

Los libros muerden!: Biblioterapia en el portal amarillo

Cristina Deberti Martins¹

La lectura no sirve para nada, no da plata, no da prestigio, no es canjeable; no sirve para nada. La lectura es una manera de vivir, y los que de esa manera vivimos querríamos inculcarla en el niño y contagiarla al prójimo, como buenos viciosos.... Querríamos que los demás nos acompañaran, y compartieran esa dicha, esa fatalidad, ese desinterés.

María Elena Walsh

Resumen. Este artículo se basa en una ponencia que fuera presentada en el VI Congreso Multidisciplinario de Salud Comunitaria del Mercosur (Montevideo, setiembre de 2011). El mismo surge de nuestra experiencia como biblioterapeutas en la biblioteca del Portal Amarillo (Centro Nacional de Información y Referencia en Drogas). Se plantean reflexiones acerca del fenómeno de la lectura en general, y particularmente en lo relativo a su función reparadora del tejido social y del psiquismo, mediante el proceso de simbolización. Brindamos nuestra concepción de una biblioterapia posible, anclada en el psicoanálisis y según las ideas desarrolladas por Donald Winnicott en lo relativo a la transicionalidad. Se describen las sesiones de biblioterapia, y el perfil del biblioterapeuta.

Palabras clave: Biblioterapia, Uruguay, Psicoanálisis, Lectura.

Title: Books bite!! Bibliotherapy in Yellow Portal.

Abstract: This article is based of a paper presented in the “VI Multidisciplinary Congress of Community Health of Mercosur” (Montevideo, september of 2011). The same comes from our experience as bibliotheraphists in the Portal Amarillo library (National center of information and drug references). It raises reflections about the phenomenon of reading in general, and particularly in how relative is it’s function fixing social tissue and of the psyche, by the process of symbolization. We give our conception of a possible bibliotherapy, hooked on the psychoanalysis and according to the ideas developed by

¹ Lic. en Bibliotecología y Psicología. Biblioterapeuta. Responsable de la Biblioteca del Portal Amarillo. Carlos M. De Penna 5101. cdeberti@adinet.com.uy

Donald Winnicott in the relative to transitionality. It describes the sessions of bibliotherapy and the bibliotherapist profile.

Keywords: Bibliotherapy, Uruguay, Psychoanalysis, Reading

A menudo nos preguntan si los libros curan, si la lectura cura. ¿Es la lectura un hábito saludable? ¿Seríamos más sanos si leyéramos? ¿La gente “letrada” es más sana que la gente que no lo es? ¿Existe una relación directa entre lectura y salud mental? En todo caso, qué entendemos por “lectura” y qué por salud mental? Repasemos algunos conceptos que hacen a la concepción del fenómeno lector. Diversas disciplinas como la semiótica, la psicología, la pedagogía, la lingüística, entre otras, consideran que el acto de LEER es un proceso complejo de construcción de sentido. Leer puede ser un acto a través del cual simplemente se acumulen datos, informaciones, de manera que se puede llegar a conformar una “cabeza bien llena” al decir de Edgar Morin, (2002) en contraposición a “una cabeza bien hecha”, aludiendo al elemento sobre el cual recae el énfasis de la formulación: en el dato, o en el uso que hacemos de ellos.

Es interesante observar el tipo de vínculo que tiene cada uno de nosotros con la lectura: leer puede ser un hábito, una adicción, una pasión, un vicio. O bien, puede estar bloqueada esa relación, por conductas evitativas, fóbicas, que determinan que la persona no se acerque a los libros ni a nada que represente la cultura escrita. Y entre ambas modalidades, cabría una tercera al menos: aquella en la que el sujeto no lee, sencillamente porque no le interesa, no lo necesita, no le gusta, o porque el contexto en el que transcurre su vida no le ha brindado la posibilidad de establecer una relación libre y feliz con la lectura.

En nuestra cultura se ha moralizado la lectura y se la aborda desde una postura superyoica, desde el deber; o desde el sufrimiento: “la letra con sangre entra” es una sentencia que aún se escucha en algunos sectores de la sociedad.

