



EL HOMBRE PSICOLÓGICO

MATERIAL DE LECTURA PREPARADO POR
DR. HECTOR SALINAS AYALA

El hombre ante el dolor

La alegría y la tristeza, el placer y el dolor representan sentimientos y percepciones antagónicas y correlativas, en cuanto que la alegría puede considerarse como el placer anímico y la tristeza como el dolor psíquico. La alegría y la tristeza son sentimientos específicamente humanos; el placer y el dolor son percepciones sensoriales, de orden físico, que cuando traspasan la frontera psico-física, por decirlo de algún modo, se transforman en alegría y tristeza respectivamente.

Así como la muerte es la privación de la vida, el dolor y la tristeza también tienen carácter negativo: el dolor es privación de bienestar y la tristeza es privación de alegría; pero es preciso profundizar en el conocimiento del dolor y del placer, pues no todo dolor es malo ni todo placer es bueno. Es más, muchas veces el placer y la alegría, intencionalmente buscados, conducen al dolor y a la tristeza. Y, sin embargo, el dolor y la tristeza bien aceptados y conducidos pueden ser principio de una salud psíquica -y globalmente humana- más plena y sólida. El placer o la alegría, desconectados de raíces antropológicas -fundadas en el amor, la verdad y la libertad-, pueden convertirse en un falseamiento existencial que derivaría en un desmoronamiento del hombre.

Significación del dolor

Pocos temas alcanzan el grado de universalidad que caracteriza al dolor. Su registro es tan común como inevitable. Así como ningún ser humano puede eludir la muerte, que se presentará tarde o temprano, tampoco puede eximirse del dolor, que hace su aparición de modo inexorable a lo largo de la vida, ya sea en su vertiente corporal o anímica, física o moral.

Von Weisacker decía que el verdadero sentido de la vida y del dolor sólo puede entenderse desde una perspectiva que se sitúe más allá de la muerte. Alfons Auer dice que el dolor es uno de los pocos módulos mediante los que se mide y revela -se calibra-, de modo inconfundible, el verdadero valor del hombre. Esto se debe a que el dolor, tanto el corporal como el psíquico, penetra hasta lo más íntimo de la existencia personal, y exige ineludiblemente del hombre una postura, una actitud. Según y como se pronuncie el hombre en esta decisión, es decir, según el talante que adopte ante el dolor,

contribuirá en la edificación de su estructura interna -hacia su madurez- o lo derribará hundiéndole en una existencia configurada por el egoísmo y la amargura.

El dolor, como toda forma de sufrimiento, comporta, en el fondo, cualquiera que sea su causa y expresión, un elemento reactivo bipolar: el dolor puede conducir tanto al egoísmo como a la generosidad; con palabras de Poveda: a la contracción de la vida al muñón primario, instintivo; o al desprendimiento y trascendentalización, que facilita mejor el conocimiento de las limitaciones existenciales y de las posibilidades espirituales del hombre.

La neurosis como crisis de maduración humana

La maduración es el proceso normal del desarrollo de todo ser vivo, mediante la continua asimilación de factores de enriquecimiento, de acuerdo con sus posibilidades naturales. Si este proceso vital no se ve obstaculizado por dificultades internas o externas, el ser vivo alcanzará la madurez: grado máximo de plenitud que puede lograr por el desarrollo de sus potencialidades.

En el hombre estas posibilidades madurativas vienen dadas por su triple dimensión estructural: biológica, psicológica y social, que constituyen los tres núcleos o gérmenes del desarrollo humano, íntimamente vinculados por mutuas relaciones e interacciones.

El ser humano constituye una unidad y sólo puede ser comprendido analizándolo en su totalidad, desde la triple dimensión estructural que lo configura como un ser singular; dotado de unas posibilidades enriquecedoras y, al mismo tiempo, condicionado por unas limitaciones que lo exponen a un empobrecimiento. Por eso el hombre tiene también la posibilidad -como amenaza desestructuradora- de un movimiento inverso al del desarrollo (que conduce a la madurez): su desintegración y la consiguiente regresión de su personalidad, o el detenimiento en el proceso de maduración.

De modo análogo a como un trastorno metabólico puede dificultar o impedir el desarrollo y el crecimiento biológico, o una sociopatía puede inhibir el necesario proceso de inserción social del individuo, una vida psíquicamente distorsionada, por sus reacciones vivenciales anormales, puede impedir o dificultar el proceso de su maduración psíquica.

