

## **ENPOWERMENT**

Los análisis de detección de VIH me dieron positivo hace mas de 11 años. He vivido, y vivo, con VIH flotando en mis fluidos, anidando en mis ganglios, navegando en mi líquido cefalorraquídeo, replicándose en mi. He vivido como enfermo desde que, de manera brutal, me dieron la noticia, en un momento en el que los medios de comunicación se complacían en mostrar crueles, oscuras, malas imágenes del deterioro de los seropositivos que habían descendido a la categoría "SIDA".

En un momento en el que Rafael Nájera anunció en televisión la posibilidad de "internar" a la población seropositiva como medida de control epidemiológico y yo me cagué de miedo. Cuando el AZT sólo se conseguía en EEUU y aquí no había tratamiento. Cuando los médicos se ponían doble guante para palparte en busca de información ganglionar y, a continuación, se lavaban las manos hasta las axilas. Cuando se discutían, negaban, afirmaban, los "grupos de riesgo".

Once años dándome plazos de vida, de muerte, de salud. Anticipando la enfermedad. Viviéndola. Temiendo sus manifestaciones, buscándolas en mi cuerpo. Mirando cada coloración extraña de mi piel como un sarcoma, sintiendo cada dolor de cabeza como un linfoma, explorando mi lengua y mis mucosas en busca de candida albicans. Chequeando mi pecho en busca de pneumocistitis carinii, de tuberculosis, mi glande en busca de herpes. Sintiendo los citomegalovirus en mis ojos, perdiendo visión. Devorando literatura de síntomas y buscándolos en mí. Leyendo las novedades científicas sobre la actuación del VIH en el sistema inmunológico, sobre los receptores celulares, las "llaves" que el vih usa para entrar en las células y replicarse.

Mi posición ideológica me ponía del lado de los que denunciaban el genocidio que se estaba perpetrando contra los distintos, los pobres, los negros, los gays, los usuarios de drogas. De los que exigían a los médicos, a los laboratorios, que se acertara el tiempo de experimentación de los fármacos antes de su uso. Denunciando el olvido de los muertos, viendo como mis amigos, la gente de mi barrio, los que fueron mis parejas, morían ante la vergüenza de sus familias, ante mi miedo a ser yo el siguiente. Negándome o forzándome dolorosamente a ir a verlos, viéndome a mí enchufado a los goteros, a los respiradores. Tratado con asco y pena por el personal sanitario. Maltratado e indefenso.

Esta ha sido mi vida, a grandes rasgos, durante casi 11 años. Una vida dedicada a observar la irremediable destrucción de mi sistema inmunológico, la subida de los niveles de vih en la sangre desde que se cuenta con los tests cuantificadores. Aceptando los marcadores de salud de la medicina institucional, la clasificación del estadio C3, el mas bajo en la escala de progresión a SIDA.

He vivido estos años sintiendo como Alien me invadía y se multiplicaba sin caer en la cuenta de que Alien también muere. Sintióndome rendido, indefenso por mí mismo mí mismo ante él, yo mortal, él eterno.

Retrepado en la dimensión política del SIDA. En la visión de la utilización del SIDA por parte del poder como elemento de purificación social, de limpieza de sangre.

Efectivamente, el SIDA tiene una dimensión política. El juego de víctima y verdugo lo juegan dos partes. Sin víctima no hay verdugo. Sin verdugo, la víctima no existe o se transforma en suicida.

Cuando cedo a otros el poder de evaluar, restaurar, mantener mi salud; cuando renuncio en definitiva a mi percepción de mí, delegándola en otros; cuando renuncio al poder que sobre mí tengo; cuando no intento explorar, conocer y poner funcionamiento todo lo que puedo hacer por mí, juego a que soy una víctima y nombro y me pongo en manos del verdugo.

Cuando situamos en otros las cosas importantes de nuestra vida (nuestro valor como personas, la legitimidad de nuestra afectividad, nuestra salud, nuestra libertad) nos exponemos a que no nos las concedan. Autenticamos al verdugo en su papel, perpetuamos el macabro juego.

Nadie puede darnos la capacidad de actuar como queramos porque la libertad es incompatible con el permiso para ejercitarla. Somos libres sólo cuando nosotros decidimos serlo y asumimos la responsabilidad de nuestra vida, sin el fácil recurso de exclamar ¿ Veis como no me dejáis ser libre? tan pronto como nuestros actos de libertad acarrear consecuencias que no nos gustan. Porque en ese momento estamos renunciando a ser libres.

Mi percepción de salud es mía. No la tiene mi médico, ni su test, ni sus instrumentos de medición. Quien enferma soy yo y yo también quien sana. En mi cuerpo no ocurre nada que yo no permita.

Mi médico está nervioso porque mis linfocitos T4 han bajado a 88. El hecho es que la carga viral también haya bajado de más de 1.000.000 de copias/ml. A 300.00 copias/ml. Para él no supone nada, pues mide el ascenso o el descenso en progresiones o regresiones logarítmicas. Yo no.

A la vieja idea "el virus entra en mis células y se replica "añado yo ahora" 85 y también muere, y con mis 88 linfocitos T4 me defiendo como un tigre que decide vivir y me cargo todos los vih que puedo".

Porque mis linfocitos t4 no son unos bichitos que yo "tenga" y que me defiendan cuando pueden. Mis linfocitos son tan "yo" como mi cerebro o mi pierna o mi voz. Soy YO quien lucha cuando ellos luchan, soy YO quien se rinde cuando ellos se rinden.