Las ovejas negras

Es innegable la importancia que ha adquirido el tema de la lectura en los últimos años. Prueba de ello son los innumerables encuentros, jornadas, y talleres de promoción de la lectura en todo el mundo y en los ámbitos más diversos. Sin embargo, acordamos junto a Domingo Arguelles, (2004) que a veces el discurso proveniente de la cultura dominante se convierte en fundamentalismo cultural y tiende a polarizar el universo en dos categorías: lectores y no lectores.

Cuestión de fe, actitud cuasi religiosa que promete albergar al rebaño lector en su parroquia bajo la promesa de una vida mejor: más culta, más informada, más noble. Y que pretende – bienintencionadamente por cierto – atraer y convertir a las ovejas descarriadas que conforman la masa que

supone ignorante e inculta de la sociedad. Riesgo que corremos los humanos siempre que pretendemos elevar una creencia al estatuto de verdad absoluta.

Es que los que leemos habitualmente creemos que la lectura es una formidable compañía, una herramienta terapéutica, una fuente de felicidad, una manera de viajar y de habitar otros mundos. Pero también es cierto que muchas personas encuentran esas bondades en otras actividades igualmente enriquecedoras: como la danza, la repostería, la cerámica, la música, el teatro y la pintura, por citar algunas. La lectura es una necesidad y un deseo, y nuestro objetivo más justo y útil, en tanto agentes culturales, es el de dar a conocer, mostrar, aproximar el libro a aquellos que no lo conocen, o que lo conocen pero le temen. Porque la lectura es (además) VINCULO: con el mediador, con el autor, consigo mismo.

La biblioteca

En esa línea de pensamiento, en la biblioteca del Portal Amarillo nos dedicamos a transmitir lectura, a propiciar el encuentro con ella, a crear espacios habilitadores para que se pueda dar lo que algunos especialistas llaman: *la experiencia de la lectura* y que se da en el cruce de dos o más caminos: el emocional y el intelectual, el mundo consciente y el inconsciente, el proceso primario y el secundario. Potencialmente, puede llegar a promover transformaciones genuinas de sujetos y de situaciones. Cuando se produce la experiencia de la lectura sentimos que algo nuevo nos golpea, nos conmueve; y no tiene por qué ser necesariamente agradable, pero sí es algo que a través de la palabra nos aproxima a tener contacto con nuestras emociones, y permite reordenar el mundo que nos rodea.

Sabemos que la lectura como herramienta para calmar el dolor psíquico es una práctica antiquísima que nos remonta a la edad de oro de la civilización egipcia; sin embargo, su práctica se conceptualiza y sistematiza en el seno de la bibliotecología y durante la Segunda Guerra Mundial; es decir en un contexto de dolor, de angustia, y de desesperación. Algunos lectores voluntarios se ofrecían para leerles a las víctimas de la guerra, que se hallaban hacinados por miles en hospitales improvisados. Alrededor de la década del 50 y en EEUU se conocen los primeros artículos que aluden a la técnica con el nombre de Biblioterapia. La noción de que la lectura provoca alivio, calma e incluso permite “viajar” a otros territorios menos angustiantes, se instala en la comunidad académica y comienza a ser una práctica en los centros hospitalarios del primer mundo hasta hoy día.

La biblioteca del Portal está enmarcada en un centro hospitalario especializado en la rehabilitación de sujetos adictos a sustancias psicoactivas. Forma parte de una institución pública -dependiente del Ministerio de Salud Pública- y funcionan allí tres dispositivos: a) Residencial; con régimen de internación total. b) Centro diurno, con régimen de internación parcial, y c) Policlínica Ambulatoria, donde la frecuencia de la asistencia se diseña de acuerdo a las necesidades del paciente. En la sala de lectura de la biblioteca llevamos a cabo las sesiones de biblioterapia.

¿Biblioterapia o biblioterapias?

El concepto ha evolucionado con el transcurso del tiempo y la experiencia. Prestigiosos especialistas lo han estudiado y sistematizado en función de las diversas prácticas y contextos de aplicación. Entre ellos Clarice Fortkamp Caldin (2001) la define así: "... consiste en la lectura dirigida y discusión en grupo, que favorece la interacción entre las personas, llevándolas a expresar sus sentimientos: recelos, angustias, y deseos. De esta forma el sujeto comparte con el grupo sus experiencias y valores". Para ampliación del tema, remitimos al lector a nuestro anterior trabajo: "La biblioterapia aplicada a pacientes con consumo problemático de sustancias psicoactivas" (Deberti, 2007).

