



El reconocimiento a muchos años de trabajo en la aplicación de terapias alternativas para abordar la problemática del sida -expresado en la entrega del premio NEXO 1996-, y la reciente publicación del libro **Sida, buenas noticias, nos llevaron a charlar largamente con Carlos Blanco y Jorge Luis Giacosa, dos de los fundadores de la Organización no gubernamental Sida-Visión Alternativa.**

“Las terapias alternativas acompañan, no excluyen”

novedosas, algo en lo que ellos mismos se consideran pioneros. Luego, la aparición de grupos organizados que comenzaron a ponerlas en práctica, los dejaron en libertad para iniciar otros caminos. Uno de ellos fue el Reiki, que rompió con la división terapeuta-paciente. “El hecho de que una persona que vive con VIH se pueda iniciar en Reiki y a la vez pueda dar ese servicio, rompe con esa estructura de distancia”.

En la Fundación trabajan alrededor de 50 personas, fundamentalmente *reikistas*. Gran parte de esa gente vive con VIH. Durante el año 1995 pasaron por allí mil doscientas personas en sesiones de Reiki y participación en diferentes talleres. Actualmente, han sumado clases de meditación. Hay periódicos talleres terapéuticos, con diferentes temas: “Amor y sexualidad”, “Creencias y salud”, etc. En Reiki, en estos tres últimos años, se han iniciado unas quinientas personas, la mayoría relacionada con el VIH.

Sus comienzos se remontan a 1988, cuando comenzaron a trabajar en un nivel de contacto directo. La incorporación del *Reiki*, una técnica de sanación con un profundo sentido contra-cultural, significó mucho para la organización. “Ese fue el gran viraje en nuestra historia”. En un principio comenzaron a difundir otras técnicas, todas

LA TÉCNICA DEL REIKI, AL NO ESTAR MEDIATIZADA POR PALABRAS, CONTRADICE PROFUNDAMENTE A NUESTRA CULTURA, ADEMÁS DE PROVOCAR ESA DESAPARICIÓN DE LOS ROLES.

CB: Es que el Reiki establece una paridad que es muy interesante. En realidad, lo que sana es lo que pasa individualmente con cada uno. Hay gente a la que el Reiki la beneficia en el plano físico, con aumento de las defensas y remisión de síntomas a través de un trabajo intensivo. A otros les provoca una revolución interna que se da en otro plano, y los coloca frente a lo que significa vivir con VIH, los ayuda a salir de un espacio de pánico, de un espacio de miedo.

¿SE PUEDE DEFINIR UNA TERAPIA ALTERNATIVA?

JLG: A esta altura del partido, lo alternativo es una especie de bolsa de gatos donde entra todo. A veces lo defino por la negativa: lo alternativo es todo lo que *no* es oficial. Lo alternativo es una mirada holística, más abarcativa de la persona, a diferencia de una medicina oficial, donde la persona no es más que un órgano o un determinado síntoma.

¿LO ALTERNATIVO ES MENOS PREJUCIOSO?

CB: No, también tiene sus prejuicios. El prejuicio no es de la medicina sino del color del cristal con el que se mira. Un médico naturista puede ser maravilloso, y hay médicos naturistas que son nazis, que te bajan línea igual o peor que el más ortodoxo de los alópatas. Y hay alópatas que son muy amplios.

JLG: Cuando empezás a creer que lo que estás haciendo es la única verdad, ahí está el error, y eso puede venir tanto de lo alternativo como de lo alopático. Es una marca que tiene que ver más con las persona que con la técnica que ponga en práctica.

La medicina alopática intenta combatir al enemigo - en este caso el VIH-, sea como sea, con todas las implicancias que eso puede tener. La medicina alternativa busca reforzar a la persona a través de un enfoque global, que tiene que ver, fundamentalmente, con el sentirse bien. Lo interesante de las alternativas es que abren la puerta para que ese supuesto enemigo pueda ser, quizás, el mejor de los maestros. Alguien decía que la enfermedad "no está para hacernos mal, está para que nos pongamos bien".

¿POR QUÉ CREEN USTEDES QUE HAY TANTOS DIVORCIOS ENTRE LAS DIFERENTES ESCUELAS O TÉCNICAS DE CURACIÓN: ALOPATÍA VS. HOMEOPATÍA VS. TERAPIAS ALTERNATIVAS, ETC.?

