

**UNA BIBLIOTERAPIA POSIBLE, O
«JUANA, LA DEL BILLETE DE MIL»**

[A POSSIBLE BIBLIOTHERAPY, OR
«JUANA, THE ONE ON THE ONE THOUSAND NOTE»]

CRISTINA DEBERTI MARTINS

Resumen: En el presente artículo desarrollamos algunos conceptos básicos sobre la actividad de biblioterapia que llevamos a cabo en el Portal Amarillo (Centro Nacional de Información y Referencia en Drogas-Montevideo-Uruguay). Interdisciplinariedad, perfil del biblioterapeuta, simbolización, son algunos de los temas de este trabajo.

Palabras clave: Biblioterapia; Adicciones; Uruguay.

Abstract: In the present article, some basic concepts about the Bibliotherapy activity that we carry out in Portal Amarillo (*Centro Nacional de Información y Referencia en Drogas-Montevideo-Uruguay*) are explained. Interdisciplinarity, Bibliotherapist profile, symbolization, are some of the subjects of the present article.

Keywords: Bibliotherapy; Addictions; Uruguay.

Centro Nacional de Información y Referencia en Drogas, Portal Amarillo, Carlos M. de Pena 5551, (CP12900). Montevideo, Uruguay. Correo-electrónico: deberti@adinet.com.uy
Artículo recibido: 26-03-09. Aceptado: 04-06-2009.

INFORMACIÓN, CULTURA Y SOCIEDAD. No. 20 (2009) p. 83-90

©Universidad de Buenos Aires. Facultad de Filosofía y Letras. Instituto de Investigaciones Bibliotecológicas (INIBI), ISSN: 1514-8327.

**«No se deberían leer más que los libros que nos pican
y nos muerden. Si el libro que leemos no nos despierta hoy
con un puñetazo en el cráneo ¿para qué leerlo?»**

Franz Kafka

Resulta difícil hallar una única definición del vocablo Biblioterapia. Etimológicamente alude a algo así como «la cura a través de la lectura». Es que sus orígenes la emparentan con el alivio emocional. En un breve recorrido por la bibliografía ilustrativa de la evolución histórica de la disciplina, hallamos que desde que el hombre comienza a expresarse mediante la escritura (aun antes de la era cristiana), la lectura era considerada una herramienta de utilidad para calmar ansiedades de diversa índole.

El auge lo obtuvo en la década del 50, después de la Segunda Guerra Mundial, momento en el cual los hospitales de los países más afectados, que contaban con bibliotecas para los pacientes, crearon programas de lectura dirigidos por especialistas de la salud mental y bibliotecólogos. En 1949, Caroline Shrodes, una estudiante estadounidense (cit. por Caldin, 2001: 34), publica su tesis sobre biblioterapia, definiéndola como un proceso dinámico que se da entre la personalidad de un lector y un texto de ficción, movilizandole emociones y utilizándolas para su uso conciente. Esta tesis se convertirá en referente de estudios posteriores.

En la década de 1980, con el *boom* de los libros de autoayuda, se afianza la idea del poder sanador de ciertas lecturas. Se parte del supuesto de que determinadas alteraciones o sufrimientos psíquicos, podrían ser «curados» mediante la prescripción de literatura específica.

En los años de 1990, a la concepción clínica (relacionada con la salud y la enfermedad), se suma la concepción humanística o de desarrollo personal. No es necesario estar enfermo, deprimido o angustiado para hallar alivio en un libro. La lectura puede ser (es) generadora de mecanismos que tienden a nutrir el pensamiento y la vida emocional, generando recursos psíquicos sostenedores de situaciones emocionales angustiantes.

Consideramos que pensar el tema en términos de una biblioterapia «que cura» y otra que promueve el crecimiento, es –como todo planteamiento dicotómico– fuente de limitaciones que a la larga empobrecen el campo de estudio. Debido a ello, es que arriesgamos esta, nuestra concepción de una biblioterapia posible, que es la que vamos a desarrollar en este trabajo.

Con-textos ...

Los contextos de aplicación de la técnica parecerían ser los que determinan el tipo de biblioterapia a llevar a cabo. Ellos son múltiples y diversos: hospitales, centros de rehabilitación y reinserción social, cárceles, geriátricos,

comunidades de inmigrantes, por citar solo algunos ejemplos. En suma: toda situación que reúna personas en situación de vulnerabilidad y que padezcan algún tipo de sufrimiento psicosocial. Personas que han perdido (o creen haber perdido) sus derechos, individuos necesitados o deseosos de leer y de escuchar lecturas, nucleados en dispositivos comunitarios que tienen como objetivo la inclusión social y la democratización del acceso a los bienes culturales. Un ejemplo de esto último sería la tarea de promoción de la lectura que realizan miles de actores a nivel internacional. Recordamos en este sentido la labor de Geneviève Patte, una prestigiosa bibliotecóloga francesa jubilada, que trabaja ... en la vereda.