Asimismo, se ha clasificado a la técnica en base a diversos criterios que enriquecen y complejizan la misma.: salud-enfermedad, objetivos, usuarios, franjas etarias, marcos institucionales, por citar algunos. De esta manera se han construido modalidades de biblioterapia que han sido definidas como: "Biblioterapia clínica", "De desarrollo personal", y "Animación a la lectura". La tipología mencionada permite sistematizar y ordenar el tema para su estudio, sin embargo, consideramos que los límites entre dichas modalidades son difusos y en la práctica se da una suerte de oscilación entre ellas de forma tal que se torna dificultoso saber dónde termina una y dónde comienza la otra. Remitimos al lector a nuestro artículo "La lectura: una herramienta de inclusión social" (Deberti, 2011), en el cual definimos estas conceptualizaciones.

Aún a riesgo de caer en la repetición, recordamos que nos agrada pensar que hay varias biblioterapias, tantas como marcos teóricos desde las cuales se realice. Nosotros nos posicionamos desde el psicoanálisis y de la mano del psicoanalista británico Donald Winnicott, intentamos crear a través del encuentro con la lectura, espacios transicionales, en los cuales el texto es siempre pre-texto.

Winnicott y la transicionalidad: marco teórico

El psicoanálisis nos ha enseñado el enorme peso que tienen las palabras, sea por su presencia o por su ausencia. La capacidad de nombrar las cosas, los afectos, las situaciones, nos proveen de instrumentos para contactar con nuestro interior, algunas veces desbordado y caótico, otras veces, despoblado. Simbolizar tiene que ver con esa función que permite representar lo ausente de manera que cobre presencia a través de la palabra. Las palabras a modo de hilos van tejiendo redes de sentido. Dice M. Petit -antropóloga de la lectura-: "La curiosidad, la necesidad de narrar, la necesidad de decir con palabras lo que vivenciamos, son compartidas por todos, independientemente del origen social. Las palabras que encontramos en los libros ayudan a transformar lo extraño en habitable" (Petit, 2005).

Entre el adentro y el afuera, entre el yo y el no yo, está esa tercera zona, que es el espacio a mitad de camino entre realidad y fantasía y a la que Winnicott (1998) llamó Espacio transicional: la zona de juego, el espacio potencial del "como si". La lectura se ubica en esa zona, y a través de la

metáfora, permite acercarse a temas angustiantes, mediante un rodeo: la cualidad metafórica de desplazar sentido es lo que suaviza y permite el acceso a zonas dolorosas de uno mismo. Los lectores van en busca de respuestas a interrogantes, aparecen personajes con los cuales se identifican; salen al encuentro seres que tienen problemáticas e inquietudes similares, y ya no se está tan solo, y uno no se siente tan raro. Dar nombre a los afectos, tomar prestadas palabras de otros que sintieron afectos similares, para construir o reconstruir su historia.

En los pacientes que atendemos, hubo una falla en la creación de los objetos y los fenómenos transicionales; una falla en el proceso de simbolización. Y la lectura, mediante el préstamo de palabras y metáforas, puede ayudar a construirlos.

Por eso la experiencia de la lectura es de un alto grado de complejidad, y si bien leer es un placer, al decir de algún slogan de campaña de promoción de la lectura, muchas veces leer angustia, moviliza, crea pensamientos, configura subjetividad.

Leer es complejo porque es un proceso consciente e inconsciente a la vez: proceso primario y secundario se conjugan. Va mucho más allá del momento que posamos los ojos sobre la página: hay momentos de ensoñación, de recogimiento, de levantar la mirada y así perderse en el umbral de lo inasible, de manera que los efectos de la lectura son imprevisibles: no podemos controlarlos. No sabemos cómo o cuándo un lector se va a sentir afectado por las palabras del autor. Y ni el lector lo sabe, quizás recién después, en el a-posteriori, se produzca, para su sorpresa, la conexión deseada, no buscada.

