

CONVALECENCIA

Gratitud

El epígrafe de Nietzsche con el que se inicia el capítulo VI, guarda una estrecha relación con la expresión de gratitud, que Sacks, manifiesta, en su obra que lleva ese mismo nombre. *“A los cuarenta y uno pensé que iba a morir a causa de una grave caída en la que me rompí una pierna mientras hacía alpinismo en solitario. Me entablillé la pierna lo mejor que pude y me arrastré montaña abajo ayudándome torpemente con los brazos. En las largas horas que siguieron, me asaltaron muchos recuerdos, buenos y malos. Pero casi todos fueron de gratitud: gratitud por lo que los demás me habían dado, y gratitud también por haber podido corresponderles con algo a cambio” ... Doy gracias por haber vivido muchas cosas –algunas maravillosas y otras horribles– y por haber sido capaz de escribir una docena de libros, por haber recibido innumerables cartas de amigos, colegas y lectores, y por haber disfrutado de lo que Nathaniel Hawthorne denominó «un diálogo con el mundo» (Sacks, O. (2016, p 19)*

La gratitud, que expresa Sacks, y siguiendo con la música, es el sentimiento que se tiene luego de un gran concierto, de un gran esfuerzo, pero en esencia, gratitud por sus maravillosos movimientos para recuperar su poder, su cuerpo, su mundo y la vida por conocer.

El estar de pie, el poder caminar, le otorgaba a Sacks, un gran sentido de libertad y de sentimiento de asombro, reconocimiento, júbilo, amor, reverencia, alabanza y esperanza de regreso a la amplitud de la vida y de toda su existencia.

1. Del Confinamiento a la libertad: el tránsito por varias escalas musicales

A pesar de su alegría, Sacks es consciente de que la recuperación le significa el paso por varios movimientos y melodías musicales. Nada tiene de lineal, como tampoco significa una serie de escalas suaves, por lo contrario, constituye el advenimiento de distintas notas discordantes que por momento le impiden guardar esperanza. Cada arribo se constituye en un horizonte de posibilidades de descubrimiento de sí. Las percepciones, las sensaciones, los campos visuales cambian vertiginosamente para él con cada uno de los movimientos.

Esa gran diferencia entre el estar confinado, reducido a un espacio, para luego estar abierto a un campo de posibilidades, le permite a Sacks, poco a poco, escala a escala restablecer la libertad, y con ella recuperar el espacio individual y social, perdido por el confinamiento de la enfermedad y cautiverio de sí mismo.

El confinamiento es un encogimiento natural e inevitable de la existencia, que solo es posible romper, si se recuerda el mundo que habitaba antes de la enfermedad. *“Era un encogimiento natural e inevitable de la existencia, que resultaba soportable e incurable debido a que no se detectaba..., no era directamente perceptible. ¿Cómo iba a saber uno que se había encogido si el propio marco de referencia se había encogido también? Tenían que recordarte aquel mundo grande que habías «olvidado» y entonces, sólo entonces, podías expandirte y curarte”* (Sacks, 2010 p139).

Dos angustias se instauran en la emocionalidad de Sacks, en medio de su confinamiento, que limitan su libertad: i) la erosión del yo y del espacio, dada su incapacidad física y ii) la intranquilidad por una moral desvalida, identificada en la relación entre médico paciente, en la cual él como paciente se sentía reducido, anulado, incapaz de erguirse en defensa de sus derechos. *“Al sentirme físicamente desvalido, inmóvil, confinado, me sentía moralmente desvalido, paralizado, contraído, confinado ... y no sólo contraído sino también contorsionado, en papeles y posiciones abyectas”*. (Sacks, 2010 p140). Siendo así, poder caminar, recuperar la salud, le significa a Sacks, la libertad física y moral y con ello la alegría de vivir y ser el mejor de los directores del concierto de su vida.

