

YAACOV NAOR
TERAPEUTA, ESPECIALISTA EN PSICODRAMA

“No saber qué pasó, dónde está un familiar, es uno de los sentimientos más dolorosos para las víctimas”

Hijo de dos supervivientes del Holocausto, Yaacov Naor aprendió pronto las consecuencias que el silencio, cuando se espesa sobre ciertos acontecimientos sociales traumáticos, como la guerra, tiene en la psicología humana. Desde hace décadas trabaja en romper ese silencio

EUGENIO MARTÍNEZ

PAMPLONA. ¿Es el silencio uno de los culpables de que algunas heridas emocionales no lleguen a cerrarse, y se transmitan de generación en generación?

El silencio es un mecanismo psicológico de defensa. Las personas recurren a él como una negación del dolor. En cierta manera se trata de un proceso necesario, pero si se prolonga demasiado deriva en una situación patológica. El silencio es una protección pero también puede convertirse en un muro.

¿En qué consiste eso que los terapeutas denominan “transmisión intergeneracional del trauma”?

Es un fenómeno habitual en el caso de guerras y conflictos. Los descendientes llevan sobre sus hombros el peso de lo ocurrido, en ocasiones sin saberlo y muchas veces sin haberlo vivido siquiera, y esa herencia, que siempre termina por aflorar de algún modo, condiciona sus vidas. Los traumas se transmiten de generación en generación. Yo no conocí el Holocausto, nací después de la Segunda Guerra Mundial, pero sí me preguntaba sobre el olor de los campos, sobre lo que significaba estar allí, lo puedo sentir perfectamente, porque mis padres sí lo vivieron. A día de hoy sigo teniendo sueños sobre los campos de concentración. Es algo que me resulta familiar, que proviene del subconsciente. Mis padres no hablaban de lo sucedido, y eso tuvo una parte positiva, ya que hizo que mi imaginación se desarrollara muchísimo. Fue de hecho la razón de que más tarde me convirtiera en actor de teatro.

¿Cómo se consigue que esos recuerdos no se conviertan en una fuente constante de sufrimiento?

La mejor manera es encontrar el modo de romper el silencio. Las personas víctimas de estos traumas presentan dificultades para establecer relaciones. Se sienten intimidadas, y no son capaces de confiar ni de estrechar lazos con otros seres humanos. El silencio, cuando se alarga en exceso, es peligroso, afecta a la relación con el mundo. En ocasiones, esas personas ni siquiera son conscientes del origen de su malestar.

Uno de los principales problemas de los niños de la segunda generación es el de no ser capaces de expresar ira. Para salir adelante y proteger a los supervivientes, se instaura de forma inconsciente un silencio que de algún modo excusa al agresor, incluso las víctimas llegan a identificarse con él. En el caso del Holocausto, sólo ahora,



Yaacov Naor visitó Pamplona la semana pasada invitado por la Asociación de Familiares de Fusilados y Desaparecidos 1936. FOTO: JAVIER BERGASA

setenta años después, las nuevas generaciones son capaces de indagar en lo ocurrido, de preguntarse qué pasó realmente. Salvo contadas excepciones, como la del escritor Primo Levi, la vergüenza y la necesidad de olvidar lo habían impedido hasta ahora. No es casual que haya surgido una constelación de artistas, de cantantes, de escritores... Es un fenómeno que obedece a la necesidad de expresarse.

De algún modo, esas son también las herramientas que usa el psicodrama. ¿En qué consiste esta disciplina?

Es una rama de la psicoterapia, ideada por Jacob Levy Moreno en los años 20. Utiliza técnicas teatrales, como situarse en el lugar de otra persona o dirigirse a un familiar que no se halla físicamente presente. En definitiva, consiste en un diálogo interior puesto sobre el escenario. Puede hacerse individualmente o en grupo, y es un instrumento muy poderoso, porque establece una distancia respecto a las propias emociones que permite a los seres humanos saber de dónde vienen éstas, y afrontarlas mejor. Lo principal es crear una atmósfera de confianza y descerrar la cortina del silencio, lograr que el paciente dé rienda suelta al dolor, a la pena, a las lágrimas.