La sesión de biblioterapia

El grupo que participa de la sesión de biblioterapia está compuesto por pacientes de ambos sexos que se encuentran hospitalizados en la institución y se caracteriza por la heterogeneidad de sus integrantes en diversas áreas. Así, la franja etaria oscila entre los 15 y los 35 años; el nivel de escolaridad abarca tanto a jóvenes no alfabetizados como a aquellos que han culminado estudios secundarios. El contexto socio familiar del cual proviene cada uno hace que convivan pacientes que estaban en situación de calle hasta el día del ingreso, con jóvenes contenidos en el marco de una familia, con fuertes lazos afectivos.

Las sesiones se llevan a cabo con una frecuencia semanal y durante una hora, y en las mismas participan los pacientes de los tres dispositivos de la institución. En este contexto es que invitamos a los jóvenes a hacer algo que no es fácil para quienes están en abstinencia de estimulantes como la pasta base, y la cocaína: los convocamos a sentarse, a detenerse y a escuchar durante el lapso de unos 20 minutos un texto que elegimos juntos entre tres o cuatro que seleccionamos previamente. La consigna es esa; no les pedimos que analicen, que interpreten, ni siquiera que traten de entender. Tampoco explicamos. Al terminar la lectura, esperamos las preguntas y tratamos de habilitarlos para que expresen qué les provocó el texto: un recuerdo, un pensamiento, una emoción o... nada.

Visto desde afuera, nuestra convocatoria es rara: los invitamos a perder el tiempo, una propuesta contra-cultural, en momentos que se habla de ocio productivo, versus ocio estéril. Brindamos un lugar físico, y un espacio ambiguo, donde los múltiples significados se entrelazan. Excusa para el encuentro con otros: sujetos, autores, agentes culturales, técnicos, familiares, y uno mismo.

Somos conscientes de que el libro es un objeto extraño en la mayoría de sus hogares. Y que los estamos invitando al solemne e idealizado mundo de la cultura escrita, territorio del que fueron expulsados muchos de ellos o del que se exiliaron por fallas en su identidad lectora. Por identidad lectora entendemos el conjunto de mitos, valores y creencias que un sujeto fue formando desde voces exteriores que detentaban cierta autoridad en el mundo académico. De ahí que en las primeras sesiones escuchamos frases como: “no sé leer”, “siempre leí mal”, “me iba muy mal en la escuela” “no entiendo lo que leo”; que escuchamos a menudo para corroborar cómo ciertos discursos inhabilitantes de algunos agentes culturales, unidos a un hogar donde los libros no estaban a la mano, construyen un no lector.

Y no es que esté mal ser un no lector. No pregonamos la lectura como panacea universal. Ya lo dice claramente Daniel Pennac (2006) cuando argumenta el primero de los derechos del lector- “el derecho a no leer”- : él dice que ser lectores no nos hace mejores personas, ni mejores ciudadanos, ni es garantía de nada. La lectura puede brindarnos felicidad, refugio, amparo, a quienes disfrutamos de ella, y a algunos incluso puede provocarles un giro en sus vidas, provocando cambios significativos: transformando condiciones de vida precarias, en existencias fermentales, con horizontes más amplios, cargados de nuevos vínculos y nuevas ideas. Pero no es algo que se deba imponer, en todo caso, se ofrece y nos ofrecemos.

Perfil del biblioterapeuta

La biblioterapia clínica es trabajo de equipo interdisciplinario. En los grupos que atendemos trabajan psicólogos y bibliotecólogos, en contacto con educadores, enfermeros, psiquiatras, talleristas. En las sesiones participa una pareja coordinadora compuesta por un psicólogo y un estudiante de bibliotecología.