1.1. La recuperación: un peregrinaje de incidentes musicales

La recuperación se constituye para Sacks, en una peregrinación, escala a escala, paso a paso, con incidentes que significa el fin de un episodio y el resurgir de algo nuevo. Muere algo con cada incidente y nace algo nuevo con cada uno de ellos, en una dialéctica permanente. *“La recuperación (como decía el buen interno) era un «peregrinaje», una jornada, en que uno avanzaba, si lo hacía, etapa tras etapa, o por estaciones. Cada etapa, cada estación, era un acontecimiento exigía empezar de nuevo, era un comienzo o nuevo nacimiento. Tenías que empezar, que nacer, una vez tras otra. La recuperación era un ejercicio que entrañaba nada menos que un nacimiento, pues igual que el hombre mortal enferma y muere por etapas, así también el hombre que nace se desarrolla y vivifica por etapas. Etapas radicales, etapas de existencia, absolutas y nuevas: imprevistas, imprevisibles, incalculables, sorprendentes. ¿Una recuperación sin incidente? ¡La recuperación consiste en incidentes!”* (Sacks, 2010 p142).

Se trata de allanar un camino del abismo o vacío entre la enfermedad y la salud, que no es lineal, o que no es un camino recto de secuencias musicales repetitivas. Por lo contrario, la recuperación implica para Sacks, estar de cara así mismo, -ante un espejo que todos los días muestra una figura diferente-, pero que al mismo tiempo está de cara al otro, al otro paciente que comparte su misma circunstancia.

No es fácil la recuperación de su libertad, *cuando como enfermo se le atribuye una entidad sin voz, sin voto, sin derecho, como sujeto inválido, no válido*. Tal vez, ese es el abismo o vacío más difícil de allanar, la recuperación del sujeto con todas sus atribuciones y derechos, puesto que la enfermedad no solo despoja al paciente de su salud, sino que,

además, lo sustrae de la libertad que tiene el sano. Esta es tal vez el argumento más fuerte que usa Sacks para sustentar la necesidad de vivir la convalecencia. Sin duda, se requiere de un tiempo para salir al mundo a recuperar todo lo perdido por el confinamiento de la enfermedad. *“No podían volver a lanzarnos al mundo inmediatamente. Tenía que haber un intermedio, existencial además de médico, necesitábamos un lugar donde pudiésemos llevar una existencia limitada, limitada y protegida, que no exigiese demasiado; una existencia limitada, pero en expansión constante, hasta que estuviésemos en condiciones de incorporarnos al gran mundo”* (Sacks, 2010 p146).

La experiencia con el otro paciente es uno de los caminos para poder allanar el abismo entre el hospital y la sociedad. El contacto con el otro paciente es el peldaño para crecer moralmente, puesto que en el confinamiento se pierden muchas costumbres y se vuelve a una infancia de descubrimientos, sorpresas, aprendizajes, pánicos y juegos.

2. La convalecencia: del niño dependiente a la graduación

Sacks, muestra que el proceso de convalecencia, así como el de recuperación contiene distintas fases emocionales y físicas nada fáciles por las que el paciente tiene que transitar.

La convalecencia se inicia al dejar el confinamiento del hospital, y con él la oscuridad de un paciente indefenso, dependiente, miedoso e inseguro, desvalido moral que lleva el ropaje del dolor y el sufrimiento.

El Hogar de Convalecientes, se constituye en un lugar de crecimiento lento, en el cual lo que importa es el haber salido confinamiento y encontrarse en otro modo y lugar con distintos sentimientos, ante todo con el sentimiento de gratitud.

En el Hogar, vive la escolaridad, escala previa para salir al mundo. Es el momento y lugar en el cual, para Sacks, las diferencias comienzan a hacerse evidentes. Estar confinando y estar fuera de una caverna, son dos picos de una montaña con abismo de por medio difícil de transitar. Es un reto más que tiene a sus pies como el de escalar nuevamente, en una exigencia, que en este caso se hace distinta y distante dado que no estaba entrenado para ello desde ningún punto de vista.

El Hogar es para Sacks, el espacio de socialización, en el que se encuentra de cara con los otros pacientes semejantes a él; hermanos, camaradas pacientes, criaturas parecidas a él en circunstancia de convalecencia. La comunicación con otros pacientes le permite a Sacks, romper las barreras de la soledad a las que estuvo sometido en el hospital. Como hermanos de una misma condición y de un pasado casi idéntico, no había barrera idiomática ni hiato que experimentar con el otro. *“Todos habíamos pasado por ello (por la enfermedad y por el miedo) y algunos se habían adentrado en el valle de sombras de la muerte. Todos habíamos conocido la soledad básica del estado de enfermo y marginado, esa soledad «con la que ni siquiera amenaza el propio infierno”. Todos habíamos descendido hasta grandes oscuridades y profundidades ... y ahora*

habíamos a florado, como peregrinos que hubiesen seguido el mismo camino, pero un camino que, hasta entonces, hubieran tenido que recorrer en solitario” (Sacks, 2010 p153).

