

POR REYES FERRAND

Juntos Capaces

Hace unos diez años, en Sevilla, un pequeño grupo de personas comenzó a compartir sus duras experiencias en el campo de la salud mental. Acogiendo unos el sufrimiento de los otros, han constatado que es posible comprender a una persona con trastorno de autismo, o con límite de personalidad, o asperger, o bipolar, o con esquizofrenia. De esas reuniones surgiría «Juntos Capaces».

A lo largo de estos años el grupo ha ido creciendo, tanto en participantes como en el conocimiento y comprensión de las patologías, gracias a saber compartir la vida y las experiencias. Entre sus objetivos está la ayuda a personas con uno de estos trastornos, sus familiares y los profesionales en contacto con estas situaciones. También aspiran a sensibilizar a la sociedad sobre el valor de las personas psíquicamente distintas, porque pueden dar una aportación a la sociedad. Y, como no, crear relaciones con personas e instituciones que actúan en este campo, a fin de colaborar con entidades públicas y privadas para mejorar el sistema de salud con respecto a las enfermedades psíquicas.

No se trata de un grupo de autoayuda, por tanto siempre hay que recurrir a los profesionales de la salud mental. Lo que estas personas valoran es que, tras cada reunión, salen contentas y reconfortadas, gracias al clima de amor y comprensión recíprocos que se respira en los encuentros. Su método consiste en leer un breve texto apropiado de contenido psicológico. Lo profundizan, tratando de entenderlo a luz de su propia experiencia. Esto da pie a que uno u otro comparta su vivencia. Solo el hecho de que los demás

escuchen con respeto proporciona a esa persona paz y serenidad. Lo más valioso de la dinámica es que todos salen enriquecidos. Todos «están» y «van» juntos. Las aportaciones de unas personas psíquicamente diferentes resultan de gran riqueza y ellas se sienten bien, comprendidas. El respeto al otro, la confidencialidad, el ponerse en su lugar, el saberse distintos pero acogidos y válidos, es lo que crea esa atmósfera que renueva y da alegría.

Entre todos han conseguido tejer una red de relaciones donde cada uno aporta «su nudo», su experiencia, y esto sostiene a los otros en un momento determinado. No es raro que al final de las reuniones se oigan comentarios como: «Me habéis dado vida», «Me ha dado la paz y la fuerza para ir adelante», «He podido comunicar un dolor profundo con confianza y plena libertad», «He querido participar en este espacio porque en mi vida he sufrido mucho; me he sentido distinta y quería dar mi experiencia por si puede ayudarle a alguien».

Cuenta Ana...

Tenía 11 años cuando mis padres nos llevaron a toda la familia a una Mariápolis. Mi vida cambió sin casi

Un ámbito de encuentro para personas psíquicamente diferentes, familiares y profesionales de la salud mental.



darme cuenta. Con el tiempo comprendería que Dios había entrado en mi vida y me había cambiado la forma de entenderla, con una dimensión de la que no era muy consciente.

Todo era muy tranquilo hasta que un día me diagnosticaron cáncer de mama. Gracias a Dios me recuperé, pero cuando menos lo esperaba me descubrieron otra enfermedad, para mí mucho más dura, porque era una enfermedad mental grave. Los médicos lograron estabilizarla y he podido llevar una vida normal.

Entre otros trabajos, he estado tres años en una unidad de salud mental. Fueron los más bonitos de mi carrera. Conocí a todo tipo de personas, y hubo una que tenía mi misma enfermedad, aunque quizás con un tratamiento mal

llevado. Era una persona retraída, siempre sola y triste. Un día, cuando salió de la visita con el psiquiatra, viéndola tan triste, dejé por un momento mi puesto y me senté a su lado. Quería demostrarle cariño y cercanía, que podía contar conmigo.

Durante media hora la escuché a fondo para que se liberara de la carga que llevaba dentro. Casi al final me dijo: «Tienes en los ojos un brillo especial y una sonrisa permanente, y quien está a tu lado se siente con una gran paz». «Después de muchos años –añadió– he sentido que no estaba sola; me has escuchado hasta el fondo y me siento feliz. Te has preocupado por recordarme las citas con el médico, cosa que nadie había hecho nunca, y me he sentido importante para otra persona, cosa que hasta ahora desconocía». Me llegó a decir que había dejado de creer en Dios porque la había abandonado, pero al ver cómo vivía yo mi propia enfermedad y la alegría que transmitía, le hacía entender que Dios existe y que hay que fiarse y ponerse en sus manos.

La enfermedad mental es difícil de aceptar. Lo importante para mí es descubrir que Dios nos coge de la mano y nos ayuda a ser el amor para cada persona que nos pasa al lado. □

“ He querido participar en este espacio porque en mi vida he sufrido mucho; me he sentido distinta y quería dar mi experiencia por si puede ayudarle a alguien ”

Felicidad, Fraternidad, Ecología

El 21 de mayo la Universidad de Málaga celebró la «Jornada Interdisciplinar sobre Felicidad, Fraternidad y Ecología», organizada por la Red Internacional sobre Justicia Relacional y Ecología Integral y el Laboratorio de Justicia Relacional y Ecología Humana (Fraterni-Lab Smart UMA). Inaugurada por la vicerrectora de Smart Campus y el decano de la Facultad de Derecho, se abrió con un vídeo-saludo de la periodista Paloma Rosado, autora del libro *La revolución de la*

fraternidad (Destino, 2013). La primera sesión corrió a cargo del catedrático de Filosofía Política del Instituto Universitario Sophia, Antonio María Baggio, con la ponencia «Sugerencias novedosas para el estudio sobre el principio de fraternidad», y de la concejala del Ayuntamiento de Castel-Platja d'Aro (Girona), Pilar Ferrero, quien presentó la Asociación Ciudades por la Fraternidad, con su ponencia «El reto de elevar la fraternidad a categoría política». La Jornada concluyó con una sesión dedicada a la relación entre la naturaleza y la ecología humana.