensé mucho en mi arresto, pero no podía hablar. Y ahora escribo libros y me piden que hable (ríe).

**-¿Cómo fue criarse sin una familia?**

-Hay muchos niños que se desarrollan sin familia. Hubo cristianos que me protegieron. Y después de la guerra estaban las instituciones, que eran muy duras. El celador no les hablaba a los chicos: nos golpeaba y nos gritaba. Fue muy duro. Teníamos frío, no nos alimentaban. Todo fue terrible. Puedo decir que los chicos nos refugiábamos en los sueños. Los huérfanos son los únicos que tienen padres perfectos, son los que el niño imagina como ideales. Los otros tienen padres injustos, madres que se cansan... Los huérfanos tienen siempre madres justas y amorosas y padres gentiles.

**-¿Por qué razón se convirtió en psiquiatra?**

-Tenía 6 años y la justa cristiana que me rescató en esa camioneta le dijo a la Gestapo que no me maten, que ella nunca iba a decirme que era judío. Fue la primera vez que escuché la palabra judío. Alrededor mío no había judíos, estaban todos detenidos en Auschwitz. Tenía 14 años, estaba en una institución, y fue para mí toda una revelación que los judíos éramos como todo el mundo. Estaba muy sorprendido (risas).

**-Pero no me respondió por qué decidió ser psiquiatra...**

-Porque yo escuchaba a la gente decir que el nazismo era una locura. Entonces, decía que cuando fuera grande iba a ser psiquiatra y el nazismo no volvería jamás.

**-¿Es un resiliente?**

-Mi infancia me dio una vida... Yo no fui a la escuela, era un niño de la granja y cuando dije que quería estudiar todo el mundo me dijo que yo no iba a poder hacerlo. Tampoco tenía una beca ni

dinero, porque mis padres para el Estado no estaban muertos, eran desaparecidos. Y no tenía derecho a una beca. Al final, pude hacer Medicina y Psicología al mismo tiempo, mientras trabajaba de cualquier cosa. También fui salvavidas en mi juventud. La gente decía: “Mirá lo que era su familia, de dónde viene. No vale la pena que él aprenda un oficio”. Me rebelaba porque fue lo que escuché durante toda mi infancia. Por eso hay que reflexionar sobre cómo los niños que tuvieron un trauma pueden volver a la vida lo mejor posible. Ése es el concepto de resiliencia.

**-Usted difundió el concepto de resiliencia, ¿de qué se trata?**

-La definición es de una simpleza infantil. Uno tiene un trauma y queda traumatizado, con estrés postraumático, o busca volver a la vida. Lo difícil es descubrir los factores biológicos, afectivos, psicológicos, sociales y culturales. Hay que formar un equipo para estudiar la resiliencia. La definición es muy simple, pero la búsqueda es interdisciplinaria.

**-¿Se sabe por qué una persona es resiliente y otra no?**

-Depende de muchas causas. Hay personas que tienen un trauma y están bien rodeadas afectivamente, y eso puede disparar un proceso de resiliencia. Y a los que están solos no les va a ser nada fácil.

**-¿Bastaría con el amor?**

-No. Tiene más que ver con el apego, más factores psicológicos, culturales y la escuela. El apego es necesario, pero no suficiente. Son muchos factores que tienen que coincidir.

**-Habla mucho de la Teoría del Apego, ¿de qué se trata?**

-Había un psicoanalista llamado John Bowlby que hizo un trabajo experimental para ver por qué existe el lazo afectivo con alguien y no con otro. Hizo observaciones de laboratorio con animales y ha concluido que aún entre los pájaros hay apego. Si no hay apego, aún esos animales sanos morirían. Esto es para nuestros niños y todos los mamíferos. Un niño sin apego tiene el cerebro alterado. Y la neuroimagen muestra que una persona sin apego tiene los lóbulos frontales atrofiados, así como el circuito de la memoria. Son niños sanos, alimentados, pero su carencia afectiva arruina el cerebro.

**-¿Por qué ha estudiado tanto el tema de los niños abandonados?**

-Porque es una observación experimental desde el punto de vista del apego. Si reciben contención pueden recuperarse y volver a la vida.

**-¿Una persona puede “nacer” dos veces, como dice en su obra?**

-¿Te acordás del día de tu nacimiento? ¿Y de algo de tus tres o cuatro años? Ése es tu segundo nacimiento. En mi caso, el día de mi segundo nacimiento fue cuando me arrestaron los alemanes.

**-Su último libro se titula *Psicoterapia de Dios*, ¿por qué abordó el tema de la fe?**

-No trata sobre religión, sino sobre psicología. Trabajé sobre la fe porque muchos traumatizados decían: “Yo creo en Dios y eso me ayuda mucho”. Y en las universidades no hay material sobre la psicología del creyente. Para muchos, Dios es la imagen del padre, del tutor.

**-¿Un creyente atraviesa mejor un duelo?**

-Sí, porque está rodeado de la imagen paterna, que lo protege como un padre.

**-El presidente Emmanuel Macron lo convocó desde el Ministerio de Educación para reorganizar la escolaridad a partir de los 3 años...**

-Él quiere dar conocimiento abstracto a los niños, matemáticas, lengua... y se dio cuenta de que cuando un chico se siente seguro, aprende solo. Los países nórdicos cambiaron la idea clásica por darles contención a los niños para que aprendan mejor. Y los resultados de las pruebas Pisa fueron muy superiores. Si una persona tiene confianza en sí misma, aprende mucho más rápido. En Francia hay que capacitar a los maestros para que ayuden a los chicos a sentirse seguros.

## Básico

Burdeos, 1937. Neurólogo, psiquiatra, psicoanalista y etólogo francés. Fue quien divulgó en el campo de las ciencias el término “resiliencia”, que describe la capacidad humana de reinventarse tras un trauma profundo. Su propia historia, como víctima del nazismo en la niñez, le llevó a preguntarse cómo dejar atrás las peores vivencias. En español, publicó una docena de títulos, entre otros, *El amor que nos cura*. Su última obra es *Psicoterapia de Dios, la fe como resiliencia*, editada por Gedisa