

# hechx mie(r)dx

in cen di(d)o



JERUNGA DIYfusión



## In cen dido

La mente se acelera con un aparente exceso de información. Una multiplicidad de interrelaciones entre un tema y otro. Hoy, aquí, sumido en la era de la inmediatez, donde todo debe ser ya; ahora mismo, sin darse tiempo a sentir, a reflexionar aunque sea un instante.

Se me plantean permanentemente un sin cesar de interrogantes generando una suerte de dialéctica permanente con algunas de mis convicciones mas marcadas.

Es esto lo que se define como locura?

Según algunas teorías (Freud, entre otrxs) la locura, o mejor dicho la psicosis se construye a partir de certezas, certezas que se plantean como verdades irrefutables.

Ahora bien, quien soy yo para juzgar que es verdad y que no?

La única verdad irrefutable es aquella que cada individuo formula dentro de si mismo y en la cual basa su personalidad.

Al reflexionar sobre esto tengo que tener en cuenta que el ser humano es uno de los pocos, sino el único, animal que, desde el nacimiento y, mas aun desde su periodo de gestacion se ve atravesadx por un entramado sociocultural.

A que apunta esto? A que generalmente, salvo que se llegue al extremo de lo hermitaneo debo responder a ciertas normas tácitamente impuestas por la sociedad en la cual me veo inmerso.

Ante esta realidad existen distintas posibilidades. Si considero a la persona como una unidad mente-cuerpo la solucion que

## Hechx Mie(r)dx

primero me viene a la mente (y que definiendo) sería el nomadismo, en cambio desde el paradigma dual que distingue y/o discrimina el cuerpo de la mente; la razón del sentimiento; la solución podría no ser tan simple. Se abre un abanico de posibilidades frente a las cuales uno debe tomar decisiones. En primer lugar debo elegir cuál de estas dualidades será la prioritaria, la mente o el cuerpo?

Suponiendo que elijo la mente como eje de conducción debo basar la vida en lo racional y también permitirme un descanso ya sea "natural" (dormir, sueño) o inducido (psico-activos, legales o no)

Ahora esto no significa que deba olvidarme de mi cuerpo, también este merece ciertos cuidados y también debe descansar. Planteo aquí una fórmula tan simple como real "libera tu mente, acciona tu cuerpo". El realizar actividades corporales que no requieran un elevado esfuerzo mental (o a veces sí) ayuda a distraer la mente planteándome otra opción para descansar la misma.

Es aquí donde llego a una nueva contradicción, pues si bien es de mi conocimiento el paradigma que plantea una dualidad entre cuerpo y mente, no soy afín a éste sino que considero a ambos como una unidad indivisible.

Otras teorías que me resultan interesantes son las que plantean que el ser humano nace por un lado "sabiendo nada" (tabla rasa)

## In cen dido

y su opuesta que plantea que la criatura nace con un conocimiento completo “de la vida” y a medida que crece va desaprendiendo lo necesario para desenvolverse socialmente. Quizás resulte extraño que en esta época (2013/4) alguien recaiga sobre estos antiguos planteos pero al punto que me interesa llegar es que producto de la “evolución” el ser humano se halla en un punto en el cual es tan susceptible como un niñx recién nacidx.

Suceptible a que? A estímulos externos. Sin darnos cuenta nacemos y crecemos condicionadxs por la mirada de tercerxs, ya sea ésta activa o pasiva y por más que esto no nos afecte nos define constantemente.

Cada persona puede autodefinirse como quiera (subjectividad) pero es el entorno social en el cual crece y/o se desenvuelve aquel que plantea permanentemente una objetividad tácita que modifica la realidad del individuo.

Frente a esto todx individux busca un equilibrio entre su definición y/o la definición de los otros y es así como podemos definir “qué es la apariencia”.

Según lo hasta el momento escrito me animo a decir que la apariencia es aquel “escudo” que genera el individuo para no ser directamente afectado por la subjectividad ajena, esto también puede llevar el nombre de personaje.

Al plantearlo desde el punto de vista de personaje se genera un nuevo interrogante, las personas actuamos frente a la realidad que nos toca?

Lamentablemente para algunxs la respuesta es sí.

## Hechx Mie(r)dx

Aquí me permito destacar que esto no significa que las personas no sean genuinas, de hecho tienen o pueden tener un personaje prevaleciente por encima de los demás, es decir en general frente a distintas situaciones límites de la vida que a cada uno le toca se muestra distinto, algunos menos distintos que otros. A excepción de los actores o similares la multiplicidad de personajes, que también son llamadas personalidades, no suele ser muy evidente a excepción de otro fenómeno el cual suelen catalogar algunos como enfermedad mental (bipolaridad, esquizofrenia, border-line, trastorno de múltiple personalidad, etc)

Dejando a un lado el tema de los personajes me interesa ahora hacer hincapié acerca del anteriormente nombrado "equilibrio". Tomaré todo lo anterior a modo de introducción.

