

# iceberg

EL NEWSLETTER DEL PSIC. AGUSTÍN MENÉNDEZ

## Ola a ola

**Aceptación, paciencia y esperanza:  
los requisitos para navegar y  
sortear estos tiempos de tormenta  
y desconcierto.**

Raíces, frutos  
y logotipo

Soledad para  
encontrarse

Orán, siempre  
presente



Bienvenid@ a este boletín, con espíritu de revista, que inicié el mes pasado cuando comenzaba el tiempo de confinamiento a causa del Covid-19. Estamos a fines de abril y seguimos en casa, al tiempo que comparto contigo este segundo número de esta gacetilla en la que podrás encontrar textos de mi página web, ilustraciones y “fotos que hablan”, así como escritos de otros autores y alguna otra curiosidad que encuentro navegando (sin mucho rumbo) por la red.

Mi propósito es que el tiempo que pases por aquí te invite a la reflexión y la introspección, actividades cada vez más necesarias en estas complejas e inciertas coordinadas existenciales que nos toca vivir.

Si por algún motivo querés consultarme algo me podes encontrar en el e-mail [agustinmenendez.com](mailto:agustinmenendez.com) o en el teléfono/whatsapp (+598) 99268397

## ÍNDICE

Editorial	Página 2
Raíces, frutos y logotipo	Página 3
Ola a ola	Página 6
Soledad para encontrarse	Página 11
Orán, siempre presente	Página 18
Contacto	Página 24

Como psicólogo y psicoterapeuta trabajo en torno a preguntas importantes de la vida: ¿Qué te está pasando? ¿Qué te impulsa y qué te importa? ¿Cómo se gestaron los acontecimientos que hoy te afectan? ¿A dónde te diriges? ¿Es posible dejar de *tropezar siempre con la misma piedra*? Al explorar estas preguntas con las personas aspiro a ayudarles a *tomar la vida en sus manos*, tener vidas más significativas, así como adoptar decisiones que fortalezcan sus entornos personales, sociales y profesionales.

**ICEBERG N° 02**

**Redactor responsable:**  
Agustín Menéndez



# Editorial

Se va terminando abril y seguimos en cuarentena. Ha pasado mes y medio desde que comenzáramos el confinamiento voluntario como medida para hacerle frente a esta realidad incomprensible, casi de ciencia ficción. Realidad que invade cada rincón de nuestra cotidianeidad, que nos impone prácticas que hasta hace poco tiempo no le dábamos mayor importancia. Lavarnos las manos, mantener distancia respecto a las personas, usar tapabocas allí y allá se han tornado escenas que todo indica que llegaron para quedarse a partir de este 2020.

Aún no está claro hasta cuándo estaremos así, si una nueva normalidad se constituirá o si simple y paulatinamente volveremos a llevar nuestras vidas de antes. ¿Habrá una era pre y post Covid-19? Como leí en algún lado, ¿este 2020 marcará el inicio del Siglo XXI? Preguntas aún sin respuestas.

El virus, eso diminuto e invisible para el ojo humano, ha provocado una crisis a todos los niveles posibles, desde personas y familias hasta comunidades y países a lo largo y ancho del globo. Estamos posiblemente ante el primer y quién sabe si último gran acontecimiento y cisma a nivel planetario. Es una contingencia inédita que demanda también la construcción de soluciones novedosas.

En eso estamos buena parte de todos nosotros: construyendo soluciones para sortear esta crisis. Este segundo número de Iceberg procura realizar un aporte más para esta desafiante empresa.

“Una visión del mundo no cambia instantáneamente. Pero lo que importa es ver las líneas de fuerza que ocultamente empiezan a dirigir la orientación de una sociedad, la inquietud de sus hombres, la dirección de sus miradas”.

