

DAR A MIRAR

Una mirada a la serie *terapia sin filtro*

ERIKA SELENE PÉREZ VÁZQUEZ¹

LAS CICATRICES

No hay cicatriz, por brutal que parezca,
que no encierre belleza.
Una historia puntual se cuenta en ella,
algún dolor. Pero también su fin.
Las cicatrices, pues, son las costuras
de la memoria,
un remate imperfecto que nos sana
dañándonos. La forma
que el tiempo encuentra
de que nunca olvidemos las heridas.
Piedad Bonnet

RESUMEN

La presente reseña aborda la serie *Terapia sin filtro* (2023) de los creadores Bret Goldstein, Bill Lawrence y Jason Segel. Es una serie dramática que retoma ideas sobre el duelo, la vulnerabilidad, el perdón y la importancia de la comunidad cuando una persona atraviesa por el duelo. Es importante mirar las partes y etapas del duelo, la serie es interesante puesto que toca temas que son transcendentales para diferentes edades.

PALABRAS CLAVE: VULNERABILIDAD- COMUNIDAD- DUELO-PERDÓN- MUERTE

¹ Profesora de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México, de la Academia de Arte y Patrimonio cultural. Tiene publicaciones en arte, poesía, filosofía y estética en libros y revistas nacionales e internacionales. Sus áreas de interés son la Tanatología, Filosofía, Estética, Arte y Poesía.

La serie *Terapia sin filtro* (2023) tiene dos temporadas y es sobre un psicólogo, Jimmy Laird, quien acaba de perder a su esposa Tía en un accidente automovilístico y atraviesa el duelo con su hija adolescente Alice, al mismo tiempo que Jimmy atiende sus pacientes con poca orientación y es que a partir de un consejo comienza a tratar a sus pacientes de maneras poco ortodoxas confundiendo a veces y llevándolos a zonas peligrosas para sí mismos, otras logrando resultados distintos y buenos, como el invitar a un paciente a que viva con él y su hija o que una paciente deje a su esposo. Es interesante lo anterior, porque parece que, tanto en su vida personal como en la profesional, algo necesita reconfigurarse, nada puede seguir igual, es decir; algo cambió.

En tanto, el universo de la serie gira en torno a su vida familiar y social que tienen con los vecinos que los arropan durante el duelo y sus dos compañeros de trabajo Gaby y Dr. Paul Rhoades, así como las historias cruzadas por la vida diaria y por los pacientes a los que Jimmy empieza a darles terapia de manera distinta a la habitual, como había mencionado con anterioridad.

Toda la serie está comprometida por un humor inteligente, alrededor de los límites, del amor, del duelo y el respeto. Tanto el Jimmy Laird como su hija Alice se ven tocados por el duelo, que a veces suelen confundir con problemas cotidianos o propios de la relación padre-hija, por lo tanto, ambos personajes han de ir reconfigurando su dolor, hasta darle un nombre, recordemos las etapas del duelo Elisabeth Kübler-Ross, son cinco:

- 1) negación: es una suerte de aislamiento ante la noticia de la muerte o enfermedad.
- 2) ira: el enojo ante la noticia de la muerte o de la enfermedad.
- 3) negociación: cuando hay una reorganización ante la noticia, se establecen pactos para intentar tener una vida más llevadera.
- 4) depresión: el afectado atraviesa por sentimientos como la dificultad de sobrellevar o afrontar la vida como usualmente lo hace.
- 5) aceptación: es la etapa final, donde se reconoce la pérdida y se intenta aprender a vivir con ella.

Parece, al menos los primeros capítulos son una suerte de bucle que va y viene sin salida y que involucran la negación y la ira por la muerte de Tía. Durante gran parte de la temporada uno, vemos al padre y a la hija afectados por la negación de la muerte de la esposa-madre y

la ira que les causa no saber qué hacer con esos sentimientos, por lo tanto, se ven desorganizados por la melancolía, esto es paralizados por un duelo que no saben bien cómo lograr que avance.

Se encuentran en un estado de impasse en el que todo se encuentra desordenado por la melancolía, el padre Jimmy se alcoholiza por lo que se desentiende de su hija, una vecina Liz se encarga de darle día a día sentido a la vida de Alice, así como cuidados, que el padre no le da debido al estado de tristeza en el que se encuentra. La melancolía es esencial para el duelo ya que cuando perdemos a alguien no siempre es fácil de configurar qué es lo que perdimos con esa persona, por ello a lo largo de la serie Jimmy empieza a armar las piezas de un largo rompecabezas que entenderá poco a poco durante todos los capítulos.

Cada uno de los personajes de la serie tiene su propia personalidad y temas a trabajar, la idea es la de ocuparse de la posibilidad de una comunidad que abrase la vulnerabilidad y la pérdida y ahondar en el tema. Cuando aparece la pérdida, en el caso de la serie es a partir de la muerte Tía la esposa de Jimmy, al principio pareciera que el personaje y su hija luchan por no perder algo, como recuerdos, frases, ropa entre otras cosas, pero al mismo tiempo comienzan a reflexionar qué tanto se encuentran en el presente, en sus vidas y no en la vida del otro, del que ya murió. Es una lucha constante de los personajes por no sentirse vulnerables ya que los hace sentirse violentados, sin embargo, cada día, es uno más de vulnerabilidad. Comenzar a sentir y organizar la pérdida es un inicio diario, para salir del enojo, la ira y la negación de la muerte para en capítulos después comenzar con la negociación.