G. Patte, interrogada acerca de cuál es el método didáctico que utiliza en la promoción de la lectura, responde:

Ninguno. Es muy simple. Llego a una comunidad con una canasta donde hay entre 30 y 50 libros. Me siento en la vereda, en una esquina cualquiera y los niños empiezan a aparecer. A esa misma esquina vuelvo todos los días a la misma hora ... (Patte, 2004).

¿Desarrollo personal? ¿Cura? ¿Crecimiento, madurez emocional, inclusión social, derechos ciudadanos? Lejos de ser excluyentes, estos conceptos se imbrican y entrelazan. Son los conceptos que surgen a la hora de pensar en el para qué de la tarea. La lectura como herramienta para el cambio, para la transformación verdadera de sujetos y situaciones, es aquello que nos inspira y nos convoca a diario en nuestro trabajo en los contextos críticos, o al decir de M. Petit, en «los espacios en crisis», considerando que cada sujeto humano es, en algún momento de su vida, un espacio en crisis. «Mais, à tel ou tel moment de sa vie, chacun de nous est un «espace en crise» (Petit, 2008: 23).

Interdisciplinariedad

En el contexto que sea, la biblioterapia es trabajo de equipo, y deberá llevarse a cabo en conexión con otros especialistas, dependiendo del lugar en que se realice. Así, el bibliotecólogo será el encargado de familiarizarse con los textos y las características de los usuarios del servicio, interactuando con los demás técnicos del equipo.

En el caso que nos convoca, el entorno es el de un Centro de Rehabilitación de usuarios de drogas, en el que participan psicólogos, psiquiatras, enfermeros, toxicólogos y asistentes sociales, entre otros profesionales. Es una institución pública, dependiente del Ministerio de Salud, y la Junta Nacional de Drogas. Se denomina Portal amarillo. Centro Nacional de Información y Referencia en Drogas. Está inserto en una zona popular de la ciudad de Montevideo, y asisten a él jóvenes desde los 15 a los 35 años de edad, en las más diversas

condiciones de vida. Esto es: desde aquellos que cuentan con lo básico y más (entiéndase familia contenedora, hogar, alimento, abrigo y educación) hasta los más desposeídos de todo lo inherente a la condición humana y para los cuales, sus derechos civiles, humanos, sociales, no son más que palabras vacías.

Para estos últimos, es que hemos orientado nuestro quehacer biblioterapéutico, en el entendido de que el acercamiento y la familiarización con la palabra escrita, permite el ingreso a la «sociedad letrada», o sea a otros mundos que resultan para muchos aún, en esta América Latina del siglo XXI, tan anchos como ajenos.

Si bien la biblioterapia surge del marco teórico de la psicología conductual, nuestra propuesta se basa en la concepción psicoanalítica. ¿Por qué el psicoanálisis? Por variadas y múltiples razones que no vienen al caso enumerar acá, pero sí jerarquizar la que creemos es fundamental y es la que hace al poder o el estatuto que le da el marco psicoanalítico a la PALABRA. La presencia o la ausencia de palabras, imprime huellas en el aparato psíquico y, de alguna manera, nos construye humanos.

Escuchemos a Alberto Manguel:

(...) para mí, las palabras de una página le dan coherencia al mundo. Cuando un día de sus cien años de soledad, una peste que causaba amnesia atacó a los habitantes de Macondo, éstos se dieron cuenta de que el conocimiento del mundo empezaba a escapárseles, y que podían llegar a olvidar qué era una vaca, qué era un árbol, qué era una casa. El antídoto, descubrieron, radicaba en las palabras. A fin de recordar qué significaba para ellos su mundo, escribieron letreros y los colgaron de las bestias y los objetos: «Esto es un árbol», «Esto es una casa», «Esta es la vaca». Las palabras nos dicen qué creemos como sociedad qué es el mundo. Qué creemos que es: ahí estriba el reto (Manuel, 2001: 17).

Las palabras son símbolos que permiten sustituir al objeto perdido (entiéndase persona, situación o cosa). Tolerar la ausencia del otro, mitigar la angustia de separación, esa es la función de enorme importancia del proceso de simbolización, que conlleva –al decir de M. Casas– la satisfacción que otorga el acto de haber encontrado la representación psíquica para aquello que, hasta determinado momento, era innombrable.

Afirma la psicoanalista uruguaya Mirtha Casas de Pereda:

La ausencia es lo que es displacentero y la simbolización hace presente el placer de la simbolización. El acto en sí también como hecho psíquico, como acontecimiento, contiene el logro de una representación, como triunfo sobre la ausencia (Casas de Pereda, 1999 : 60).

