

Del psicoanálisis a la psicología personalista

Don Carlos Díaz estuvo este viernes 25 de enero en Vigo. Tuvimos el privilegio de, haciéndome eco de los comentarios, recibir una gota de agua del inmenso océano que nos mostró, en el cual se desenvuelve.

Comenzó su ponencia hablándonos de la imposibilidad de encontrar un ser humano que no fuese "enfermo" (no firme), de la imposibilidad de encontrar un tú en la medida de un yo, indicándonos que vivir consiste en el arte de sobrevivir, de luchar cada día con nosotros mismos, no de sobre-vivir encima de los demás, sino con los demás, las personas que nos rodean.

Proseguimos con una explicación breve pero muy gráfica del yo (que ejerce de mirada en un espejo), y el tú (siendo éste el reflejo en el espejo); más tarde volvería sobre el yo-tú.

Al abordar el tema de la salud mental, su disertación, fluida y clara, nos introdujo en la diferenciación entre el eros (el amor), el cual conlleva una vida con sentido, realización personal de uno mismo, dominio sobre lo que uno mismo vive y la capacidad de ser felices, y *thanatos* (la muerte), implicando este sentimiento: el odio, las relaciones tóxicas, la desesperación interior, haciéndonos comprender que en el estado tanático uno no se lleva bien consigo mismo.

Nadie se puede sentir ni enteramente *eros* ni enteramente *thanatos*, ya que vivimos en *polemós*, en continua guerra con uno mismo, en *continúa polémica* entre un ser que intenta que su *eros* salga a flote, subyugando, o intentando que su *thanatos* sea reprimido, ya que este sentimiento de estar reprimido nos destruye interiormente invalidándonos para ser felices y realizados como personas integras en toda la potencialidad de sus dones personales, con dominio de sí mismas, adultas. Pero esas personas saben al mismo tiempo que no pueden bajar la guardia; debemos estar en vigilia continua, encontrando de este modo un sentido para nuestra realización personal, para nuestra existencia, para nuestra vida.

La relación *tuica* es una relación amorosa con uno mismo y con los demás; por el contrario, la relación *elloica* es tanática y en ella no hay cabida para el eros, los demás son instrumentos, se cosifican, dejando de este modo de ser correspondidos como seres humanos, de ver en el "otro" a otro yo, un igual, un tú, en el que sentirnos reflejados. En dicha relación tanática el egoísmo causa lo que sólo el egoísmo puede causar: se apodera del ser humano para destruirlo, forjándose de este modo una mente deformada donde los otros seres, tomados como instrumentos, no permiten una relación sana ni con uno mismo ni con los demás. Al tratar de este modo a los demás, cosificándolos, nos cosificamos a nosotros mismos.

Vivir es convivir, con-vivir, y ello implica una relación entre los seres humanos. En dicha relación tiene que haber *tensión*, ya que continuamente queremos sacar lo mejor de nosotros mismos (el *eros*), implicándonos de este modo en sacar lo mejor de los demás. En la relación de tensión se produce una

lucha, *polemós*, en la cual los demás también saquen lo mejor de sí mismos y de este modo se superen. *Polemós* es una lucha por superarnos.

Todo esto nos lleva a un sufrimiento. Dicho sufrimiento, cuando es por amor, es sano, nos ayuda a crecer, a madurar, tanto al sujeto como al grupo social en el que está inmerso. Sufrir por el mero hecho de sufrir no tiene sentido. Así como el sufrir por amor es *tuico* (amoroso), el sufrir sin sentido se convierte en elloico (tanático). El *sufrir por amor* es la parte sana del *polemós*. Este sufrir nos evita el miedo al fracaso, a salir de nosotros mismos, a vivir para llegar a un encuentro *tuico* (amoroso) con los demás.

El *sufrir por sufrir* no interesa, provoca miedo: miedo al fracaso, a ser engañados, miedo a ser vulnerables, en definitiva, a ser cosificados, instrumentalizados. Este *elloismo* destroza al ser humano, incapacitándolo para vivir de una forma sana, haciéndole sentir que está *sobreviviendo*, cuando en realidad lo que está haciendo es *sobre-viviendo*, viviendo sobre los demás y a su costa, y al mismo tiempo acobardándose cada vez más uno mismo, aunque no parezca así, ya que el *ego agresivo* no nos deja visualizarnos objetivamente.