CB: Creo que el problema comienza con la formación. La formación no tiene la suficiente apertura como para que el médico después pueda enfrentarse con el paciente y atender a los distintos emergentes. Te dan una exhaustiva formación en algún aspecto, pero te dejan sin instrumentos para atender otras áreas. Ahí creo que se inicia un círculo vicioso. Muchas veces se ataca a los médicos y en realidad habría que saber qué es lo que les pasa a los médicos, por qué no hay en los hospitales grupos de contención para saber qué es lo que te pasa cuando trabajás con un paciente que desarrolla síntomas, que se muere, qué te produce eso internamente...



CREO QUE SI SE HICIERA ESO SE TERMINARÍA LA MEDICINA ORTODOXIA, PORQUE LOS MÉDICOS NO SON TARADOS, TIENEN UNA ENORME NECESIDAD DE COMPRENDER, DE SER CONTENIDOS Y AYUDADOS.

JLG: Yo creo que otra cosa es la falta de trabajo personal hacia adentro, que la Facultad por supuesto no te lo da. Y esto va para cualquier profesión. Si no se hace un trabajo interno con uno mismo, uno termina comprando "lo de afuera", comprás el "paquete entero". Cuando en realidad debería ejercitarse cierta distancia, que te permita ponerte en el lugar del otro y probar otras visiones de lo mismo, que pueden ser útiles.

¿QUÉ EVALUACIÓN HACEN USTEDES DE LA CALIDAD Y HONESTIDAD DE LAS TERAPIAS ALTERNATIVAS QUE SE OFRECEN EN BUENOS AIRES?

CB: Hay de todo. Hay gente que es sumamente honesta y hay gente que a lo mejor está muy ciega en lo suyo y se niega a recurrir a técnicas que a pesar de no ser las propias y conocidas, pueden ser indispensables. Hay gente muy criteriosa que dice: "bueno, fortalezcamos el sistema inmunológico, hagamos un pulido bueno con la dieta, pero seguí haciéndote los controles; fijáte qué pasa con la carga viral y, si es necesario, tomá medicación alopática, y seguiremos acompañando este proceso". Hay otros que son absolutamente cerrados, que te dicen que te va a matar el AZT, y en realidad no te están dando ninguna otra opción real. Hay orientadores macrobióticos que hacen buenos trabajos, y hay otros que han hecho estragos por su rigidez y ortodoxia.

JLG: Yo creo que Buenos Aires ofrece muchas alternativas. Es lo que nos permite estar diciendo todo lo que estamos diciendo ahora. Más allá del circo des-

atado que hay alrededor de esto que ahora se llama *New Age*, hay gente que está trabajando en serio y esta ciudad es muy receptiva en ese sentido. Eso hizo que hayamos podido trabajar todos estos años y hayamos recibido un apoyo tan grande del extranjero como fue la beca de AMFAR (American Foundation for AIDS Research -la Institución que preside Liz Taylor).

USTEDES DICEN QUE LA ALTERACIÓN DE "LO SUTIL" PRECEDE A LA ALTERACIÓN DE LO CORPORAL O DE LO SOMÁTICO. DE ACUERDO A ESE PLANTEO, LA VERDADERA PREVENCIÓN DEBERÍA EJERCERSE SOBRE "LO SUTIL". ¿PODRÍAN DECIRNOS QUÉ ES LO SUTIL?

CB: Tenemos un cuerpo físico, una mente, emociones, y por otro lado lo espiritual, nuestra esencia, que tiene que ver con ese contacto que algunos llaman "lo luminoso", que para otros puede ser "Dios", una energía superior. "Lo sutil" quizás sea un campo que está en relación con la energía de uno y la energía que está disponible en el Universo. Creemos que cuando hay una apertura de esa parte espiritual, comienza a haber transformaciones, emociones que a lo mejor están trabadas, como puede ser el resentimiento, el miedo, la angustia, o a lo mejor creencias que nos limitan, que nos dicen que no somos merecedores, que nos están boicoteando. Creemos que la apertura de "lo sutil" permite una apertura en muchas áreas. Por eso la meditación, el Reiki, apuntan a la armonización de cada uno de los planos, llegar a abrir una puerta, que no es religiosa. No hablamos de ninguna religión determinada, sino que hablamos de la esencia.

