

PRIMERA SESIÓN

¿Quién anda contando mi historia?

La historia no es un accidente, es una opción.

BAYARD RUSTIN.

A todos los seres humanos nos gusta escuchar historias. Mucho más durante la infancia. Los niños pueden oír el mismo cuento una y otra vez a pesar de que saben perfectamente hacia dónde va el relato y de ninguna manera permiten que se modifique el final. Estar al tanto de lo que les va a suceder a los personajes de los cuentos les proporciona seguridad, ya que les garantiza que el futuro no es misterioso ni impredecible ni atemorizador. Les gusta saber que el héroe sale vencedor. Que los malos recibirán un castigo y que el orden se restablecerá.

Al crecer nos damos cuenta de que así no funcionan las cosas. El mundo es impredecible. Ninguno de nosotros puede asegurar lo que va a pasar al día siguiente y constantemente sentimos

que no somos dueños de nuestro destino. Tal vez por eso en momentos de crisis buscamos desesperadamente una salida, una solución, un camino marcado, como el que tenían los personajes de los cuentos que escuchamos en nuestra infancia. Un letrero. Una voz que diga: “Por aquí”. Algo o alguien que nos ayude, pues no vemos la solución a nuestros problemas. Sería bueno darnos cuenta de que, a diferencia de las narraciones infantiles en donde alguien decidió el destino de los protagonistas, nosotros sí tenemos voz y voto en nuestra historia personal, familiar, nacional.

Los que escriben la historia de los pueblos son sus habitantes. Que no seamos conscientes de ello, que lo hayamos olvidado o que nos hayan convencido de que no podemos cambiar el curso de los acontecimientos es otra cosa. El hecho es que somos nosotros y nadie más los que vamos escribiendo nuestra historia.

En este momento casi los puedo escuchar diciendo: “Sí, cómo no”. Yo no he decidido la miseria generalizada, ni las muertas de Juárez ni la corrupción ni las guerras ni las hambrunas

ni el calentamiento global; y tienen razón, nadie en su sano juicio podría elegir un camino más equivocado. La pregunta es: los miembros de las altas esferas del gobierno o que están al frente de corporaciones internacionales que toman las decisiones que más afectan a la mayoría de los habitantes de este planeta, ¿están en su sano juicio? Desde mi punto vista y el de muchos más, la respuesta sería: no. ¿Entonces por qué les permitimos que sigan ocupando un puesto directivo? Las probables respuestas serían: porque esa decisión no nos compete, porque escapa de nuestro control, porque nadie nos hace caso, porque los gobernantes no nos escuchan, no respetan nuestro voto, no toman en cuenta la opinión pública, no nos ven, no nos oyen, no existimos para ellos. En otras palabras, somos víctimas del gobierno de turno y de un sistema económico mundial que hace tiempo decidió convertirnos en simples consumidores, o mano de obra barata.

Como si las cosas sucedieran por sí mismas y “fuera” de nosotros. Como si nos “pasaran” cosas desastrosas sin que de ninguna manera las

pudiéramos impedir. Como si estuviéramos atomizados, separados, desconectados los unos de los otros. Como si no formáramos parte de un orden superior al económico. Un orden en donde no hay nada predeterminado sino un campo infinito de posibilidades que cambian y se modifican a cada instante de acuerdo con lo que dicta nuestra manera de pensar, de sentir o de actuar.

Al abrir los periódicos o al escuchar las noticias en la televisión siento que la mayoría de los articulistas o comentaristas nos narran solo la mitad del cuento. Es como si se quedaran en el inicio: “Había una vez un pueblo en donde diariamente aparecían decenas de decapitados”. Cualquier niño preguntaría, ¿y luego qué?, ¿o me van a decir que ahí se acaba la historia? Si así es, ¡qué final más anticlimático!

Nos venden a diario historias en las que pareciera que no hay personajes que toman decisiones en sentido contrario a la violencia, al crimen, a la corrupción, a la impunidad. Como si no hubiera un poder del pueblo, como si los únicos que están actuando a sus anchas fueran los

delincuentes. Como si todos nosotros no estuviéramos aquí. Como si la historia sucediera en un tiempo y espacio ajenos al nuestro. Como si en cada familia, en cada colonia, en cada país, inevitablemente se tuvieran que repetir actos de violencia, de dolor, de sufrimiento. A nadie le gusta que lo golpeen, que lo torturen, que lo exploten, que le mientan, que lo traicionen, que le roben, que le nieguen una vida digna y sin embargo, por absurdo que parezca, estas cosas son el pan de todos los días. Desde el punto de vista de la dramaturgia, la pregunta obligada sería, ¿por qué los personajes de nuestras historias personales, familiares o nacionales toman decisiones que saben de antemano que les van a causar dolor?, ¿por qué aceptan las reglas injustas de un sistema económico depredador y suicida?, ¿por qué si los delincuentes han podido crear múltiples y eficientes redes del narcotráfico, nosotros no hemos podido crear redes de ayuda solidaria, de trueque internacional que funcionen con igual eficiencia? La respuesta es más que obvia, dirán algunos de ustedes. ¡Porque todas