La dimensión política del SIDA, según mi lógica, está en la autenticación por parte del poder, de la victimización a la que nosotros mismos nos sometemos. Que nos sigamos percibiendo como víctimas. Que no nos demos cuenta del poder que tenemos sobre nosotros, de la libertad, la salud, el valor humano, descansan sobre nosotros y sobre nadie más. Cuando le pedimos valor, libertad, salud a otro, estamos pidiendo un imposible, porque las cosas que sólo nosotros nos podemos permitir o negar.

El asqueroso juego político del SIDA está en animar a las víctimas a que lo sigan siendo, creando asistencia insuficiente, haciendo difícilmente asequible el conocimiento científico, ratificando que la sanación está en las empresas farmacológicas y no en nosotros, no desarrollando la profundización, difusión, ni el estudio de técnicas y

verificación de utilidad de filosofías y prácticas médicas tradicionales o disidentes de la medicina oficial.

El juego político también lo jugamos los "gobernados" autentificando su poder, el de ellos, y negando por lo tanto el nuestro, aceptando que no podemos hacer nada por nosotros mismos. No participando en nuestro tratamiento, no participando por tanto en la transformación del sistema sanitario asentado en el concepto médico/paciente (activo/pasivo, conocedor/ignorante poderoso/débil, sano/enfermo). No sintiéndonos ni actuando como copropietarios y cogestores de los recursos de que el sistema en el que vivimos dispone, ni impulsando los que podría crear en el futuro. Abandonándonos a la pataleta histérica del "no me dejáis ser libre, no me curáis, no me dejáis acostarme con quien quiero" y no entrar en la consciencia de que nadie puede darnos permiso para nada de esto aparte de nosotros mismos.

Puedes cantar con Molotov "Gimmy tha power" o bailar alegre y seguro "I've got the power", tu eliges.

En la vida aprendemos a casi todo. De la experiencia que arrastramos hemos aprendido a ser como somos, a comportarnos como nos comportamos. Si nos recriminaron, o quizás nos pegaron, cuando en el pasado pedimos algo necesario o importante para nosotros, esto nos hizo pensar que era mejor no pedir y renunciar a tener lo necesario. Quizá decidimos que lo mejor era robarlo o buscar quizá algo que lo sustituyera. Cuando un niño no tiene la caricia necesaria que pide y de quien la pide, se la pide a otro o se la hace a sí mismo, se mece a sí mismo. Si no encuentra caricia positiva busca una caricia negativa, golpe, grito, 85. Estas posibilidades nos permiten vivir en casi cualquier situación negociando y encontrando soluciones más o menos satisfactorias a nuestras necesidades.

La cultura, además de las delicias gastronómicas y las danzas populares, regula y rige todas las áreas de la vida de una persona. En el corpus cultural se normativiza cuándo y cuánto necesita alguien algo, cuánto y hasta cuando debe doler cuando algo se pierde o no se tiene. Cuándo y cuánto se debe llorar, estar triste, reírse, enfadarse, gritar. Estas normas, en continuo proceso de transformación y evolución, tienen como función la supervivencia del grupo. A través de estas normas aprendimos que éramos buenos o que éramos malos, que éramos listos o tontos, normales o raros, cariñosos o mohínos. Vimos cómo les iba a nuestros padres y a nuestro entorno afectivo en relación con las normas y con el poder y de todo este cóctel hicimos la elección de nuestra manera de vivir. Así actuamos como actuamos. Si aprendimos a huir, huimos. Si aprendimos a marginarnos, nos marginamos. Si aprendimos a dar de hostias ante el menor asomo de peligro, seguimos haciéndolo. Si aprendimos que el mundo es amenazante, nos defendemos ante todo. Si aprendimos a estar enfermos, los estamos.

Pero todo esto es sólo lo que aprendimos, no lo que somos. Pensar que somos como actuamos es como pensar que somos los ríos de España o los reyes godos, o las preposiciones o el inicio del Quijote. No somos lo que hemos aprendido a ser. Lo único que somos, la maravilla que somos, es la impresionante capacidad de aprender. De aprender a aprender. De desaprender y reaprender. No estamos presos en lo que somos porque no somos nada más que capacidad, nada menos que un inagotable manantial de capacidad. Manantial al que podemos llegar recorriendo el camino o a la inversa. Detectando las heridas ante las que decidimos "ser" de una u otra forma, las carencias

ante las que nos adaptamos, los ánimos que nos dieron para que fuéramos de una manera u otra. Volver a conectar con lo que necesitamos y volver a pedirlo, intentar conseguirlo, desde la capacidad y el poder que hoy como adultos tenemos. Desafiar el miedo que nos produce enfrentarnos a la codificación de la norma cultural, social, familiar. Saber que lo que necesitamos ayer, lo que necesitamos hoy, es legítimo, real, necesario para nosotros. Pedir, porque sólo pidiendo podemos tener alguna seguridad de que vamos a recibir exactamente lo que queremos. Saber que, además de lo que nosotros podemos dar, también los otros tienen cosas para darnos, cosas importantes, imprescindibles para sobrevivir.

Tomar el poder de pedir, el poder de sentirse interrelacionado, atendido, respetado.

Tomar el poder desde la necesidad que tenemos del otro y de nosotros mismos.

No estoy enfermo de sida ni de ninguna otra cosa. Tampoco vivo con sida.

Sé si estoy sano o enfermo cuando cierro mis ojos, respiro y chequeo mi corazón independientemente de porcentajes, cifras y logaritmos.

Me concedo la capacidad de estar sano, fuerte, libre, tal como lo estoy AHORA.

Os deseo salud en todos los días de vuestra vida.

Gracias.

Paco Nogales