JLG: El tema es la armonía. Quizá la salud sea la armonía, la sintonía de todos esos planos. La enfermedad es el efecto físico del desajuste, el cuerpo acusa recibo de esa falta de alineamiento entre todos esos planos y esa otra parte que podemos llamar "el Universo", del cual somos todos parte. En cambio, tendemos a sentirnos como entidades separadas, y ahí es donde empieza el primer desfasaje. Esto es un trabajo de toda la vida.

LO QUE ESTÁS DICENDO, TUS IDEAS, SON PROFUNDAMENTE "SUBVERSIVAS", EN EL SENTIDO DE QUE SI UNO CONCEBE REALMENTE -COMO VOS LO ESTÁS DICENDO, CON TANTA NATURALIDAD- ESE PENSAMIENTO, UNO UNCA MÁS VA A CAER EN NINGUNA DE LAS TRAMPAS QUE NUESTRA SOCIEDAD, A TRAVÉS DE SU CULTURA, NOS TIENDE PERMANENTEMENTE. UNO SERÍA INMUNE A TODO ESO. SI TODOS COMENZÁRAMOS A PODER PENSAR ASÍ, SE ACABÓ LA CULTURA ACTUAL, CAMBIÓ TODO.

CB: Es un camino muy difícil, porque todo lo exterior tiene una gran presencia y está armado para seducirnos y el ego está siempre listo para engancharse. Es un permanente trabajo.

YO ME PREGUNTABA QUÉ PASA CON "LO SUTIL" QUE ESTÁ TAN DESCUIDADO. ¿LAS RELIGIONES HAN FRACASADO EN SU ATENCIÓN DE "LO SUTIL"?

JLG: Yo creo que las religiones han fracasado por la cuota humana que tienen en sí mismas. Si vos vas a los orígenes, a las fuentes, todo está muy bien. Que a

CARLOS BLANCO / JORGE LUIS GIACOSA

**Sida:
BUENAS
NOTICIAS**

Un abordaje holístico del VIH/sida
El trabajo de la Fundación
Sida - Visión Alternativa

Una Noche

Toda la experiencia y el largo trabajo de búsqueda de los autores aparece en este libro con claridad y sencillez. Un libro de lectura recomendada para quienes nos interesamos en la salud propia o ajena. Comenzando por testimonios personales de pacientes y terapeutas, pasa luego a describir distintas disciplinas de abordaje y

ejercitación que desarrollaron en la Fundación Sida-Visión Alternativa durante 8 años. No hay aquí "hermetismos" -recurso al que lo alternativo suele recurrir-, ni "sectarismos", aunque se nota que el corazón de sus autores no se formó en la alopátia, y quizá allí resida toda su sabiduría. Es un texto prudente y honesto en la exposición sin secretos de las técnicas empleadas, y resulta contundente a la hora de reafirmar la enorme capacidad de sanación que cada uno tiene respecto de sí mismo. Carlos Blanco y Jorge Luis Giacosa logran transmitir su pensamiento y experiencia, y recurren permanentemente a los ejemplos clínicos, al relato del paciente -que es, en este libro, el gran protagonista. Un libro para leer tranquilo, capítulo por capítulo, con la mente abierta, sin esforzarse por entenderlo todo y, seguramente, más de una vez.

C. M.

partir de eso haya gente que está haciendo la "guerra santa", entonces ahí ya hay algo que pasó a nivel humano, donde metimos la pata.

CB: En algún momento lo religioso comenzó a estar aliado a determinado tipo de presiones económicas, al poder, y es ahí donde el sentido de lo religioso se pierde en otra historia.

LOS PROFESIONALES DE LA SALUD, ENTRE LOS QUE ESTARÍAN TODOS LOS "SANADORES", ¿NO DEBERÍAN HACER UN CONTINUO ESFUERZO POR ESTRECHAR FILAS, EN LUGAR DE PREOCUPARSE POR DESCALIFICARSE MUTUAMENTE? TODAS LAS ÁREAS TENDRÍAN ALGO QUE APORTAR A LAS OTRAS... CLARO, SI EXISTIERA EL RESPETO MUTUO.

CB: Es indispensable también la flexibilidad como para concebir la idea de derivar a un paciente que te llegue. Es difícil que la gente derive a sus pacientes, por una cuestión de dinero. No todo el mundo tiene la honestidad de decir "yo no puedo, yo no tengo elementos".

JLG: El saber decir "no sé" es maravilloso. El trabajo que hacemos cuando alguien viene a pedir los servicios de la Fundación, es ver si realmente hay una "sintonía" con lo que nosotros ofrecemos, porque nada se logra a la fuerza. Más de una vez derivamos.