esas organizaciones criminales reparten dinero a manos llenas! Con dinero es posible comprar desde la voluntad de un campesino hasta la de los presidentes. No importan las consecuencias. No importa cuántos mueran ni cuántos sufran. Lo que importa es cuánto dinero se meten en el bolsillo. Bueno, ante la contundencia de este hecho creo que deberíamos comenzar por ahí, por analizar por qué consideramos al dinero como el bien supremo, y la mansedumbre con la que nos ceñimos a sus caprichos. Seguir la ruta del dinero nos conducirá a la fuente de la corrupción, y esta a una organización social que funciona con base en un solo pensamiento: primero estoy yo, luego yo y después yo. Básicamente esa idea es la que promueve un sistema económico sustentado por un individualismo extremo. Veamos qué tan separados de los otros nos contemplamos.

1. ¿Has oído hablar del efecto mariposa?, ¿crees que existe?
2. Si una bomba atómica explotara a un kilómetro de donde tú vives, ¿te afectaría?

3. ¿Crees que un terremoto en Asia puede ocasionar un tsunami en el continente americano?
4. ¿Crees que una caricia puede ocasionar una ola de ternura expandible?
5. Cuando una especie animal se extingue, ¿a cuántos ecosistemas afecta?
6. ¿A cuántas personas afecta una violación?
7. ¿Cuántas personas consideras que mueren con un asesinato? (Me refiero al impacto que su muerte tiene en el estado emocional de sus familiares).
8. El derrame de un buque petrolero en el mar, ¿a cuántos seres vivientes afecta?

Como vemos, nuestras acciones afectan al medio ambiente y a las personas que nos rodean, tal como las acciones de otros repercuten en nuestras vidas. Muchos de nosotros ahora solo hemos venido recibiendo el impacto de las decisiones de los otros. Decisiones que se toman sin que les importe un comino si van a afectar o no a millones de personas. La crisis mundial en la

que estamos inmersos nos obliga a tomar cartas en el asunto y a actuar decididamente para cambiar nuestra historia.

El primer paso que tenemos que dar para convertirnos en los narradores o escritores de nuestra propia historia es tener claro qué es lo que queremos cambiar. No nos conformemos con la idea de que alguien más ya decidió por nosotros y no nos queda otra que acatar órdenes. Si miramos a nuestro alrededor, veremos que en el mundo entero hay manifestaciones de indignados que quieren cambiar las cosas, sin embargo no siempre tienen claro cuál sería el camino a seguir. Para todos ellos escribí este libro, que está basado en un taller de dramaturgia personal que he impartido en mi país y que ha dado excelentes resultados. Es más que nada una invitación a actuar. A no quedarnos a un lado, sin ser tomados en cuenta o en el papel de “la Bella Durmiente” que está sin estar. Que escucha sin oír. Que interviene sin intervenir. Representando magistralmente a una presencia pasiva, aletargada, inhabilitada. ¿A alguien lo contrataron para

representar dicho papel?, ¿alguno de ustedes lo aceptó? ¿O de plano pertenecen al grupo de los resignados que piensan que una vida miserable, un matrimonio infernal o un gobierno de asesinos y ladrones son la cruz con la que tienen que cargar hasta el fin de sus días?

Si es así no se preocupen. Espero que los ejercicios que se incluyen en este manual los ayuden a cambiar de opinión y que les brinden los elementos necesarios para adquirir una mayor claridad sobre quiénes son, qué necesitan y cómo lo pueden obtener.

Durante el ejercicio práctico que implica la escritura de una nueva historia, vamos a tomar conciencia de todas aquellas obligaciones que de pronto nos impone el mundo “civilizado” en el que supuestamente vivimos y que sentimos el compromiso de obedecer, pero que en verdad no están diseñadas ni para nuestro propio bienestar ni para el de los demás.

Reconoceremos cuáles son las barreras que nos mantienen aprisionados y nos impiden tomar las riendas de nuestro destino. El mundo que

otros han diseñado para su propio beneficio es una cárcel para la mayoría de los seres humanos y, si ustedes están dispuestos a escapar de ella, descubramos dónde está la puerta de salida.