- Ernesto Sábató -

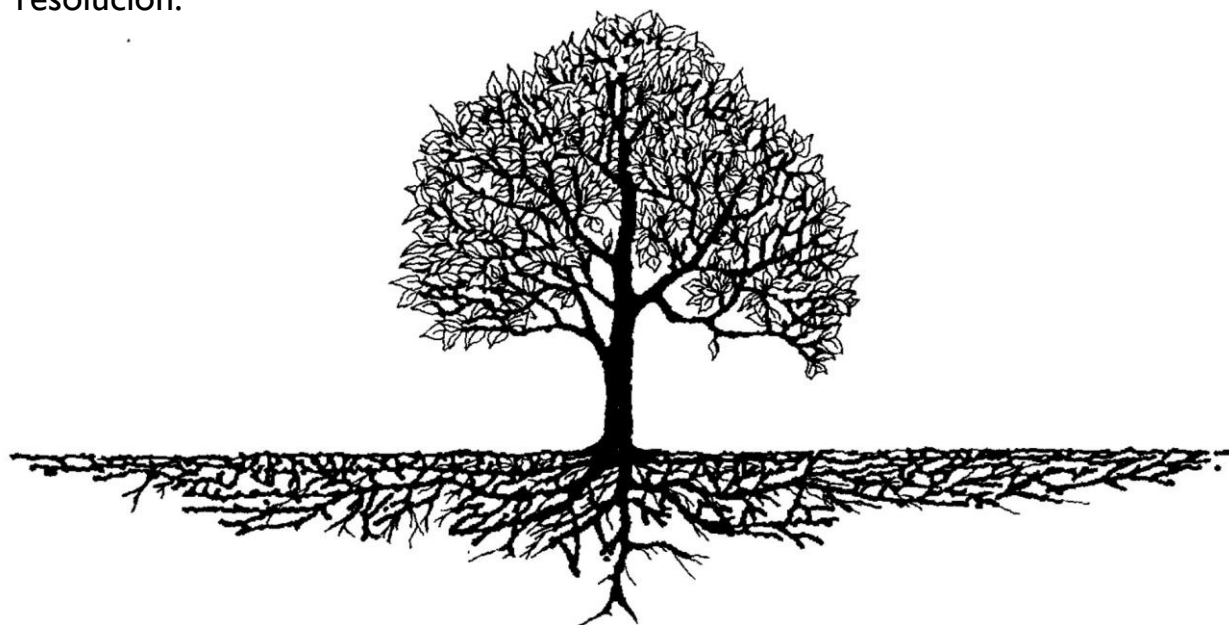
# Raíces, frutos y logotipo

Un proceso, un camino, es lo que hay entre medio de los actos de sembrar y cosechar. La imagen del árbol, con sus raíces y sus frutos, es similar a la historia de las personas: hay orígenes, vínculos, principios, así como también causas y consecuencias. Con esta imagen asocio a partir de hoy mi labor profesional como psicólogo clínico y psicoterapeuta.

Había visto la imagen hace un montón de años atrás y me gustó mucho. La descargué y “durmió” en el disco duro de la notebook quien sabe por cuanto tiempo. Algo similar como lo que hice con *Iceberg*, esta gacetilla que hoy va por su segundo número: encontrás o descubrís algo que te gusta pero que no sabes cómo utilizarlo o integrarlo con lo que estás haciendo, lo guardas y en algún momento “los astros se alinean” y ¡eureka!, la idea se materializa en acción.

*Nemawashi* (根回し) es un concepto clave en la cultura de negocios japonesa que alude al trabajo previo que se hace cuando se quiere implementar algún cambio en una organización.

La armonía y el consenso en los negocios que se llevan adelante en Japón son un asunto serio y es por ello que ante movimientos o cambios significativos se toman el tiempo para ahondar en las aristas relevantes del asunto entre manos, así como en los puntos de vista de los protagonistas involucrados. Vale acotar que este principio no es exclusivo de los japoneses, puesto que con el término *discernimiento* también los jesuitas (la orden religiosa que San Ignacio de Loyola fundara en el siglo XVI) procuran *buscar en el interior* antes de tomar una resolución.