Para ser biblioterapeuta es necesario tener la capacidad de transmitir la lectura con afecto; vivir la experiencia de la lectura, hacer eco al autor, humanizar el texto. Ser garante de lo que llamamos en psicoanálisis el **encuadre**, vale decir, un conjunto de variables que deben permanecer constantes: el lugar, el tiempo, los horarios, los roles (véase “Biblioterapia: propuesta de un encuadre” Deberti, 2009). Una especie de ceremonia que se lleva a cabo siempre de la misma manera y con la misma actitud de hospitalidad y respeto. Los usuarios de sustancias psicoactivas se caracterizan (la gran mayoría) por tener historias donde los quiebres en su cotidianidad, las rupturas, las pérdidas, han estado a la orden del día, por ello en estos casos el encuadre cobra suma importancia puesto que es terapéutico en sí mismo el hecho de sostener un marco que garantice la

continuidad, la estabilidad y la contención.

La actitud clínica forma parte del encuadre interno del biblioterapeuta, e implica -entre otras cosas- respetar lo que hemos denominado los principios de la biblioterapia: 1) Principio de ingenuidad, 2) principio de incertidumbre, 3) principio de flexibilidad, los cuales van de la mano pues están inextricablemente unidos, pero los discriminamos a efectos de simplificar la exposición.

Principio de ingenuidad

Afirma Jorge Larrosa (1998) que el biblioterapeuta no debe tener ninguna idea previa de lo que es una buena lectura y mucho menos de lo que es una lectura correcta o verdadera.

El biblioterapeuta no puede pretender saber lo que el texto dice y transmitir a los participantes ese saber que ya tiene, porque en ese caso, al estar anticipando el resultado, las actividades de los alumnos serían un experimento y no una experiencia, sería un simple medio para llegar a un saber previsto de antemano y construido según criterios de verdad, objetividad. (Larrosa 1998)

El biblioterapeuta debe mostrar una inquietud, una manera de relacionarse con el texto, absteniéndose de juicios moralizantes y sacralizadores.

Principio de incertidumbre

Los caminos de la lectura son inciertos y sus efectos desconocidos e imprevisibles. Aunque a veces tengamos la ilusión de saber, y nos sintamos tentados a “recetar” un libro porque consideramos que le va a venir bien al usuario. En la medida en que somos conscientes de que transitamos por caminos inciertos, nos declaramos lo suficientemente ignorantes y abordaremos la tarea con cierta ingenuidad.

Principio de flexibilidad

Este nos recuerda que no hay una técnica única de biblioterapia, sino tantas como contextos en los cuales va a ser aplicada. Se debe tener en cuenta: el tipo de usuarios, la institución en la que está enmarcada, y las circunstancias sociales que envuelven la actividad. El técnico deberá adaptarse a las condiciones del contexto y tener capacidad de crear e inventar dispositivos acordes a la situación particular.

Selección de textos

Es una pregunta que nos hacen con frecuencia y que en general inquieta o mueve a curiosidad entre los colegas, debido a que existe una fantasía acerca de que existirían libros “buenos” o más adecuados que otros para “sanar” al paciente. Sin embargo, la realidad nos ha demostrado que cualquier texto puede ser una buena excusa para movilizar el psiquismo. Para ilustrar esta afirmación transcribimos a continuación una viñeta clínica:

Sesión de biblioterapia con el grupo de pacientes internados en la institución.

Asisten 8 personas: 2 mujeres y 6 varones cuyas edades oscilan entre los 15 y los 32 años. En cuanto al nivel de escolaridad, uno de ellos ha completado estudios secundarios, 3 son usuarios no alfabetizados y el resto ha completado la educación primaria, alcanzando en algunos casos a cursas algún año del secundario.

El grupo se ubica en torno a una mesa circular sobre la cual hemos dispuesto (nunca inocentemente) varias revistas de interés general.

Comenzamos la sesión con la lectura de un cuento de autor uruguayo (“Garceros” de Serafín J. García) que, pensamos, podría ser de interés por la temática planteada. Una vez finalizada la lectura, habilitamos para que el grupo exprese las vivencias provocadas en cada participante.

Biblioterapeuta: ¿Qué les ha parecido el cuento?

Paciente A (18 años): Está bueno.

Paciente B (25 años): Sí, pero no se entiende mucho...

Biblioterapeuta: Pero más allá de si se entiende o no... ¿La situación les resulta familiar? ¿Les recuerda a algo o a alguien?

Silencio. (Observamos distracción, dispersión, murmullos, inquietud). Un integrante estaba absorto en la lectura de un artículo de una de las revistas disponibles.