Lo único que les quiero advertir, antes de continuar, es que este manual se diseñó para orientarlos sobre cómo escribir una historia. Una nueva historia. Una historia que nadie ha escrito y que solo a nosotros nos corresponde hacerlo. Hasta ahora hemos venido representando el papel de esclavos, de súbditos, de empleados, de rehenes, pero ya va siendo hora de que nos convirtamos en los creadores de nuestros propios papeles. Empecemos por asumir que vamos a ser los protagonistas y que tenemos el poder de decisión para marcar el rumbo que queremos tomar. Luego, lo tenemos que poner en papel. El ejercicio de la escritura es un requisito indispensable. Van a tener que participar activamente y con toda honestidad. Nadie los va a calificar. Nadie los va a juzgar. Nadie los va a corregir. No se preocupen. Lo más que va a pasar es que se encuentren

con ustedes mismos, y si lo logran se beneficiarán enormemente.

Al leer las preguntas de los cuestionarios que se incluyen en el texto pueden caer en la tentación de responderlos mentalmente. Eso no les va a servir de nada. Escriban por favor. ¡Escribiendo se entiende uno mismo!

Antes de continuar, les quiero pedir una disculpa. Este manual se llama *Escribiendo la nueva historia* o *Cómo dejar de ser víctima en 12 sesiones*. Bueno, pues déjenme decirles que el subtítulo es una total mentira. Dejar de ser víctima les va a tomar mucho más que 12 sesiones pues implica un trabajo profundo y constante. Perdón, pero si se lo decía no iban a querer hacer el intento. Dicho lo cual, ¡continuemos!

SEGUNDA SESIÓN

¿Qué queremos cambiar?

Este paso no es tan complicado. Casi todo el mundo sabe muy bien qué es lo que no quiere. Qué es lo que no le gusta. Qué es aquello que impide su desarrollo y su bienestar. Qué es lo que le causa dolor y sufrimiento.

Lo difícil es saber lo que uno quiere. Se puede dar el caso de que aun sabiéndolo, llevemos toda una vida tratando de alcanzarlo infructuosamente. Una de las razones más comunes es que uno pretende obtenerlo por medio de la transformación de los demás. Por ejemplo, muchas mujeres que sufren violencia intrafamiliar esperan que sus esposos sean los que cambien, que dejen de ser violentos de la noche a la mañana y que les lleven flores, que las inviten al cine, que sean comprensivos y cariñosos, y así se les puede ir la

vida recibiendo golpes e insultos sin ver resultados claros. Si colocamos nuestra fe en el cambio en las acciones y decisiones de los otros, puede que nunca logremos ver lo que tanto anhelamos. Quien realmente puede cambiar las cosas no es nadie más que uno mismo. Ese cambio interno, por insignificante que nos parezca, automáticamente se reflejará en el mundo externo. Pues todo lo que es adentro es afuera, como todo lo que es arriba es abajo.

Respondamos las siguientes preguntas:

1. ¿Qué es lo que te gustaría que funcionara de otra manera? (En tu familia, en tu lugar de estudio, en tu lugar de trabajo, en tu comunidad, en tu país, en el continente en el que vives, en el planeta).
2. El cambio que deseas, ¿depende de alguien más? Por ejemplo, si una persona quisiera terminar con la corrupción, ¿podría lograrlo?, ¿cuántos y quiénes tendrían que participar para que ese cambio se concretara?

Si se dan cuenta, las decisiones de las grandes corporaciones, de las altas cúpulas del poder, de las instituciones religiosas, del Fondo Monetario Internacional o de cualquier organización, están fuera de nuestro alcance. Podemos mostrar nuestra inconformidad con sus prácticas. Podemos indignarnos. Podemos crear organizaciones civiles que actúen en defensa de los intereses de la mayoría pero ni así tendremos garantizado el triunfo. No solo por la reacción violenta y en sentido contrario que los poderosos puedan tomar para defender sus grandes intereses económicos, sino porque los cambios, para que sean verdaderos, tienen que ser sostenidos por estructuras sociales renovadas. Las cosas no van a cambiar a menos que todos en conjunto pensemos, actuemos y trabajemos de manera distinta. Gandhi decía: “Todo cambia cuando uno deja de repetir lo mismo”.

Ese es el gran reto y el más complejo. Lo que uno hace es el resultado de lo que uno piensa. Por eso es indispensable analizar, ¿por qué pensamos como pensamos? ¿Por qué actuamos

como actuamos? ¿Por qué vivimos como vivimos? Y sobre todo si somos conscientes de que nuestro hacer y nuestro pensar alteran por completo el funcionamiento de la sociedad en la que vivimos.

