

Documento de reflexión no derivado de investigación

Hace falta el olvido. Levedad mnémica y salud mental¹

Forgetting is necessary. Mnemic lightness and mental health

Recibido: 21 de octubre de 2022 / Aceptado: 18 de marzo de 2023 / Publicado: 1 de septiembre de 2023

Yeny Leydy Osorio Sánchez*

Forma de citar este artículo en APA:

Osorio Sánchez, Y. L. (2023). Hace falta el olvido. Levedad mnémica y salud mental. *Poiésis*, (45), 105-110. <https://doi.org/10.21501/16920945.4537>

*Ya somos el olvido que seremos.
El polvo elemental que nos ignora
y que fue el rojo Adán y que es ahora
todos los hombres, y que no veremos.
— Jorge Luis Borges.*

Resumen

En este artículo se argumenta la idea de una necesidad del olvido en la búsqueda de justicia en el marco de los procesos de verdad, justicia y reparación. Se propone el concepto de *levedad mnémica* y se lo desarrolla a partir de la filosofía de Paul Ricœur, la psicología cognitiva de la memoria, la Teoría General de Sistemas (TSG) y la terapia narrativa. Se concluye que la memoria leve puede constituir en sí misma a la reparación de las víctimas del conflicto.

Palabras clave:

Justicia; Levedad mnémica; Memoria; Olvido; Psicología cognitiva; Reparación; Verdad.

¹ Este ensayo se desprende de la investigación *El ser narrativo como ser cognoscente. Naturaleza cognitiva de los conceptos ricœurianos memoria, semantización y metáfora*, que se ha llevado a cabo en el marco del Doctorado en filosofía de la Universidad Pontificia Bolivariana, y se vincula al Grupo de investigación Epimeleia de la misma institución académica. El texto fue leído en las Jornadas del Programa de Psicología de la Universidad Católica Luis Amigó (octubre de 2022).

* Docente de la Facultad de Psicología y Ciencias Sociales de la Universidad Católica Luis Amigó, sede Medellín, docente, Facultad de Ciencias Humanas y sociales de la Corporación Universitaria Minuto de Dios (UNIMINUTO).

Abstract

This article argues the idea of a need to forget in the search for justice within the framework of the processes of truth, justice and reparation. The concept of *mnemic lightness* is proposed and developed from the philosophy of Paul Ricoeur, the Cognitive psychology of memory, the General theory of systems and Narrative therapy. It is concluded that the light memory can constitute itself to the reparation of the victims of the conflict.

Keywords:

Cognitive psychology; Forgetting; Justice; Mlightness memory; Reparation; Truth.

El nuestro es un contexto sociocultural, histórico y discursivo marcado por un *slogan*: verdad, justicia, reparación y no repetición, y este *slogan* bordea la condición de mantra cada vez que se repite de forma vacua y alienada en campañas políticas, en audiencias públicas, en juicios cerrados o en el lenguaje privado de cada individuo víctima de alguna especie de nuestra extensa tipología de conflictos. Pues bien, este *slogan-mantra* tiene como condición social e individual de base el proceso de la memoria, puesto que bajo la lógica sociopolítica y psicosocial² la memoria engendra verdad, la verdad conduce a la justicia, la justicia permite la reparación y quien haya sido reparado (es lo que se espera) no repetirá la experiencia de daño a la que ha sido sometido. Por supuesto, todo esto exige una lectura supeditada al condicional gramatical, esto es, si hay memoria, habrá verdad; si hay verdad, habrá justicia; si hay justicia, no se repetirá el hecho vivido ni algún otro hecho similar. La memoria, entonces, traza el camino de la esperanza.

Pero de esto se desprende una demanda, casi un imperativo, que atraviesa los discursos y las acciones encaminadas hacia la paz y que no necesariamente conduce hacia la salud mental: “hay que recordar” y, si se puede, “hay que recordarlo todo”, y si se puede aún más, “hay que pormenorizar el recuerdo”. Ahora, ¿qué es lo que se recuerda en medio de la violencia? Actos violentos. ¿Y qué sería el todo del recuerdo de un acto violento? Muy probablemente el cúmulo de acciones victimizantes que condujeron a la consumación del acto violento. ¿Y qué tipo de detalles podrán caracterizar el recuerdo de un acto violento? Los más crueles, los más crudos.