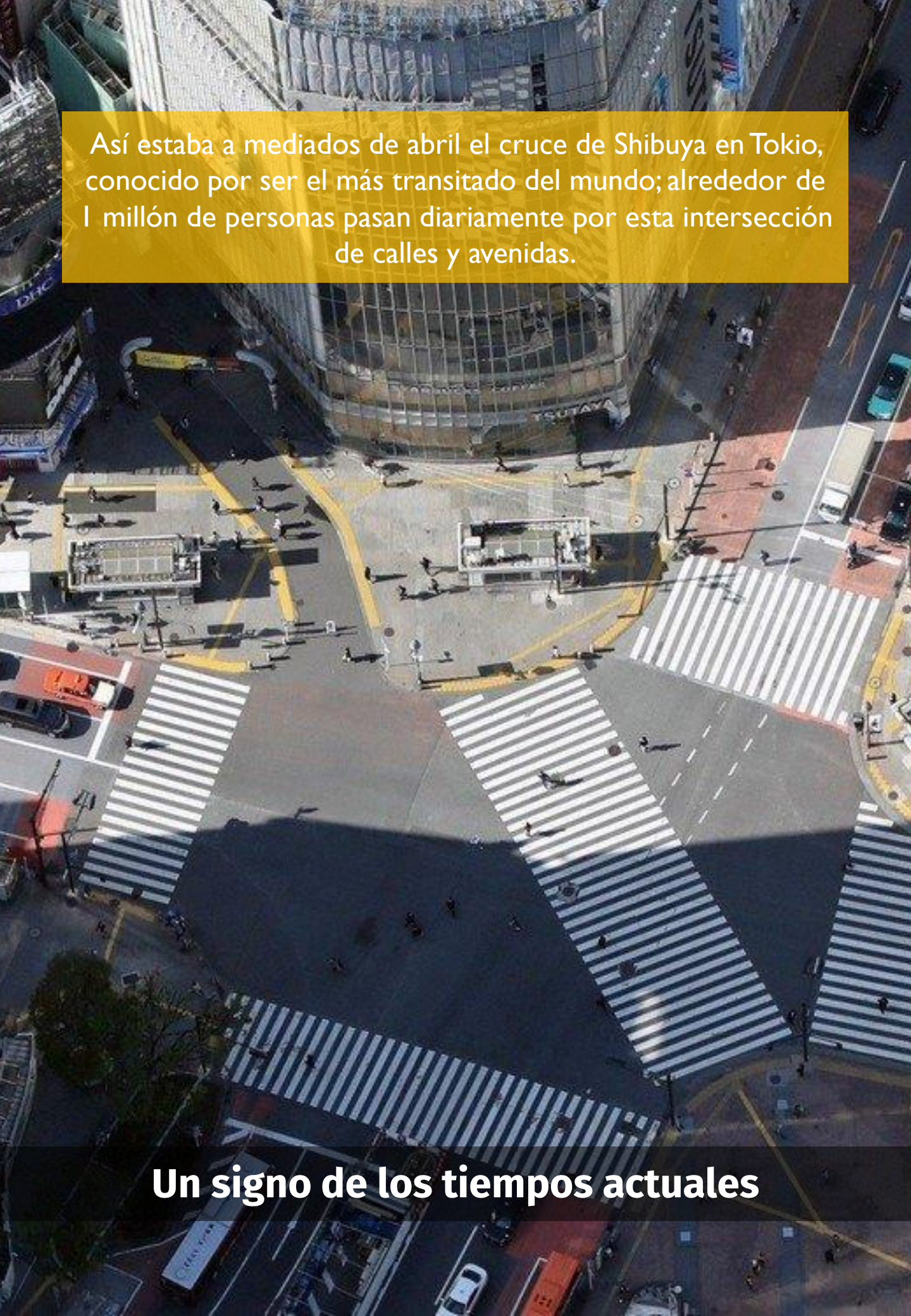


*Nemawashi*, asimismo, también es un término que deriva de una expresión agrícola que, literalmente, significa “remover las raíces” con el propósito de trasplantar una planta. Esto de las plantas y la cultura japonesa también me hace acordar a la reflexión a que nos invita el bambú que crece en tierras niponas. 7 años y 6 semanas es lo que se tarda esta planta para alcanzar los 30 metros de altura. El detalle está en que luego de que la semilla es plantada, el bambú pasa siete años echando y fortaleciendo sus raíces, reuniendo la fuerza necesaria para luego, en solo seis semanas, *alumbrar*, crecer y alcanzar los 30 metros.