PARECE COMO SI LA NEW AGE LO HUBIERA DESCUBIERTO TODO, COMO SI LA VERDAD HUBIERA EMPEZADO ALLÍ. MIENTRAS LEÍA EL LIBRO, YO ME PREGUNTABA: ¿POR QUÉ NO ESTÁN ALLÍ BORGES, CHEJOV, FREUD, LACAN, PASTEUR?

CB: En realidad, lo que hace la New Age es recuperar técnicas que estaban por ahí, ocultas, y no utilizadas por Occidente. Yo creo que la New Age empieza con las experiencias de los hippies, los viajes a la India y las experiencias con la psicodelia, el enfrentarse con un universo interno mucho más amplio.

JLG: La New Age recupera, no inventa, el Reiki. Nada más ancestral que aplicar sobre la zona dolori-

da la propia mano. Y en nuestro libro, el capítulo que habla de la Dieta Naturista comienza con una cita de Hipócrates. Si la New Age se cree que inventó algo, es ahí donde empieza a meter la pata.

¿QUÉ ES LA PROGRAMACIÓN NEURO LINGÜÍSTICA Y EN QUÉ SE DIFERENCIA DEL PSICOANÁLISIS?

CB: El foco de la PNL tiene que ver con el sistema de creencias que tiene una persona. Algunas sirven para lograr distintas situaciones exitosas, pero otras te boicotean. Lo que hace la PNL es poner en la superficie esas creencias e investigar cuál es el origen. A través de una técnica de regresión se investiga cuándo apareció por primera vez esa creencia limitante. No está tan focalizado el tema en la interpretación. Un terapeuta de PNL no interpreta tanto como un psicoanalista, que está trabajando más con el concepto de la palabra. Lo que se investiga es cómo vos te estás comunicando con vos mismo, qué te decís permanentemente y qué producís en los demás. La PNL trabaja fundamentalmente desarmando y resolviendo las incongruencias, esas estrategias que llevan a que uno no logre lo que en realidad pretende o cree lograr. Es mucho más flexible que el psicoanálisis. Por otro lado, no es un contrato de tantos años. Se trabajan temas específicos.

JLG: Lo más interesante de la diferencia es el lugar de poder que adquiere un terapeuta. En la PNL el terapeuta se llama a sí mismo "facilitador", y coloca las cosas en donde deben estar, en el que pide el servicio y no en el que lo brinda.

CB La Programación Neuro Lingüística trabaja con cosas más puntuales: qué hacer frente a la situación laboral, qué hacer con el médico, qué le pasa con su miedo, si se ve a sí mismo de acá a 30 años o se está viendo con un mes de vida. El paciente que recibe un análisis de VIH positivo tiene urgencias que atender y en principio siente que no tiene tiempo para trabajar a tan largo plazo como el psicoanálisis clásico requiere. De todos modos, hay buena gente que está trabajando con la PNL y hay muy buena gente que trabaja con psicoanálisis. Yo he hecho tres años de psicoanálisis personal y en su momento siento que me salvaron la vida. El psicoanálisis es una técnica valiosísima.

JLG: El problema es cuando ponés a determinada técnica o a determinado autor en un pedestal.

HAY QUIENES DICEN QUE LAS TERAPIAS DE MEDITACIÓN, VISUALIZACIÓN, ETC., SON SOLO TÉCNICAS DE AUTOSUGESTIÓN.

CB: No. Todos tenemos una mente, y esa mente es como un mono inquieto que va de rama en rama. Estas técnicas de meditación o visualización te dan la

posibilidad de focalizar la mente en un punto. No creo que sea autosugestión.

JLG: Además se utiliza la palabra "sugestión" con un sentido absolutamente descalificatorio, y yo me preguntaría ¿por qué? Si usamos sugestión, y la sugestión funciona, ¿por qué no? No hay médico que no reconozca y no utilice el "efecto placebo". ¿Por qué descalificar entonces la autosugestión? Por otro lado, debemos tener cuidado con eso de las afirmaciones positivas.