No basta con desear algo para que suceda. Muchas revoluciones se han inspirado en un deseo auténtico de cambio, sin embargo los actores políticos que las llevaron a cabo, al llegar al poder, terminaron repitiendo los mismos errores que sus antecesores.

Algunos pesimistas, parafraseando a Discépolo, dirán que esto se debe a “que el mundo fue y será una porquería...”. Sin embargo, y a pesar de que me encanta ese tango, me niego a afirmar que el mundo no tiene remedio. Sí lo tiene. Para documentar el optimismo, les aseguro que sí existe una forma efectiva de cambiar las cosas y es yendo directamente a las causas, en vez de a los efectos.

En la escuela aprendimos que a cada acción le corresponde una reacción. Esta explicación del funcionamiento del Universo como una gran

máquina programada para reaccionar de tal o cual manera es la que correspondería con una visión mecanicista de la historia con la que no nos meteremos en este capítulo. Lo que sí abordaremos es lo referente a las leyes que gobiernan o desgobiernan nuestra vida, una de las cuales es la de causa y efecto, ya que al ser como somos y actuando como actuamos, nos ha sido imposible obtener lo que deseamos. Tendríamos que cambiar nuestro pensar y nuestro actuar para obtener resultados diferentes.

Detrás de cada problema en nuestra vida hay una repetición de acciones equivocadas. Una vez que las detectemos, será mucho más fácil evitar repetir las en el presente y con ello nos aseguraremos de que su efecto no tenga lugar en el futuro. Suena lógico, ¿no?

Les propongo que la planeación de ese cambio la dividan en tres actos, como se hace dentro de una estructura dramática tradicional. En el primer acto van a plantear cuál es su problema, en el segundo acto lo van a confrontar y en el tercer acto le encontrarán una solución. Esa es la

idea. No importa que la solución a la que lleguen sea virtual. Lo importante es que le encuentren una posible solución a aquello que los perturba. Esa respuesta que obtengan tarde o temprano se reflejará en el exterior.



Por favor indica si:

1. La situación en la que te encuentras actualmente y que deseas cambiar fue generada u ocasionada por la acción o decisión de otros.
2. Siguiendo esa lógica, tus acciones o decisiones personales podrían modificar las vidas de los demás, ¿no? Ya que lo que funciona en un sentido también funciona en sentido contrario.
3. Si hay una reacción para cada acción es debido a que vivimos en un mundo in-

terconectado en donde las partes que integran un todo guardan relación entre sí y responden a los estímulos que reciben. De otra manera la “gran maquinaria” del mundo no podría funcionar, ¿o sí?

4. ¿Consideras que en el pasado algo o alguien te causó un daño permanente?
5. ¿Consideras que en el pasado tú le ocasionaste a alguien un daño permanente?
6. Eso indicaría que tú, como ser humano, ¿eres solo el efecto de una causa que tuvo lugar en el pasado pero que sigue repercutiendo en el presente?
7. ¿Considerarías la posibilidad de que si hay alguien que fue capaz de dañarte existe alguien capaz de sanarte?
8. En caso afirmativo, esa sería la prueba de que el daño que consideras que te ocasionaron o que ocasionaste no fue permanente, ¿o sí?

Si solo fuéramos el efecto duradero del pasado, ya no se podría hacer nada para modificar

el presente y no tendría sentido continuar con el ejercicio de dramaturgia personal, pero ¿y QUÉ TAL SI SOMOS algo más que un simple engranaje de una maquinaria que actúa siguiendo reglas eternas e inamovibles?

¿QUÉ TAL SI...? es la pregunta que abre un mundo de posibilidades. El mundo que conocemos desaparece ante nuestros ojos y surgen nuevas situaciones, personajes, soluciones. Y cada nueva posibilidad provoca un efecto dominó en el que las viejas estructuras se derrumban ante las nuevas.

Haciendo un símil entre la estructura que sostiene a un edificio y la que sostiene a un ser humano, encontraríamos que en ambos casos hay eventos pasados que nos sacudieron, que nos dejaron grietas, que afectaron nuestros cimientos. Si el daño fue muy grave, corremos el riesgo de colapsarnos. La elección más sana en esos casos sería la de demoler, para luego reconstruir. Sobre el terreno vacío se puede diseñar una nueva distribución de los espacios, levantar columnas más fuertes, reforzar los cimientos. Si

lográramos concebirnos como una obra de arte que se va construyendo minuto a minuto, sin el menor reparo derrumbaríamos los muros que limitan o que ocultan nuestra verdadera imagen y levantaríamos unos nuevos.