Raíces, frutos, crecimiento, sostenibilidad, desarrollo, principios, valores, paciencia, resultados, terreno, cuidado, enfermedad y amor son buena parte de los conceptos que sintetizan a estas líneas. Un logotipo es un símbolo que formado por letras y/o imágenes identifica a una empresa, organización o un profesional. En este momento la imagen del árbol con sus raíces a la vista es el logo con el que identifico mi accionar como psicólogo, el cual consiste en acompañar a las personas en el camino que las lleva del sufrimiento, el dolor y el padecimiento a vivir menos trágicamente y sobre todo más amablemente consigo mismas y con los demás.





Así estaba a mediados de abril el cruce de Shibuya en Tokio, conocido por ser el más transitado del mundo; alrededor de 1 millón de personas pasan diariamente por esta intersección de calles y avenidas.

**Un signo de los tiempos actuales**





# Ola a ola

Esta época tormentosa en que nos encontramos podemos conceptualizarla en tres tiempos: el de aceptar, el de ser pacientes y el de tener esperanza. Mientras tanto, solo cabe centrar el esfuerzo en la siguiente ola, siendo conscientes que el desamparo ha de unirnos y esta contingencia inédita de lugar a soluciones originales.

Seguimos en la tormenta y el mar embravecido aún no muestra señales claras de amainar. Seguimos confinados y a la espera de poder retomar algo de aquello que solíamos llamar normalidad. La pandemia se ha erigido como esos acontecimientos para los cuales es difícil encontrar palabras que los describan. Dimensionamos y vislumbramos sus contornos a partir de los efectos que generan. Derivaciones que por su carácter imprevisto y súbito lindan con lo traumático.

## Aceptación

Pandemia, confinamiento, angustia e incertidumbres son algunas de las palabras con que asociamos este tiempo que es excepcional como pocos, debido sobre todo a su carácter global. Las personas no estamos preparadas cien por ciento para acoger lo traumático y este Covid-19 nos lo confirma. La tormenta está sobre nosotros y las certezas, seguridades y planes que teníamos han dado lugar a los miedos, angustias e inseguridades. El coronavirus nos recuerda a la muerte y a las pérdidas, las colectivas y las personales.

Cuando el mar está sereno el viaje suele tornarse amable. Cuando la pandemia comenzó a levantar olas, los pasajeros en la nave comenzaron a ponerse nerviosos. Así, las ansiedades, miedos y ataques de pánico *le han quitado el puesto* a otros padecimientos y dolores preexistentes a esta crisis.

En nuestras sociedades son prevalentes los padecimientos mentales. Las depresiones, ansiedades y adicciones son los problemas más frecuentes, que se relacionan enormemente con las condiciones sociales, siendo los sistemas de salud, las familias y las comunidades quienes absorben estas dificultades.

El Covid-19 y el confinamiento impuesto ha derivado en respuestas esperables ante una situación inesperada. Aquí lo crucial es no etiquetar como patológicos comportamientos que son reactivos a esta inédita situación. Desde dolores de cabeza, llanto, tristeza y decaimiento, hasta miedos, nerviosismos, ansiedades, insomnio, culpa e irritabilidad, son, entre otros, comportamientos esperables en el medio de esta emergencia.

Los pasajeros del barco reaccionan ante el nuevo escenario y su perturbación podría llamarse “normal”. Así, la formación de redes que contengan y alojen el sufrimiento y el desconcierto ha sido, en esta como en crisis anteriores, una actividad capital.

La afectación que esta pandemia está produciendo en las personas no es igual, no es homogénea. Lo que puede estabilizar a uno, no puede resultar en otro sujeto. Este momento de urgencia en el que navegamos demanda que amortiguemos los sentimientos de angustia e incertidumbre. Posiblemente lo más importante sea que las personas puedan volver a pararse en esta nave que aún no cesa de moverse y así poder hacerle frente al desafío del confinamiento y la posible soledad.



Como en tantos otros momentos de crisis, en que las incertidumbres y ansiedades pululan por doquier, puede ser fácil tratar de recurrir a la varita mágica para combatir el mareo.

Solo los magos y los vendedores de humo pueden ofrecer soluciones estandarizadas o algún manual de instrucciones para combatir los efectos del confinamiento causado por el coronavirus u otro virus de turno. No existen protocolos que sirvan para todos, sino soluciones singulares, persona a persona.