Es un hecho que un aparato psíquico rico en símbolos, será más fuerte o más sano, que otro en el cual esa función resultó fallida. Apelamos a una metáfora que intenta ser esclarecedora: imaginemos al aparato psíquico como una trama, una urdimbre compuesta por hilos enlazados entre sí. Habrá tantas tramas como seres humanos en el mundo. Algunos de esos hilos (símbolos, ideas, palabras) serán gruesos, fuertes y formarán una trama tupida y firme, capaz de dar abrigo y protección ante las inclemencias del clima emocional. Pero es necesario que dicha trama sea a su vez lo suficientemente flexible, como para abrirse y dejar paso a los rayos del sol, cuando haya parado la lluvia. Esto en el mejor de los casos, hace a un aparato psíquico saludable: una trama tupida, rica en símbolos diversos, de manera que le permita al sujeto contar con un abanico de posibilidades ante las diversas crisis por las que habrá de pasar en su vida.

Pero hay tramas urdidas con hilos escasos, a veces muy delgados y frágiles, e incluso rotos. Algunos tejidos estarán agujereados y allí habrá que zurcir, unir, entrelazar e incluso, a veces, agregar hilos. Esas mallas resultarán precarias a la hora de protegerse del mal tiempo. La lluvia y el viento provocarán sufrimiento desmedido y hasta intolerable. Son los aparatos psíquicos dañados, o con déficit en su construcción. Y nuestra tarea allí, entonces, será la de proveer aquello que falta: prestar símbolos, palabras, facilitar un espacio que sea propiciador de ideas y de pensamientos. Me vienen a la mente las ideas de Wilfred Bion, el psicoanalista post kleiniano, con su teoría del «Aparato para pensar los pensamientos». Afirma Bion que la capacidad del bebé para formar pensamientos dependerá de su capacidad para tolerar la frustración (Grinberg, 1991: 61), ya que la ausencia provoca frustración. Pero si el niño es capaz de tolerar la angustia provocada por esa vivencia, la ausencia deviene pensamiento y se desarrolla un «aparato para pensar».

En algunos casos la labor del analista (biblioterapeuta) consiste, en gran medida, en prestar ese aparato, los contenidos de ese aparato, cuando el sujeto tiene un déficit en el funcionamiento de su actividad de pensar. Es una etapa del análisis, en la que el analista, transitoriamente, ofrece pensamientos de los cuales el paciente tiene la oportunidad de apropiarse (como hace la madre con su bebé en el proceso de adquisición del lenguaje y de introducir a su hijo en el universo simbólico).

El biblioterapeuta, mediador de la palabra escrita

Quien ofrece lectura, debe poder ofrecerse. Es ante todo, dice M. Petit (2008) «un acto de hospitalidad». En algunos países se llaman mediadores, en otros promotores o biblioterapeutas, pero más allá de la nominación que tenga quien ofrece lectura, es un alguien que se ofrece, quien muestra y presenta un objeto que es para algunos, un objeto extraño. Tan extraño como la experiencia de dormirse al arrullo de la voz materna que lee generosamente un cuento a su

niño. Y en la cual –sabemos– lo que cuenta no es tanto el contenido del cuento en sí, sino todo lo demás que lo rodea: un adulto que brinda generosamente su tiempo, una actitud de calma y disfrute, un ceremonial repetido cada noche de la misma manera, una voz envolvente y tranquilizadora y, finalmente... el entusiasmo por la historia compartida. Es realmente desolador, escuchar que miles de seres humanos se han visto despojados de esta maravillosa experiencia afectiva.

Dice Juan D. Argüelles en «Leer es un camino» :

Un mediador de lectura, es decir, aquél que invita a leer como quien comparte un vicio, es también alguien que lee una parte del libro para que gracias a su pasión otro lector pueda contagiarse del gusto de leer (Argüelles, 2004: 161).

Fumar y leer.....

En nuestra tarea clínica cotidiana tratamos con jóvenes adictos a sustancias que, en su mayoría, provienen de hogares donde se les ha transmitido un modelo de consumo adictivo¹. Las sustancias u objetos que se usan en el ámbito familiar de forma compulsiva y adictiva suelen ser aceptadas socialmente y naturalizadas por el grupo familiar. Es natural comer, beber alcohol o tomar un sedante, ante la angustia que provocan determinadas situaciones. Es natural ofrecer una golosina al niño que llora, en lugar de ofrecerle la oportunidad de poner en palabras su sufrimiento. Este, entonces, es obturado con un objeto, que otorga la *ilusión* de eliminar la angustia. Mecanismo que aprehendemos y que de adultos, inconciente o concientemente usamos en las situaciones angustiantes. Al respecto, recordemos lo que dice Joyce McDougall:

Cada vez que era víctima de una emoción particular, el cigarrillo con su pantalla de humo atenuaba mi sensibilidad y me permitía escapar de mi experiencia afectiva, neutralizando una parte vital de mi mundo interno (McDougall, 1998: 241).