Biblioterapeuta: El compañero está leyendo algo muy atentamente. ¿Querés compartirlo con nosotros?

Paciente C (23 años): Sí, está buenísimo, se trata de las iguanas marinas (lee un pasaje en el cual se relata que la iguana es el único animal que cuando detecta un peligro o se siente amenazado por otro animal, tiene la capacidad de detener su corazón hasta por 40 minutos, y quedarse inmóvil debajo del mar, aguardando para salir una vez que haya pasado el mismo).

Paciente D (30 años): ¡Qué genial la iguana!

(El grupo se entusiasma y solicitan enciclopedias para ampliar la información).

Biblioterapeuta: ¿Qué es lo que les llama la atención de lo que leyó el compañero? (realmente no lo sabíamos).

Paciente A: Es que nosotros tendríamos que hacer como ella. Sería bueno que pudiéramos detenernos por un tiempo...

Paciente C: Primero tendríamos que saber detectar el peligro. Nosotros no nos damos cuenta de nada, porque cuando sólo te interesa drogarte, no pensás...

La sesión continúa en torno a la problemática de la dificultad para

controlar los impulsos, mantener la lucidez y generar respuestas de autocuidado. Si bien es muy difícil transmitir el clima de la sesión, sentimos que los pacientes habían podido contactar con algunas ideas y sentimientos que permiten hablar de sus dificultades y por ende, elaborarlas.

Nótese que no insistimos con el texto propuesto por nosotros, no dirigimos la lectura ni el comentario, sino que tratamos de acompañar a los lectores en su recorrido singular de pensamientos, sin introducir representaciones que son nuestras, de nuestro mundo interno, de nuestra ideología, de un “supuesto saber” que no haría otra cosa que obturar el saber propio de cada sujeto.

Libros que muerden

Para finalizar, retomamos el título que da nombre a este trabajo. La frase es atribuida a Cortázar. Seguramente en alusión a la tan mentada y ya antigua frase de padres y maestros intentando irónicamente, que los niños se pusieran por fin a estudiar: “los libros no muerden”. Pero Cortázar sabía, que la supuesta existencia inofensiva de los libros, es puro cuento.

Referencias bibliográficas

- ARGUELLES, D. (1998). *Leer es un camino*. Buenos Aires: Paidós.
- CALDIN, C. F. (2001). A leitura como funcao terapeutica: biblioterapia. *Revista de Biblioteconomía y Ciencias de la Información de Florianópolis*, nº 12.
- CASAS DE PEREDA, M. *En el camino de la simbolización*. Buenos Aires: Paidós, 1999.
- DEBERTI, C. (2007). La biblioterapia aplicada a pacientes con consumo problemático de sustancias psicoactivas. *Revista Itinerario*, mayo Nº 7. <www.itinerario.psico.edu.uy> [Consulta: 16.09.2012]
- DEBERTI, C. (2009). Biblioterapia: propuesta de un encuadre. *Revista Itinerario*, mayo, año 4, nº 11, <www.itinerario.psico.edu.uy> [Consulta: 16.09.2012]
- DEBERTI, C. (2011). La lectura, una herramienta de inclusión social. *Boletín de ANABAD*. Vol.61, Nº 3.
- LARROSA, J. (1998). *La experiencia de la lectura*. Barcelona: Laertes.
- MANGUEL, A. (2005). *Una historia de la lectura*. Buenos Aires: Emecé.
- MONTES, G. (2001). *La frontera indómita*. México: Fondo de Cultura Económica.
- MORIN, E. (2002). *La cabeza bien puesta*. Buenos Aires: Nueva Visión.
- PENNAC, C. (2006). *Como una novela*. Bogotá: Norma.
- PETIT, M. (2005). *Leer y liar*. México: Conaculta
- PETIT, M. (2008). *L'art de lire: ou comment résister à l'adversité*. Paris: Belin.
- WINNICOTT, D (1998). *Realidad y juego*. Barcelona: Gedisa.
- WOLF, M. (2008). *Cómo aprendemos a leer: historia y ciencia del cerebro y la lectura*. Barcelona: Ediciones B.