Las muertes o los contagios, la recesión y el parón económico, la falta de certezas sobre cómo evolucionará confirma que nuestro modo de estar en el mundo (nuestra subjetividad) está enormemente condicionada por las coordenadas de la época que nos toca vivir. Nuestros proyectos vitales, podríamos decir, danzan al ritmo de la música que toca este momento.

En tiempos de urgencia como los que estamos viviendo nuestra tarea consiste en ayudar a las personas a que se logren parar en el barco, si es que se cayeron, y puedan luego comprender el momento y la coyuntura que nos atraviesa. Con cabeza calmada y miedos e incertidumbre disipados es posible que las personas puedan comprender, mirar hacia dentro y acceder a los recursos propios que le permitan transitar este tiempo de la forma más serena posible.





Alejadas del parálisis que provoca el terror, las personas podrán hacer un uso más útil del miedo, que les permita actuar e, imaginación mediante, inventar nuevas formas de hacer este viaje.

A quienes acompañamos a las personas en esta urgencia planetaria nos toca responder con palabras que atenúen la angustia, darle un sentido a lo traumático, así como acoger lo que tiene para decir aquel que está sufriendo.

### **Paciencia y Esperanza**

Los tripulantes del barco se han calmado y se estabilizan. El pánico y la parálisis comienzan a dejar el lugar a la comprensión y la aceptación de que estamos en el medio de un mar embravecido que nos impone sortear, una a una, las olas que llegan. Colectivamente podemos aliviarnos, acompañarnos y también consolarnos. Resistirse y enojarse no es el camino. Como ese brazo que va a recibir una vacuna y no tiene más opción que relajarse para que la aguja haga menos daño que el que provocaría al encontrar el cuerpo tenso. Es mejor entregarse voluntariamente al movimiento que impone esta tormenta que resistirse y hacer aún más traumático el viaje.

Aunque aún no se sabe cuándo ni cómo, tarde o temprano la tormenta y las olas pasarán y volveremos a navegar por aguas más calmas. Como todo acontecimiento no previsto, que quiebra estabilidades y seguridades, esta crisis resulta perturbadora pero no necesariamente traumática.

Tanto hoy como una vez que pase esta coyuntura, los meses de confinamiento y (en algunos casos) soledad podrán representar solamente una fuente de padecimiento o ir un paso más allá y convertirse en una oportunidad para el conocimiento, condición primordial para despojar de tragedia a este como a cualquier otro acontecimiento de nuestras existencias.





*“Las enfermedades epidémicas no son hechos al azar que afligen a las sociedades caprichosamente y sin advertencia. Por el contrario, cada sociedad produce sus propias vulnerabilidades específicas. Estudiarlas es entender la estructura de esa sociedad, su estándar de vida y sus prioridades políticas”.*

**Frank Snowden**

Profesor de Historia de la Medicina en la Universidad de Yale



## Soledad para encontrarse

**Náufrago** (*Cast Away* por su nombre en inglés) es una película del año 2000 que protagonizó Tom Hanks y dirigió Robert Zemeckis. Trata sobre la aventura vital de Chuck Noland, un ingeniero en sistemas de la empresa FedEx, que queda varado en soledad en una isla en el océano Pacífico tras un accidente aeronáutico.

En el bullicio del día a día, muchas veces frenético, demandante e interminable, la presencia del reloj ocupa un lugar central. Las jornadas están cronometradas por una serie de actividades encadenadas que habitualmente dejan escaso margen, por no decir a veces nulo margen, para reflexionar sobre el rumbo que van tomando nuestras vidas. La historia del personaje que interpreta Hanks podríamos decir que es la historia de un sujeto, de una persona, que pasa por un proceso psicoterapéutico.

Hay un antes, un durante y un después en la existencia de un individuo, que ve como su cotidianeidad, con sus luces y sus sombras, se conmueve tras un evento inesperado o una suma de *pequeños* acontecimientos, tiene que aprender a lidiar con su nueva vida y finalmente salir renovado tras ese período de alumbramiento en soledad.