El Hogar, es para Sacks, un *intermedio mágico*, o la *región intemporal* de Arendt, entre la enfermedad y la salud, entre el pasado y el futuro, que alberga la sensación de vacaciones, un periodo para el ocio real, de buenas emociones, para pensar y sentir con calma. En esencia, una presencia eterna, de quietud absoluta del Ahora, el tiempo del verdadero hogar, el único hogar, de la Mente, del Alma y del Arte. *“Bien puede ser la región del espíritu o, más bien, el camino pavimentado por el pensamiento, esa pequeña senda sin tiempo que la actividad del pensamiento recorre dentro del espacio temporal de los mortales y donde las secuencias de pensamiento, de recuerdo y de premonición salvan todo lo que tocan de la ruina del tiempo histórico y biográfico. Este pequeño espacio intemporal dentro del corazón mismo del tiempo, a diferencia del mundo y de la cultura en que hemos nacido, sólo puede indicarse, pero no heredarse y transmitirse desde el pasado; cada nueva generación, cada nuevo ser humano, sin duda, en la medida en que se inserte entre el pasado infinito y un futuro infinito, debe descubrirlo de nuevo y pavimentarlo con laboriosidad”* (Arendt, 2018, p8)

El Hogar de Convalecencia es el ámbito del colegio, lugar de aprendizajes, recreos, ejercicios, cuidados, horarios, encuentros y desencuentros con los otros convalecientes que unas veces se antojaban amigables y otras no, pero que significa el espacio de rehabilitación social, una especie de segunda infancia, que entrañan todo un momento de escalada exigente hacia un nivel superior en medio del miedos, pánicos e inseguridades propia de un niño. *“Y si yo tenía que pasarme allí otras seis semanas era porque hacían falta otros actos, de un género parecido, porque la restauración de la función superior no es algo suave y automático. Rehabilitación, en este sentido, es recapitulación, segunda infancia; porque entraña, como la infancia, actos decisivos de aprendizaje, ascensiones súbitas de un nivel al siguiente, siendo inconcebible cada nivel desde el anterior”* (Sacks, 2010 p162).

La convalecencia en el Hogar le significa a Sacks, una maravillosa experiencia en la cual, a partir de una profunda crisis, sufre una transformación interna que le permite encontrar la posibilidad de una nueva identidad, una nueva historia de sí mismo, y ver *“la vida, a todos los seres, como los dones más preciados, infinitamente vulnerables y precarios, y que había que valorar y estimar infinitamente”* (Sacks, 2010 p166).

3. El júbilo

Sacks regresa al mundo que había dejado seis meses atrás, luego de un arduo proceso de recuperación y convalecencia que le significa, no solo transitar por todos los bemoles musicales, sino además vivir una experiencia mística de pérdida y restauración de lo trascendental a través de la cual va más allá del conocimiento científico. Ese intermedio mágico o la *región intemporal* de su vida, tiene un límite, que está dado por saberse y sentirse rehabilitado, apto para el mundo. El viaje por el Hogar llega a su fin y se encuentra liberado de todas las trabas, surgiendo de la noche oscura y del abismo, en medio de una embriaguez de luz, de amor y de salud.