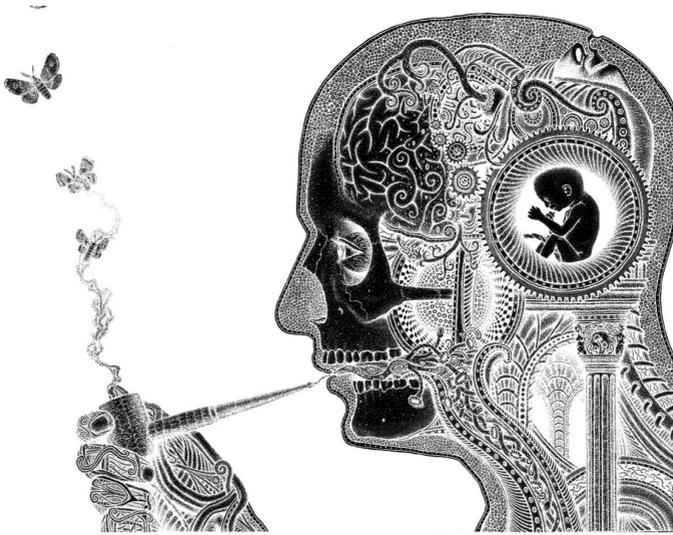
El principal interrogante que me interesa plantear es De que manera se alcanza el tan nombrado equilibrio? Es posible llegar a un equilibrio definitivo, una estabilidad total?

O es el equilibrio una búsqueda constante entre distintos desequilibrios?

Según mi punto de vista veo el equilibrio como un péndulo que oscila entre desequilibrios permanentes, y la búsqueda se centra en que las oscilaciones de dicho péndulo sean lo más pequeñas posibles.

Fines del 2013 Hospital Neuropsiquiátrico Clínica Las Heras-  
Malos Aires - Argentina

# In cen dido



## Hechx Mie(r)dx

llego a la conclusión de que hay 2 opciones: Someterse o Rebelarse, ahora, es posible conjugar las dos? Es decir, someterse rebelandose o viceversa?

Tomar ciertas cosas o aspectos que podrian ser catalogados como sometimiento y utilizarlos para mantenerse rebelde. Ejemplo, medicación.

Podríamos llenar hojas hablando sobre la industria farmaceutica y sus horrores pero esa critica se cae cuando no ponemos en la balanza, por ejemplo, la complicidad narcotrafico-policia a la hora de comprar un 25 de faso o 5 g de merca.

Es decir, el sistema economico-productivo en su totalidad apesta y tiende a un consumismo extremo cada vez más personalizado y de mayor variedad. Pero más allá de la critica, o mejor dicho, una critica mas real a esto sería no solo enunciar sus males sino que reconocer en punto nos vemos inmersxs en el y desde alli hacer las criticas y posicionamientos tanto a favor como en contra de.

Si lograste escapar en su totalidad del sistema de consumo dudo que alguna reflexion de las aquí planteadas te sea útil.

Ahora volviendo al tema sumisión o rebeldía enfocado particularmente en la Salud Mental pienso, la medicación es necesariamente sumisión?

Por más contradicciones que se me plantean frente a tomarla o no creo que esa pastilla cuyo fin muchas veces, la mayoría, es un instrumento de sometimiento, puede ser, con el uso adecuado, una herramienta de liberación. Una protesis que sirva para no sucumbir ante el sufrimiento de la locura, la crisis propiamente dicha.

Quizás sea porque tengo muy claro mi enfoque yonki con respecto al consumo de sustancias y si consumo cierta cantidad de marihuana regularmente (no solo por placer sino también

## In cen dido

como ansiolítico, anticonvulsivo neuronal y estabilizador de ánimo) no veo el porque ante una situación mas aguda no recurrir por ejemplo a una pastilla.

Para muchxs entra aquí la dicotomía natural- sintético. Respeto muchísimo quienes eligen un camino “natural” aunque dicho sea de paso no veo tan natural el asunto pues, por ejemplo, hacer una tintura madre o un aceite esencial implica modificar alquímicamente un elemento natural alterándolo para enfatizar ciertos componentes y generar un efecto particular. Dicho sea de paso, recalcar que me encuentro escribiendo esto en medio de la ciudad, contexto que difícilmente pueda asociar a un plan fitoterapéutico. Así y todo respeto y aliento a quienes vayan en ese camino (más aún a quienes lo autogestionen) aunque en lo personal no he podido sólo con eso.

Entonces dejando de lado lo “natural”/sintético vuelvo al tema medicación y parto de que

“no existen venenos, sólo dosis equivocadas” .

Encarando el asunto desde aquí me animo a decir que no es problema la medicación en sí, del mismo modo que no lo serían las drogas sino que el uso problemático, el cual muchas veces en la psiquiatría se ve acompañado de la cronificación, sobremedicación y medicación preventiva(por las dudas).