Cada uno de los personajes además de los principales, tienen algo que trabajar, algo que perder, algo que aceptar y que durante el transcurso de los capítulos van exponiendo y compartiendo hasta lograr un equilibrio, aunque momentáneo funcional para la vida. Por ejemplo, uno de los compañeros de Jimmy, el Dr. Paul Rhoades comienza a tener los primeros síntomas de Parkinson, lo cual a lo largo de varios capítulos le lleva a pensar sobre su propia pérdida de independencia y consecuencias a largo plazo de la enfermedad.

La pérdida nos hace mirar los lazos que tenemos y tuvimos con algunas personas, la comunidad a la que pensamos y pertenecemos, lo que nos compone. ¿quiénes somos sin las otras personas, los lazos que nos vinculan con los demás, qué tanto la personalidad es en

función del otro, por ejemplo, en el caso de Jimmy acaba de perder su papel de esposo, ahora no sabe muy bien cómo nombrarse en el mundo a partir de esa pérdida, así como ser papá. Aunque para Jimmy y su hija pretenden que el duelo sea algo privado, acaban por vivirlo en comunidad, ya que cada uno de sus actos contagia al siguiente e involucra a las personas con las que conviven. En el duelo se pregunta Jimmy, qué relaciones tiene con el otro, con sus compañeros de trabajo, con sus vecinos, al mismo tiempo de ida y regreso se cuestiona sobre quién es y qué sigue.

Además del duelo que vive, dicho dolor le enseña la sujeción a la que se encuentra sometido en la sociedad, y con el relato que se tiene de la realidad. Por ejemplo, Jimmy constantemente recuerda el día que sufrió el accidente automovilístico su esposa y se lo cuenta desde diferentes escenarios, hasta que un día el hombre con el que se estrella su esposa Tía, lo va a buscar al trabajo. Louis Winston quien vive con una enorme culpa, pretende que el Jimmy lo perdone, este es otro tema importante durante el final de la primera y toda la segunda temporada. ¿Cómo perdonar y seguir adelante? ¿Es posible el perdón a partir de un accidente?

A partir de este encuentro, el perdón forma parte esencial de la serie. ¿cómo perdonar? Louis tiene un encuentro con la hija Alice, quien atraviesa por la pubertad, y esta lo perdona al recordar una historia de su madre en un parque de diversiones sobre la compasión hacia los otros y cómo es que a veces hacemos cosas por los demás, pero en el fondo, también lo hacemos por nosotros, como por ejemplo el perdonar.

Uno de los eventos importantes a cruzar serán la aceptación de la muerte y el perdón. Además, comprender que lo que sucedió en el accidente de Tía, también le sucedió a la otra persona, a Louis y así como cambió la vida para Jimmy y su hija Alice también a Louis le pasó algo, y también busca superar esa situación para continuar su vida y dejar atrás el estigma de la muerte de Tía. El perdón será una de las partes esenciales para la reconfiguración del rompecabezas del duelo.

Hay que tener en cuenta a lo largo de la serie, los personajes narran su propia historia y cómo esta se contrasta con el otro y con la realidad, es de gran importancia notar cómo se cuentan las historias a partir del yo, pero tener en cuenta que los otros también tienen su propia historia, por lo tanto, el duelo es una historia amplia y abarcante nunca es unilateral por

completo. Y es que siempre que hablamos -pensando en los diálogos que hay en la serie- hablándole a los otros, las narraciones que tenemos sobre un hecho siempre involucran a algo más que la individualidad. Es interesante cómo cada personaje va cambiando su propia narración de lo que le ocupa, transformándolo en otro y cambiando su percepción del mundo. Durante la temporada dos empiezan a reconfigurarse las historias de los personajes y establecer un nuevo orden de vida, se establecen prioridades, es decir; la vida sigue. Se hacen nuevos pactos, para negociar con el presente, la vida continua y por lo tanto hay que resolver, por lo tanto, muchos de los personajes comienzan a solucionar pequeños problemas que los tenían detenidos en sus vidas, es muy interesante cómo la serie le empieza a hablar a diferentes rangos de edades con diversos problemas, exteriorizan lo que les acongoja, pero también lo que agradecer en lo individual y en comunidad. Todo lo que antes se había dejado estancado ahora ha cambiado, para ello es importante aceptar la muerte, con todo y la vulnerabilidad que esto significa.

Es importante retomar a lo largo de la serie, la idea: -qué somos a través de los otros-, por ello la vulnerabilidad es importante, porque a lo largo de la serie lo que los reúne es la similitud humana que tienen los personajes, saben que no están solos durante todo su proceso, pero en general en la vida, por ello de manera constante el sentido de comunidad aparece durante los capítulos como un tema que sostiene el dolor que pasan los personajes. Por ello es importante, para los personajes, reconocer la variedad de emociones, exteriorizarlas, verbalizarlas y atravesarlas.