Enlacemos dos conceptos: el abuso de la memoria y el relato dominante, propio de la filosofía de Paul Ricoeur el primero y propuesto por la terapia narrativa de White y Epston el segundo. De acuerdo con la filosofía ricoeuriana, abusar de la memoria significa poner la capacidad de recordar al servicio de la repetición y de aprendizajes mecanizados, y a esto lo llama Ricoeur *memoria artificial* y afirma que en ella “todo es acción, nada es pasión” (2000, p. 93); esta memoria del artificio, por supuesto, trae la ventaja de acortar el camino entre el sujeto cognoscente y el conocimiento, ya que una vez que se ha construido un aprendizaje no es necesario recorrer varias veces el camino que ha conducido de la ignorancia al saber. El problema radica en que ese mismo trabajo de memorización aleja al sujeto de la interpretación, lo que significa que el sujeto que recuerda mecánicamente se somete al dato; la vida se le hace dato, no experiencia. Así que en la búsqueda de justicia social la memoria es el camino de la esperanza, sí; pero también puede ser el camino del dolor reminisciente si el recuerdo se hace repetición, con toda la emoción, además, de la que está impregnado un recuerdo. Y esta fue la repetición que saturó a la mujer aquella violada por una cuadrilla guerrillera delante de sus hijos en los años 90, quien en consulta psicoterapéutica dijo: “ya no quiero hablar más porque me han hecho repetir muchas veces lo que me pasó, una y otra vez me lo han hecho contar todo con detalles, y me están diciendo que debo perdonar; ya no quiero volver a recordar ni hablar más y no voy a perdonar”. Esta es la rebelión de una memoria rebosada. Por ello sostenemos que la memoria puede convertirse en un proceso que sobrecarga, que ella merece ser aligerada y que ese aligeramiento al que llamamos aquí *levedad mnémica* sirve a la construcción de salud mental.

² Pese a que la memoria es una tarea cognitiva, aquí se habla de ella solo en términos sociopolíticos y psicosociales porque la dimensión mnémica de la cognición no constituye por sí misma un garante de los procesos de reparación social; para que esto se dé, el acto de recordar tendrá que ensambarse con condiciones históricas, sociales, políticas y psíquicas. El mero trabajo mental no hace justicia.

El relato dominante, por su parte, implica la imposición directa o indirecta de discursos que recaen sobre los sujetos y que los conduce a la pérdida de libertades y, sobre todo, de agenciamiento personal; en palabras de White y Epston (1993), “estos relatos son dominantes en la medida en que no dejan espacio suficiente para la representación de los relatos preferidos por la persona” (p. 31). Bajo esta mirada, podemos afirmar que el *slogan-mantra* al que hemos hecho alusión ha venido a ocupar el lugar de uno de esos relatos que domina y lo podemos sintetizar así: “soy víctima y exijo verdad, justicia y reparación”. Por ello, vemos a los nuestros, los nuestros de escasos recursos económicos y con bajo nivel formativo, decir ante las cámaras esta frase con la misma entonación, con los mismos movimientos del cuerpo y la misma mirada que guarda dolor, rabia y anhelo al mismo tiempo. Y aunque no puede negarse que la búsqueda de verdad ha fortalecido el camino de la justicia y ha desembocado en logros grandes para la paz, ubicando a nuestro país ya no solo como referente de guerra, sino también de procesos de reparación, tampoco puede negarse que hay cierto sometimiento discursivo de las víctimas cada vez que rezan su mantra mientras recuerdan y recuerdan y sufren y sufren.

Queda claro que la nuestra es una apuesta directa por el olvido y de esta apuesta se desprende esta afirmación: para que la construcción de paz y la salud mental no antagonicen hay que dejar descansar al recuerdo y convocar la presencia del olvido. Tres argumentos permiten sostener esta idea. El primero es de orden cognitivo y tiene que ver con el hecho de que nuestro sistema de procesamiento de información y, específicamente, nuestra capacidad de almacenaje, es limitado; el segundo es de orden hermenéutico y se relaciona con la necesidad humana de interpretar y semantizar la experiencia, tareas que van más allá del recuerdo; el tercer argumento es de orden salutogénico (o si se quiere terapéutico, o si quiere clínico, o si se quiere, también, simplemente empático) y se refiere al equilibrio que, bajo la búsqueda de salud mental, debe existir entre recordar y olvidar. Miremos cada uno de estos argumentos.

El primero nos conduce a uno de los conceptos centrales de la Teoría General de sistemas (TGS), el límite, y también al mágico número siete, propuesto en una de las primeras teorías sobre la memoria. En el desarrollo de la TGS Bertalanffy (1989) deja claro que al sistema no le ingresa toda la información derivada del ambiente, y la razón de esto es que todo sistema tiene límites semipermeables, y el prefijo *semi* debería robarse la mirada, pues significa *casi*. Bajo esta lógica, en el sistema no se da una ocurrencia completa de la permeabilidad, sino que la relación con el mundo es medio porosa. Pero, ¿qué puede significar en términos de memoria, justicia y salud mental esta regla sistémica. Que todo sistema y, sobre todo los humanos, tienen un borde y que ese borde cumple una función selectiva y protectora; que la justicia, por tanto, no necesita víctimas que tengan recuerdos completos y detallados porque esto acarrea una afectación de una tendencia natural y que cuando, pese a todo, la persona se ve forzada a recordar más de lo necesario, se *des-borda*.