El hecho de que no se haya podido enterrar a los familiares, como ha ocurrido en Navarra tras la Guerra Civil, ¿complica la superación del duelo?

Sin duda, que no haya tumbas, no saber qué pasó, dónde está un familiar, es uno de los sentimientos más dolorosos que tienen que afrontar

EL PROTAGONISTA

CARNÉ DE IDENTIDAD

● **Lugar y año de nacimiento.** Nació en 1948 en un campo de desplazados en el sur de Alemania.

● **Carrera profesional.** Es fundador y director de ISIS Israel, un centro de psicodrama y Expresive Art Therapy en Tel Aviv. También ejerce labores de coordinador de la Sección de Psicodrama de la International Association of Group Psychotherapy and Group Processes. Ha impartido cursos en Europa, Estados Unidos, Canadá, Australia e Israel durante los últimos 30 años. Desde 1986 ha impulsado grupos de diálogo psicodramático para supervivientes de la segunda y tercera generación del Holocausto junto con jóvenes alemanes, y entre palestinos e israelíes.

SUS FRASES

“El silencio es una protección pero también puede convertirse en un muro”

“El psicodrama permite establecer distancia frente a las emociones y afrontarlas mejor”

las víctimas. El *shock* que sufren es mayor. Pero incluso más importante que recuperar los cuerpos –algo en ocasiones imposible– es lograr hablar de ello.

Usted no trabaja sólo con descendientes de las víctimas, sino también de los verdugos.

Sí. Todos son víctimas. Ambos albergan sentimientos de culpa y necesitan enfrentarse a lo ocurrido. Nos preguntamos por qué la gente mata, cómo se puede llegar a eso. ¿Se trata sólo de maldad? No es tan sencillo. En realidad cualquiera de nosotros puede convertirse en un asesino. Estamos presos de las circunstancias, de nuestra educación... Muchas personas son esclavos de la autoridad, se ven obligados a colaborar con el poder. Otras veces nos dejamos arrastrar por la influencia del grupo, nos convertimos en un rebaño que sigue ciegamente a alguien que nos promete una mejor situación. La Iglesia, los políticos, ciertas coyunturas desesperadas, pueden llevarnos fácilmente hasta esos extremos.

El actual periodo de crisis nos hace más vulnerables...

Las crisis, como la que aupó a Hitler al poder, son terreno abonado para que sucedan estas cosas. La gente quiere encontrar soluciones inmediatas, y si aparece alguien capaz de hacernos creer que puede conseguirlas, todo viene rodado. Hitler, por ejemplo, creó mucho empleo y llevó a Alemania a una pujanza desmedida, pero todo era una ilusión, como lo demostró la década de crisis que sobrevino después. El crecimiento en economía debe ser paulatino y racional, si no

la caída resulta terrorífica.

Cuenta que los talleres que ha organizado entre palestinos e israelíes deparan situaciones de empatía sorprendentes.

Durante años, gracias a la mediación de Médicos sin Fronteras, me he desplazado a zonas donde los israelíes no pueden entrar, disfrazado y escoltado por terroristas, para trabajar el psicodrama con palestinos. Para mí es muy emocionante ver cómo confían en mí, cómo se abren, porque a pesar de ser judío no me ven como un enemigo. También he organizado encuentros entre palestinos y hebreos. Resulta increíble comprobar que, pese a las reticencias iniciales, terminan charlando y relacionándose. Al final, el “enemigo” es un ser humano como tú, que siente, que llora, que ha sufrido también. Ponernos en el lugar del otro nos permite comprenderlo y comprendernos mejor a nosotros mismos. En el psicodrama no hay espacio para la discusión política, la culpa ni la venganza, todos somos iguales. La idea es ser un testigo de la historia del otro. Ya no me desplazo a ciertas zonas porque era peligroso y mi familia me pidió que dejara de hacerlo, pero sigo organizando encuentros, aunque no esté bien visto. Mis amigos me preguntan: “¿Por qué les ayudas? Deberías ayudarnos a nosotros”. Yo les respondo que soy hijo de supervivientes del Holocausto, y que no quiero que esa tragedia se perpetúe. Mi contribución no es de orden político. Creo en el diálogo, y considero que crearlo y fomentarlo es mi misión en la vida.