CB: Uno puede tener un pensamiento negativo, un NO muy grande frente a algo que quiere resolver. Lo primero que hacemos nosotros, antes de instrumentar toda esa parafernalia del YO PUEDO, es analizar el origen de ese pensamiento negativo, ¿qué me quiere decir ese pensamiento?, ¿para qué me sirve? Atrás de toda estrategia siempre hay una utilidad y ahí se abre una puerta maravillosa. Hay que enfrentarse con ese boicoteador y ver cuál es la intención positiva que tiene, cómo puedo crecer a partir de él. Después de tener bien claro todo eso, recién ahí puedo apelar a las técnicas de pensamiento positivo.

A VECES TENGO LA SENSACIÓN DE QUE LAS TERAPIAS ALTERNATIVAS TIENEN RESPUESTAS PARA TODO Y NO TIENEN LUGAR PARA LA DUDA. ESO ME PRODUCE CIERTA SOSPECHA.

JLG: Cuando damos la primera entrevista a alguien que quiere recibir Reiki y nos pregunta qué va a sucederle, le decimos "no sabemos, es impredecible. Entendemos que hace bien en el más amplio sentido, pero no podemos garantizarte que vaya a curar ese dolor que traés o ese determinado síntoma". La duda está siempre.

¿EXISTE RELACIÓN ENTRE LA FELICIDAD Y LA SALUD?

JLG: Tomando la felicidad como un estado de armonía, de estar en paz con uno mismo, en ese sentido, sí.

¿CÓMO ENCARAN EL TEMA DE LO ECONÓMICO? PORQUE EN EL TEMA DE SALUD, TODO AQUEL QUE PRETENDA MOSTRAR BUENAS INTENCIONES DEBE ANALIZAR BIEN A FONDO SU RELACIÓN CON EL DINERO. A VECES EL DINERO "PUDRE" MUCHAS BUENAS INTENCIONES.

CB: Creo que es importante tratar el tema. En este momento hay ciertas especulaciones con el Reiki, con el cobrar o no cobrar. Nosotros hemos logrado un delicado equilibrio. Cobramos a las personas que no tienen VIH pero para todas las personas que viven con VIH todos los servicios son gratuitos. Creo que esto es bueno que se sepa; a veces la gente tiene el preconceito de que hacer determinado tipo de cosas



está relacionado con afrontar un determinado gasto.

¿ES COMPATIBLE EL REIKI CON OTRAS TERAPIAS?

CB: En Visión Alternativa, actualmente, las personas que aquí se atienden están haciendo otros tratamientos con cócteles de drogas alopáticas, con otras terapias alternativas. Acá no se combate para nada otras posturas.

CB: Nosotros tratamos por todos los medios de acompañar la circunstancia que cada persona decide transitar. También estamos bastante esperanzados con todo lo que está pasando en la alopática. Esto de poder determinar y bajar la carga viral de un paciente nos parece como una fuerte luz de esperanza.

LA ALOPATÍA A LA LARGA SIEMPRE LOGRA JUSTIFICAR SUS PROPIOS ARGUMENTOS Y ARRIBAR AL ÉXITO EN SU TERRENO. OBIAMENTE, LA DETERMINACIÓN DE CARGA VIRAL Y LAS NUEVAS DROGAS SON ALGO MÁS SÓLIDO QUE LOS RECUENTOS DE CD4. PERO YO ME PREGUNTO: LA AUTOESTIMA, LA SEXUALIDAD, EL AMOR, EL SUFRIMIENTO, LA MUERTE, ¿QUÉ PASÓ CON TODO ESO? CREO QUE TODO ESTÁ COMO EL DÍA ANTES DE QUE APARECIERA EL PRIMER CASO DE SIDA EN EL MUNDO.

CB: Ese es uno de nuestros cuestionamientos permanentes. Que tanto dolor, que tanta muerte, que tanta pérdida no nos hayan servido aún para hacer una revolución con el tema de la sexualidad. Se sigue manteniendo un estilo de sexualidad como si todo esto no hubiera pasado. El mecanismo de negación es fuertísimo. Por otro lado, lo alentador es que aunque se trate de una minoría, se ha tomado conciencia y se está intentando esa revolución, acá y en otros lados. Eso merece celebrarse.

¿QUÉ LE ACONSEJARÍAN AL LECTOR DE NUESTRA REVISTA?

JLG: Yo le diría que, en primer lugar, confíe en su propia fuerza. Cuando una crisis se empieza a gestar, paralelamente, o antes, se gestan también los recursos para salir de ella. Es en uno mismo donde está esa fuerza para salir; a veces hay que buscar ayudas externas; pero son solo ayudas, la fuerza está en uno.

Dr. Carlos Mendes