La película se desarrolla en tres actos: **el antes, el durante y el después de la isla**. Vayamos al primero. Allí Noland es presentado como un sujeto de nuestro tiempo: hiperactivo, imparable, yendo de un lado a otro, dominado por las exigencias laborales de la empresa para la cual trabaja. En la compañía FedEx los paquetes, las encomiendas, se entregan a tiempo, bajo el paraguas de la lógica y la exactitud. Todo está calculado, con cada cosa sucediendo en el momento justo. El reloj, el minuto a minuto, es el símbolo de este funcionamiento, de un Noland alienado, *workaholic*, omnipotente y por supuesto lejos de sí mismo. Noland es un sujeto, como Batman y el personaje de Darín en *El secreto de sus ojos*, muerto en vida (zombie) y al servicio del ideal de la empresa para la cual trabaja.



Noland tiene reloj pero no tiene brújula que le oriente sobre qué quiere hacer con su vida. *Pateará la pelota para adelante*, procrastinará (para cuando regrese del viaje que finalmente lo depositará en la isla) la apertura de la caja con el anillo de compromiso que le entrega a su novia Kelly (Helen Hunt), antes de subirse al avión que terminará accidentándose.

Urgente no es igual a importante.

Noland, en el tiempo previo a su accidente, no accede a preguntarse sobre cómo conciliar, si ello fuera posible, su vida de un lado a otro del planeta con la posibilidad de casarse y asentarse junto a su novia. El reloj y el just in time dominan su vida. Un reloj, pero no un reloj cualquiera, sino uno con su foto, será lo que Kelly le entregará a Noland antes que éste se tome el avión del accidente.

Noland durante su estadía en la isla estará acompañado por dos objetos significativos: uno, el reloj con la foto de Kelly y otro un paquete con el logo de unas alas (misterio y esperanza) que será el único que no abra en los cuatro años que permanecerá en solitario.



Segundo acto.

Estamos en el segundo acto y allí cobra especial relevancia otro objeto: la pelota a la que Noland llamará por su nombre, Wilson. Durante su estadía en la isla Noland tendrá que aprender y desenvolverse para acceder a lo básico: agua, techo y comida.

Creo yo que esos básicos aluden al cableado inicial de cualquier sujeto, que ocurre durante la infancia. Noland en la isla es un sujeto en estado de reflexión, en contacto con lo primitivo, riéndose y quejándose como un niño, festejando los hechos más básicos y simples e ¿importantes?...



La infancia, los primeros años, no es ese *tiempo al que ir* en procura de encontrar la verdad del pasado. No, la relevancia de acceder y contactar con ese tiempo tiene que ver con **acceder al pasado de nuestras verdades, de nuestra verdades actuales.**



En la película, Noland se dejará acompañar y elegirá a Wilson como depositario de sus diálogos interiores. En Wilson, como en un terapeuta, Noland depositará tanto sus angustias como enojos y alegrías. Wilson, al igual que un terapeuta, es más que un objeto o una persona (respectivamente). Wilson es una función que le permite a Noland mantenerse cuerdo y no enloquecer.

El segundo acto de la película será la contracara del primero. Si en su vida anterior al accidente creía que podía controlar todo y llegar siempre a tiempo, durante su vida como náufrago tendrá que vérselas con el tiempo sin tiempo, con el tener que vivir materialmente con lo mínimo y fundamentalmente con el hecho de incluso no poder controlar ni su propia muerte, habida cuenta lo fallido que hubiera resultado suicidarse.

*“La lógica me decía que no volvería a ver este lugar de nuevo y eso es lo que hice, sobreviví, seguí respirando. Y un día esa lógica resulto estar equivocada porque la marea trajo una vela con que navegar. Y aquí estoy, de vuelta, en Memphis, hablando contigo, tengo hielo en mi vaso... Y he vuelto a perderla otra vez, estoy muy triste por no tener a Kelly pero me alegro de que estuviera conmigo en aquella isla. Y ahora se lo que debo hacer, seguir respirando, porque mañana volverá a amanecer y quien sabe qué traerá la marea”. – Chuck Noland (Tom Hanks)*



El epílogo del film tiene a un Noland logrando salir de la isla en una balsa que logra armar con lo que la marea le trajo, si mal no recuerdo los restos de un plástico que utilizará como velas para su improvisada balsa. Esta tercera parte de la película ubica a Noland frente a una nueva encrucijada: encontrará a la que era su novia casada y con un hijo, quien rehizo su vida tras considerar muerto a quien fuera su novio.