Cuando hablo de Consumo problemático no hago referencia a lo que usualmente suelen referirse los medios masivos y varios centros de rehabilitación que ven el uso problemático como aquel uso que no permite que el sujeto se mantenga inmerso dentro del sistema de consumo ya sea como consumidor y/o productor/mano de obra.

Yo llamo Consumo Problemático al punto en el que el individuo pierde el control de su cuerpo y mente y no puede seguir adelante con SU cotidianeidad.

## Hechx Mie(r)dx

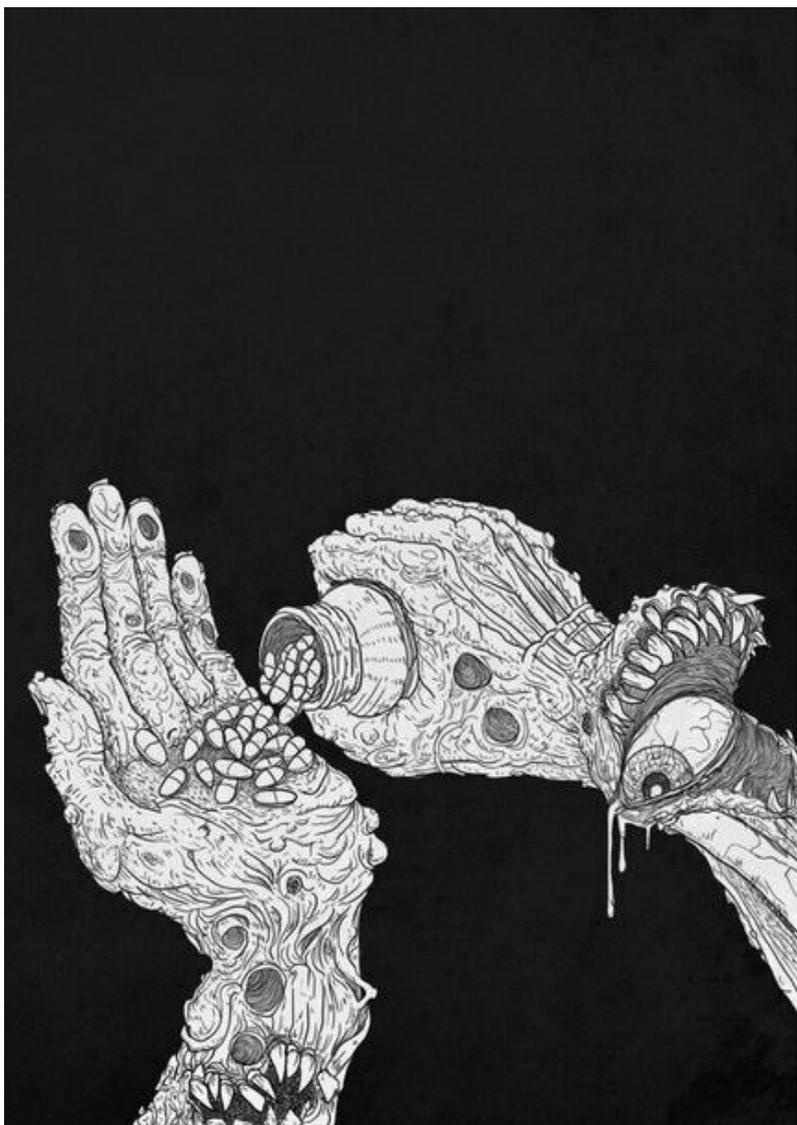
Me es imposible las veces que pienso sobre estos temas dejar de lado el tema vicios/adicciones.

No con el afán de criticar los hábitos de nadie sino en primer lugar para hacer notar que diferencia hacemos muchas veces en los mismos espacios “antiautoritarios” entre quienes consumen drogas recreativas (legales o ilegales) y quien se encuentra medicado. No basta con portar un diagnóstico sino que además existe una repatologización cínica que muchas veces generó en varixs compañerxs una sensación de no deseadx.

Por otro lado son cada vez más las actividades que se realizan bajo la consigna de libre de alcohol, humo y drogas, y sinceramente me cuesta (aunque me encantaría) creer que llegamos a eso por una decisión política de sobriedad a lo Chiapas. Más bien me asusta porque veo a compañerxs hablando de libertad, liberación y revolución mientras que reproducen lógicas prohibicionistas en lugar de sentarnos a reflexionar acerca de porque nos asusta tanto lo que podamos hacer o puedan hacer “lxs compas” bajo el efecto de ciertas sustancias. Sin cuestionarnos si el problema es lo que consumimos o son conductas propias que se enfatizan, dejando así de apostar a la autoregulación y generando una ficción. Muchxs no dejaremos de consumir, ni dejarán de existir las miserias humanas que cada unx lleva, está en cada quien hacerse cargo y controlarse.

Más allá de lo siniestro de la psiquiatría y por consiguiente sus ejecutorxs, como supervivientes debemos aprovechar su saber

In cen dido





JERUNGA DIYfusión