Por eso recordamos también a Miller (1956) y el hallazgo de un número aproximado, el siete, que indica otro borde, el del almacenamiento. Este hallazgo permite afirmar que mientras el borde en la teoría de Bertalanffy es una línea divisoria imaginaria entre la persona como sistema y el mundo, desde Miller el borde es una medida que indica una capacidad máxima, pero en la relación

de la persona con su propio sistema de procesamiento. Miremos el siguiente fragmento: “Todo el mundo sabe que hay un lapso finito de memoria inmediata y que para muchos tipos diferentes de materiales de prueba este lapso es de aproximadamente siete elementos”³ (Miller, 1956, p. 8). Resalta el adjetivo “finito”, puesto que la finitud y la conciencia de ella son condiciones propias de la experiencia humana y de ello se ocupó Ricœur (2004) en su obra *Finitud y culpabilidad* en la que afirma que “para que se vea y se diga la finitud humana, es preciso que el movimiento que la desborda sea inherente a la situación, a la condición o al estado de ser finito” (p. 42). El ser finito por naturaleza, y confrontado en nuestro contexto constantemente con esta condición por nuestra realidad de muerte, merece ser leído en el marco de esta relación entre los límites mnémicos y las afectaciones externas e internas que acaecen a cuenta de la violencia. La definición misma del crimen, que tiene incidencia en la estructuración de la justicia restaurativa, incluye afectaciones políticas e íntimas, como lo afirma Zehr (2010):

Yo creo que sería aún más preciso decir que el crimen tiene una dimensión social, así como una dimensión más local y personal. El sistema legal se ocupa principalmente de las dimensiones públicas; es decir, de los intereses y responsabilidades de la sociedad que son representados por el estado. Sin embargo, esta perspectiva minimiza o ignora en gran parte los aspectos personales e interpersonales del crimen. (p. 19)

Apostarle a la levedad mnémica es trabajar en contra de ese predominio de lo social y público sobre lo personal e íntimo.

Este reconocimiento de la intimidad es el que conduce al argumento hermenéutico, pues la intimidad es el terreno interpretativo de las víctimas. No se construyen significados individuales de los hechos violentos por fuera de la individualidad misma. Así que olvidar es el resultado de un trabajo interpretativo a partir del cual tienen mayor saliencia unos acontecimientos que otros, no solo porque la capacidad de almacenamiento y recuperación sean limitados sino, principalmente, porque nuestra facultad de interpretar la vida misma hace que unos hechos merezcan hacerse recuerdos y otros no, lo que significa que atribuimos sentidos de manera diferenciada a nuestras experiencias; y dado que el sentido es “el supuesto más general de la hermenéutica” (Grondin, 2008, p. III), él es la condición de base para la levedad mnémica, pues cada quien es agente directo de su tarea de recordar en tanto es dueño de la interpretación de los hechos vividos, extrayendo de la memoria unos y perdiendo en el olvido otros, se está en mayor condición de levedad cuando la vida se interpreta, se significa y se depura.

Así, con la memoria leve, sin el tormento del exceso de recuerdos, se amplían las posibilidades para la salud mental; pues allí donde se puede alojar un cúmulo de recuerdos pesados vale más albergar nuevas acciones para el presente y más proyecciones hacia el futuro. Y, tal vez, hacerse leve sea una restauración, un acto de justicia y conduzca a evitar la repetición.

³ La traducción es mía.

Conflicto de intereses

La autora declara la inexistencia de conflicto de interés con institución o asociación comercial de cualquier índole.

Referencias

- Bertalanffy, L. (1989). *Teoría general de los sistemas. Fundamentos, desarrollo y aplicaciones* (J. Almena, Trad.). Fondo de Cultura Económica.
- Grondin, J. (2008). *¿Qué es la hermenéutica?* (A. Martínez Riu, Trad.). Herder.
- Miller, G. A. (1956). The magical number seven, plus or minus two: some limits on our capacity for processing information. *The psychological review*, 63(2), 81-97. <https://doi.org/10.1037/h0043158>
- Ricoeur, P. (2004). *Finitud y culpabilidad* (C. de Peretti, J. Díaz Galán y C. Meloni, Trads.). Trotta.
- White, M., & Epston, D. (1993). *Medios narrativos para fines terapéuticos* ((O. Castillo, M. Beyebach y C. Sánchez, Trads.) Paidós.
- Zehr, H. (2010). *El pequeño libro de la justicia restaurativa* (V. E. Jantzi, Trad.). Good Books. https://www.icbf.gov.co/sites/default/files/el_pequeno_libro_de_las_justicia_restaurativa.pdf