Misterio y esperanza traía consigo el paquete que nunca abrió en la isla y Noland fue a entregar a su destinataria. Bettina, la artesana de las alas, está divorciada/separada y donde antes decía Dick, en el portal de su rancho, ahora no hay nada.

La responsabilidad de Noland ya no está en el reloj sino en la brújula interior (como el cruce de caminos que oficia de puntos cardinales) que conquistó tras años de soledad, de aceptar que *a seguro, siempre y certeza se los llevaron presos*. Noland aceptó que disfrutar, vivir y dejarse sorprender aguarda muchas veces, como en la imagen de la última escena de la película, en el camino no asfaltado, en el camino del misterio.







“El poder inteligente halaga a la psique en vez de reprimirla o disciplinarla. No nos obliga a callarnos. Más bien nos anima a opinar continuamente, a compartir, a participar, a comunicar nuestros deseos, nuestras necesidades, y a contar nuestra vida. Se trata de una técnica de poder que no niega ni reprime nuestra libertad sino que la explota. En esto consiste la actual crisis de libertad”

**BYUNG-CHUL HAN**



## Orán, siempre presente

Este año se está cumpliendo el 60 aniversario de su fallecimiento y la universalidad de su obra y la intemporalidad de sus ideas sitúan a Albert Camus como un referente de la literatura universal. *La peste*, novela que publicó en 1947, nos ayuda a pensar y reflexionar sobre la crisis en la que nos ha sumido el Covid-19.

Nacido en 1913 y fallecido en 1960, Camus fue un novelista, dramaturgo, ensayista, filósofo y periodista franco-argelino que ganó el Premio Nobel de Literatura en 1957. *La peste* es la historia del Dr. Bernard Rieux y un puñado de voluntarios que arriesgan sus vidas en la lucha contra la peste, una lucha en la que persisten sabiendo que hay poco que pueden hacer para combatir los horrores de la enfermedad.

Cinco años antes, Camus había publicado *El mito de Sísifo*, un famoso ensayo que nos habla del silencioso heroísmo de aquellos que trabajan frente a la aparente inutilidad. *La peste* está impregnada de este último.

Ambientada en lo que entonces era la ciudad colonial argelina de Orán, *La peste* se puede leer como una alegoría de la Francia ocupada por los nazis durante la II GM. Camus había vivido la ocupación nazi en París, donde dirigía el periódico de resistencia *Combat*.

*La peste* comienza en el mes de abril, en una Orán vital y frenética, donde las personas, prestando escasa atención a las existencias de los demás, no tienen sentido de comunidad. Son individuos, no ciudadanos. La acumulación de bienes es más importante que conductas básicas como el descansar. Prosperar materialmente es más relevante que saber lo que le sucede al prójimo.

Una pandemia puede generar un re-enfoque de manera brusca, que es lo que sucede con algunos de los habitantes de la Orán de Camus, cuando las ratas comienzan a morir y la peste bubónica pronto se instala en la ciudad. Al principio, al parecer, los residentes de Orán no son tan diferentes de lo que ha sucedido y sucede con nosotros. Dice Camus: “... *nuestros ciudadanos trabajan duro... pero únicamente con el objetivo de enriquecerse. Su principal interés es el comercio, y su principal objetivo en la vida es, como lo llaman, ‘hacer negocios’. Naturalmente, no evitan placeres tan simples como hacer el amor, tomar baños en el mar o ir al cine. Pero, con mucha sensatez, reservan estos pasatiempos para los sábados por la tarde y los domingos y emplean el resto de la semana para ganar dinero, tanto como sea posible*”.

En la novela la muerte se torna inevitable, al igual que hoy a causa del coronavirus. La plaga acelera su avance arrinconando a su paso a los habitantes de Orán. En la novela, los muertos se acumulan y la ciudad finalmente se pone en cuarentena, mientras sus habitantes quedan aislados del mundo exterior.





