

# No apta para señoritas: ante el sinsentido, la palabra

escrito por María Antonia Rincón

*"Fuimos derrotados por el sinsentido"*

Piedad Bonnet

Una amiga, muy querida, me preguntó por zutanito: que cómo está, porque fulanita le contó que menganita le había dicho que él había padecido una crisis depresiva. Mi amiga respondió que nada raro, porque a zutano le falta un tornillo. Me impactó más esta respuesta que la noticia, para mí, desconocida. Con la misma amiga, días atrás, tuvimos una conversación conmovedora sobre varias zutanas, fulanos y menganas que en los últimos meses pasaron por síntomas y diagnósticos de ansiedad y depresión. Las vidas familiares de ambas, y la propia existencia, están rodeadas de esa realidad y de allí mi desconcierto. Tengo plena certeza de que ella no hizo una referencia mal intencionada, lo conversamos y recurrimos al humor, porque precisamente en la conciencia recae el punto.

Aún nos cuesta, en el discurso y en la acción, comprender que quienes atraviesan situaciones relacionadas con la estabilidad emocional no se reducen a locos a los que se les entra el agua. Ahora, poco a poco, vamos quitando el velo, por lo menos, para hablar de estos temas, nombrarlos y definirlos según la propia experiencia de quien los vive. Sin embargo, una zancadilla recurrente es el temor de poner esto en palabras, precisamente, porque nos asusta sabernos vulnerables y sin certezas.

Coincidentemente, escuché a Piedad Bonnet este fin de semana quien conversó sobre la literatura de duelo. Además de las maravillosas recomendaciones técnicas, expresó con contundencia: "Fuimos derrotados por el sinsentido", en relación con la propia experiencia de su familia. Esto resume de manera precisa el mayor temor de quienes bordeamos los síntomas propios y ajenos de la condición mental: no hallar el sentido. No encontrar razones para asumir lo mínimo y lo

máximo de la existencia. No saber cómo vivir cada día, y peor, para qué.

En medio de ese nudo, insisto, nos queda la palabra. Escucharnos, escribirnos. Poner la angustia en nuestras conversaciones para darle forma y ubicarla en la perspectiva que le corresponde. Recurrir a ayuda de profesionales, acompañarnos. Darnos cuenta de que, tal vez, pensarnos tanto de manera individual lo que hace es que las heridas no cicatricen. La palabra implica salirse de uno y reconocer al otro, comprender que las conversaciones tejen lazos solidarios de comunidad y que, al final, esta red nos protege.

A veces somos quien cae; a veces somos un lazo tejido en esa red y recibimos a otros. Ambos roles implican un ejercicio muy consciente y amoroso de humildad y consideración. Por eso, las palabras que usamos para referirnos a la condición mental no pueden ser ingenuas ni despectivas. Pensar que el sinsentido nos atraviesa a todos, que oscurece la vida de cualquiera, es el punto de apoyo para abrir el corazón.