Todos tenemos necesidad de amor y, a la vez, todos odiamos de algún modo. El odio es el *yo-contra-ti yo-sin-ti*, el *egoísmo*, donde la relación se cosifica, se convierte en un *ello*. Aquí no existe un tú, no consideramos igual a nosotros a nuestro interlocutor

Cuando el tú es nuestro interlocutor deviene igual a nosotros, se convierte en *yo*. Al producirse esta transformación uno sostiene al otro, yo cuido de ti, porque al darte a mí, sé que tú me quieres y cuidas de mí: somos *to-y-tú*.

El *nos-otros* no pasa de ser una suma del yo egocéntrico de cada individuo, un *yomeo*. El *nos-otros* es una falta de interés por el tú, se convierte en un egoísmo múltiple. Por el contrario, el verdadero *nosotros* es una suma compartida del interés (*inter-es*) mutuo del *ser-entre-todos-uno*. Es el eros compartido.

Nos encontramos con tres tipos de nosotros: a) Preconvencional. Aquí en realidad no existen los *otros*, solo uno cuenta, el *ego*, estadísticamente el 41% de la población. b) Convencional. Para éste únicamente cuenta él y su familia, su clan, formando un cuerpo sólido, estadísticamente el 42% de la población. c) Postconvencional. Para este sujeto, el nosotros significa salvar y acudir a cualquiera, no sólo a uno mismo y a la propia familia, estadísticamente el 17% de la población.

Lo deseable y aconsejable, tanto individual como globalmente (en caso de que se pudiera individualizar) es el *nosotros postconvencional*. Paradójicamente es un tanto contradictorio; pues por un lado el yo asume mayores riesgos en beneficio de los demás (arriesgando incluso su propia vida en el límite de lo heroico), y, a la vez, provoca menos miedo. Esto nos indica que hay dos formas de enfrentarse a la vida:

a) Con miedo. Lo cual nos obliga a vivir aún con más riesgos a nivel personal. La salud mental del sujeto tiene mucho de éste cobardía, ello se

debe a que tiene miedo a darse a los demás, a entregarse, a que fluya su erotismo, su amor, inutilizándose para sí mismo y para los demás; por desgracia este tipo de personalidades es muy común, no reconocen la máxima siguiente que por su sencillez es abrumadoramente potente: *da más fuerza sentirse amado que sentirse fuerte*.

b) Sin miedo. El yo es audaz, no temerario, asume voluntariamente su condición de vulnerable, se podría decir que para él la vida sin entrega, sin eros, no merece la pena, para él la batalla está ganada de antemano porque su único objetivo es darse, gastarse.

En las relaciones interpersonales, si solo uno da, se realiza una relación insana. Los seres humanos precisamos reciprocidad, la cual nos hace amar a los demás a pesar de sus defectos; es en ese momento cuando nos sentimos libres, libres para superarnos y reinventarnos día a día, de tal forma que igual que nos admitimos a nosotros mismos somos capaces de admitir a los demás.

El yo sufriente es un ser no-firme, enfermo, precisado de terapia, de ser cuidado compasivamente, salvando lo humano de la persona para llegar a su parte sana, su parte divina; esto solamente se puede hacer terapéuticamente, *com-pasivamente*, no con lástima (sentimiento negativo no igualitario); el yo se da entre iguales cuando valoramos a la otra persona con la misma medida que nos valoramos a nosotros. Al decir *com-pasión* nos igualamos con la otra persona, padecemos con ella, pues estamos bajando a su "infierno", a su sufrimiento, en donde hallamos lo peor de uno mismo, pero sólo de este modo podemos aspirar a traerlo a la verdad de su ser, al sentirse *sí mismo*, libre de ataduras.

En la com-pasión, al igual que lo hizo Jesús, tal y como rezamos en el credo, *descendió a los infiernos y al tercer día resucitó*, se descende a los infiernos personales del otro (yo) para llevarlo a realizarse como ser humano, con la parte divina implícita.

Nunca uno por sí mismo será capaz de salir de su infierno (resultaría ridículo caer en un pozo tirando de su cabello); se precisa de otro que nos de la mano y que se atreva a querernos lo suficiente para, quizá arriesgando su vida, quizá no, nos ayude a resucitarnos para la vida, para ser humanos, para ser libres y vivir nuestra propia vida en todas sus vertientes.

Hasta aquí llego en mi atrevimiento de resumir la charla-coloquio de Carlos Díaz en Vigo el pasado viernes, poniendo fin con una de las frases que citó: *mientras yo viva tú no morirás*.

Israel