Los vicios entonces, las adicciones, se dan, en parte, por imitación. Volvamos con Argüelles:

Fumar y leer se parecen de manera extraordinaria precisamente en su naturaleza, en el grado de placer que pueden producir, y sobre todo, en la naturaleza viciosa, porque en la mayoría de los casos siempre hay alguien que nos inicia en ellos ya sea de manera directa o indirecta; ya sea que nos ofrezca nuestro primer cigarrillo o nuestro primer libro, o bien porque la influencia del medio nos brindó la oportunidad

de ver fumadores y lectores afanados deliciosamente en sus ocupaciones placenteras ... (Argüelles, 2004 : 61).

La imitación, precursora inmediata de la identificación, es el primer paso del aprendizaje. Las diversas identificaciones que en principio el adolescente tomará prestadas de personas significativas que lo rodean, lo ayudarán a conformar su identidad, a construir su sí mismo. Siempre con otros, y desde otros.

Y volviendo con M. Petit:

A menudo, uno se dedica a la lectura porque ha visto a una persona amada sumergida en sus libros, inaccesible, y la lectura apareció como un medio para acercarse a ella y de apropiarse de su mundo, de sus cualidades, de su encanto, de su misterio ... Entonces, la mejor manera de contagiar el hábito de leer, en medios donde leer no es un hecho natural, es multiplicar las oportunidades de mediaciones, de encuentros (Petit, 2008: 61).

Acerca de Juana.....

«*Juana, la del billete de mil*» es la respuesta que dio uno de los participantes del grupo de biblioterapia, al ser interrogado acerca de si tenía conocimiento de la existencia de la poetisa uruguaya Juana de Ibarbourou (de amplísima divulgación popular, y cuya imagen aparece impresa en los billetes de mil pesos uruguayos). Presentarles a la otra Juana, la escritora, la mujer de carne y hueso, fue, creemos, un hecho revelador. Entre otras cosas porque según publicaciones recientes sobre la vida de la poetisa², se hizo pública la secreta adicción de Juana por la morfina. Adicción contra la cual luchó por más de once años.

Pero este tema, el de la selección de lecturas y escritores, será una excusa para otro trabajo.

Agradecimientos

A Michèle Petit por su interés y apoyo. A la Dirección y equipo del Portal amarillo por la confianza. Y a los usuarios, por su enseñanza constante.

Notas

1. Abadi, Sonia. 2004. Lo descartable y la soledad: acerca de las relaciones adictivas. En www.soniaabadi.com.ar [Consulta: 10 enero 2006].
2. Fischer, Diego. 2008. Al encuentro de las Tres Marías: Juana de Ibarbourou más allá del mito. Montevideo: Aguilar. 267 p.

Referencias bibliográficas

- Argüelles, Juan Domingo. 2004. Leer es un camino. México: Croma Paidós. 204 p.
- Caldin, Clarice Fortkamp. 2001. A leitura como função terapêutica: biblioterapia. En: *Encontros Bibli. Revista Eletrônica de Biblioteconomia e Ciência da Informação*. No. 12, 32-44. <<http://www.periodicos.ufsc.br/index.php/eb/article/viewFile/36/5200>> [Consulta: marzo 2009]. Caldin se refiere a la tesis siguiente: Shrodes, Caroline. 1949. *Bibliotherapy: a theoretical and clinical-experimental study*. 344 f. Dissertation (Doctor of Philosophy in Education). University of California, Berkeley.
- Casas de Pereda, M. 1999. El camino a la simbolización: producción del sujeto psíquico. Buenos Aires: Paidós. 353 p.
- Grinberg, León, et al. 1991. Nueva introducción a las ideas de Bion. Madrid: Tecnipublicaciones. 199 p.
- Manguel, Alberto. 2001. En el bosque del espejo. Bogotá: Norma. 276 p.
- McDougall, Joyce. 1998. Las mil y una cara de Eros: la sexualidad humana en busca de soluciones. Buenos Aires: Paidós. 321 p.
- Patte, Geneviève. 2004. La mujer biblioteca. En *Hablemos on line*. Edición del 17 al 24 de octubre de 2004. <<http://www.elsalvador.com/hablemos/2004/171004/171004-4.htm>> [Consulta: 3 marzo 2009].
- Petit, Michèle. 2008. L'art de lire ou comment résister à l'adversité. Paris: Belin. 265 p.