Los miedos, los temores, las inseguridades desaparecen. Sacks siente la espontaneidad del niño o del perro en juego, siente el deseo de saborear todo placer, nada, canta baila, evocando la acción natural de su cuerpo, en una especie de voluntad *escotiana*, en la que el apetito de la voluntad “*ut natura*” se liberada de la necesidad automática y se compenetra con una acción de juego impulsiva. “*Como la voluntad sea el apetito más fuerte del hombre en cuanto un «todo», más fuerte que todos los demás apetitos sensibles, resulta de ello que, en cuanto el hombre está afectado y se realiza según voluntad, así acontece también con respeto a la operación y afectación del todo que es «hombre». No hay apetito en el hombre que le impulse tanto como éste de la voluntad*” (Guzmán, 2007, p 217)

La aventura había llegado a su fin con un júbilo de felicidad, siente que viene de un largo caminar donde ...“*había visto profundidades y cimas que no se veían normalmente. Había habitado en ellas, las había explorado, eran los límites extremos de la experiencia. Ahora, en cierto modo, bajaría a la tierra, llevaría una vida más normal y corriente, sin los arrebatos extremados y las epifanías de las semanas anteriores. Sentía esto como una pérdida. Mi aventura acababa. Pero sabía que había sucedido algo trascendental, que dejaría su huella y que me haría cambiar, decisivamente*” (Sacks, 2010 p175).

Reflexiones

1. La recuperación trasciende el acto médico

La experiencia de Sacks ilustra la recuperación de la libertad del paciente y su autoridad moral, en una práctica que está lejos de lo prescrito por la medicina clínica. Para Sacks, la enfermedad no está limitada a una discapacidad específica, ni siquiera a una alteración funcional determinada, y no puede medirse mediante normas generales preestablecidas que puedan ser aplicables a todos los pacientes con el mismo trastorno; la enfermedad o discapacidad final del individuo depende de la capacidad del propio individuo para adaptarse a las condiciones cambiantes y reformular así una forma alternativa viable de vivir su vida. La enfermedad no está limitada al cuerpo, sino a una compleja interacción entre la mente, el cuerpo y el medio, y su forma final depende de complejos mecanismos adaptativos físicos y psicológicos que el sujeto pueda desarrollar.

Poco o nada se considera en la medicina clínica, la libertad y la autoridad moral del paciente. Por el contrario, se le anula, convirtiéndolo en sujeto de obediencia, reduciendo su capacidad de deliberación y autoridad moral.

De acuerdo con la perspectiva de Sacks, el médico, más que la voz autoritaria que diagnostica y pronostica, debe ser un socio del paciente en tratar de establecer la naturaleza y el alcance de la enfermedad y un colaborador en el proceso de su adaptación a la misma para lograr la mejoría, canalizando, con sentido humano, sus conocimientos y su experiencia en el cuidado profesional al paciente: “*Nunca viendo al paciente como un objeto impersonal ni someterlo a identificación y proyecciones de sí mismo, el médico debe proceder por simpatía o empatía... en compañía del paciente, compartir sus experiencias, sentimientos y pensamientos, los conceptos internos que modelan su conducta. Él debe sentir (o imaginar) cómo se siente su paciente sin perder nunca el sentido de sí mismo;*

debe habitar, simultáneamente, dos marcos de referencias y hacer posible que el paciente haga lo mismo (Sacks, 2011, p 48).

2. La libertad de saberse

“¡Libertad! De pronto podía caminar, era libre. De pronto estaba completo, estaba bien. Por fin podía sentir lo que era plenitud, salud, cosas antes inconcebibles, impensables, perdidas” (Sacks, 2010, p 134). La libertad es salud, es la condición de posibilidad de moverse (caminar) en un espacio fisiológico y personal y por ende social y así retornar a la vida. Es como señala Sacks, lograr la espaciosidad de la salud, de la vida con todo lo que ella implica.

La libertad para Sacks tiene un gran sentido de la recuperación. Se recupera la libertad moral y se sabe y se reconoce nuevamente como sujeto de derechos, como paciente, pero además como sujeto social que interactúa con otros, liberándose así de los monólogos con su cuerpo y existencia.

El paciente que se sabe como sujeto de derechos, es tal vez uno de los mayores grados que puede lograr de verdadera recuperación y libertad.

Referencias

Arendt, H. (2018) *Entre el pasado y el futuro* Ciudad de México: Colección Clásicos Universales de Formación Política Ciudadana

Guzmán Manzano, I. (2007) “Eros y Caridad en Duns Escoto”, en: *Cauriensia*, Vol. II, 211-235, ISSN: 1886-4945

Sacks, O. (2010) *Con una sola pierna*, Barcelona: Anagrama

Sacks, O. (2011) *Despertares*, Barcelona: Anagrama

Sacks, O. (2016) *Gratitud*. España: Anagrama