No obstante, al principio los funcionarios locales, la prensa e incluso los médicos se preocupan principalmente por no alarmar a la población. La ciudad todavía está llena de cafés y locales nocturnos. Abundan la negación y las ilusiones. Los líderes son tímidos y poco sinceros.

Jean Tarrou, un visitante varado en Orán durante la cuarentena y que se hace amigo de Rieux, dirá: “... *todos nuestros problemas surgen de nuestro fracaso en el uso de un lenguaje sencillo y limpio*”. Tarrou organiza escuadrones de sanitarios que se exponen sin temor a la enfermedad y Rieux admira a esos voluntarios pero advierte de elogiarlos en exceso, ya que eso sugiere que la mayoría de las personas, en comparación, son insensibles. Y Rieux no cree que eso sea así: “*El mal que hay en el mundo siempre viene de la ignorancia y las buenas intenciones pueden hacer tanto daño como la malevolencia*”.

Al inicio los habitantes de Orán responden a la plaga con terror, desafío y fe, pero a medida que la enfermedad se extiende y los controles oficiales se vuelven cada vez más estrictos, la resignación termina por instalarse. Así, las sutilezas y los tabúes comienzan a desmoronarse; los muertos, al inicio enterrados con reverencia, comienzan a ser eliminados de formas cada vez más insensibles.

Camus se refiere a Orán como “la más común de las ciudades”, invitándonos de esa forma a pensar que nuestro actual virus, como cualquier otro en el futuro, puede emerger y trastocarnos la vida. De espíritu grandioso, Camus nos ubica en la puerta de las preguntas; no nos brinda respuestas y sólo nos invita, a través de sus textos, a que reflexionamos sobre nuestras coordenadas existenciales.

Actualmente buena parte del mundo se parece a la Orán de Camus. Confinados y en aislamiento, esta coyuntura nos invita no a quejarnos sino a “ir hacia dentro”, en procura de nuestra intimidad y de las respuestas a aquellas preguntas universales y desligadas de marcos temporales y espaciales: ¿qué es lo importante? ¿por qué y para qué vivimos? ¿están medianamente alineados nuestros pensamientos, palabras y actos? ¿es necesaria esta crisis para reflexionar sobre la naturaleza de mi existencia, saber si ésta tiene un propósito que vaya más allá de mis narices o por el contrario se caracteriza por la solidaridad y la fraternidad?



La peste pasa, en Orán así como tarde o temprano pasará en nuestro 2020. Por el camino habrá dejado al descubierto lo mejor y lo peor del ser humano, desde el egoísmo, la insensibilidad y todas las miserias imaginables, hasta la cotidianeidad heroica de los hombres y mujeres comunes que hacen lo correcto, que no es otra cosa que sacrificar algo del bienestar propio para cuidar a los demás.

El Dr. Rieux dirá: *“puede parecer una idea ridícula, pero la única manera de combatir la plaga es la decencia”*.

La peste es vencida y en Orán las ratas vuelven a estar vivas, dando cuenta que la plaga ha remitido. La gente retoma sus vidas y la *normalidad* se instala nuevamente. Y la pregunta clave: ¿la gente olvida y solo vuelve a vivir sus vidas como si nada hubiera sucedido o algo de la crisis disparó preguntas nuevas sobre cómo vivimos?

A la peste de turno poco le importa esto y Camus así nos lo recuerda: *“El bacilo de la peste nunca muere o desaparece, puede permanecer dormido durante décadas en los muebles o en las camas, aguardando pacientemente en los dormitorios, los sótanos, los cajones, los pañuelos y los papeles viejos, y quizás un día, solo para enseñarles a los hombres una lección y volverlos desdichados, la peste despertará a sus ratas y las enviará a morir en alguna ciudad feliz”*.



# Frase seleccionada

Aquellos que no aprenden nada de los hechos desagradables de sus vidas, fuerzan a la conciencia cósmica a que los reproduzca tantas veces como sea necesario para aprender lo que enseña el drama de lo sucedido. Lo que niegas te somete. Lo que aceptas te transforma

(Carl Gustav Jung)



La foto que (te) habla





# **Psicoterapia y Asistencia Psicológica**

ADULTOS, ADOLESCENTES, FAMILIAS y PAREJAS



**agustinmenendez.com**  
agustinmenendez@gmail.com