La neurosis supone un obstáculo para la madurez de la personalidad porque disminuye la capacidad para hacer frente a los conflictos que la vida plantea. El neurótico se caracteriza por el modo anómalo de vivenciar la realidad y por sus respuestas

desproporcionadas -en intensidad o en duración- a los estímulos más o menos conflictivos.

Al yo neurótico le falta claridad de conciencia sobre su actitud de fondo ante la vida, le falta objetividad en su sentido de la libertad, y su emotividad -distorsionada- se puede manifestar en alteraciones orgánicas, psíquicas o sociales. Con frecuencia presenta una marcada inclinación a dogmatizar, a restringir -absolutizando lo relativo- el marco de su propia libertad personal y el de la libertad de los demás.

Hombre sin unidad

Henri Ey describe al neurótico como «un hombre sin unidad». De hecho, la sintomatología derivada de la descomposición o desdoblamiento de la personalidad y las consiguientes actitudes inmaduras ante situaciones conflictivas son las más frecuentes en la práctica clínica. «El yo neurótico es -dice Henri Ey- esencialmente un yo sin unidad. En él se establece un continuo conflicto entre el «yo» que él desea ser, el «yo» que debe ser y el «yo» que los otros creen que es. En esta dialéctica se compromete su unidad, sin tregua ni reposo, y sufre las consecuencias angustiosas de la escisión de su personalidad. El neurótico siente a la vez ser él mismo y ser otro. Al doble registro de esa duplicidad corresponde lo artificioso de su existencia, que le predispone a una vida inauténtica, camuflada bajo una máscara que no coincide ni con la conciencia que tiene de sí mismo, ni con la que los otros tienen de él. Así, el neurótico se presenta, se representa y es representado.»

Es tal la desazón que le provoca su falta de autenticidad que, como mecanismos de defensa, tiende a desplazar su angustia hacia el pánico a un objeto, a una acción o una situación (neurosis fóbica), o trata de diluirla, multiplicándola mediante una estrategia de comprobaciones, prohibiciones o ritos (neurosis obsesiva), o utiliza todos los medios de su expresividad psicosomática para representar, para los demás y para sí mismo, la comedia de una enfermedad corporal (histeria de conversión).

Kierkegaard define al hombre como una síntesis de finito e infinito, de temporal y eterno, de libertad y necesidad. La madurez humana, como manifestación de plenitud, es resultado de una equilibrada y armónica síntesis de las tres proyecciones existenciales (realidad, tiempo e intenciones) con sus condicionamientos biológico, psicológico y social.

Entre otras manifestaciones, la persona madura se caracteriza por:

- a) La correcta percepción y su consecuente adaptación a la realidad, sabiéndose limitado por su estar en el mundo y, al mismo tiempo, capacitado para trascenderlo (síntesis de finito e infinito).
- b) La adecuada inserción en el tiempo (pasado, presente y futuro), consciente de que en todas sus actividades temporales existe una instancia de eternidad, lo que supone implicaciones trascendentes en sus relaciones afectivas, sociales, éticas, morales y religiosas (síntesis de temporal y eterno).
- c) La justa jerarquización de sus intenciones, valorando lo que es fin como fin y lo que es medio como medio, pues si yerra en esta valoración forzaría el orden de la Naturaleza y frustrará su propia realización como persona. En la medida en que el ser humano busque como fin lo que solamente tiene carácter de medio, o sólo se obtenga como resultado o efecto de una actitud, está apartándose, por una vía divergente, de su verdadero y propio fin. Así, por ejemplo, no se puede llegar a ser verdaderamente libre sin pasar, previamente, por la renuncia a instintos que esclavizan, y no se puede llegar a ser feliz sin pasar por la experiencia de la entrega (síntesis de libertad y necesidad).

Función psicológica del dolor: estímulo para la madurez

El ser humano, desde que nace hasta que muere, camina hacia su madurez por vericuetos configurados por unas limitaciones que le vienen dadas por su naturaleza biológica, psicológica y social. El dolor cumple una función de gran trascendencia en el complicado entramado psicológico del hombre.

El proceso de madurez humana se realiza a través de una serie de resoluciones de conflictos, utilizando mecanismos psicológicos particulares, y llegando a una sustitución paulatina del principio de placer, de poder, de autorrealización egocéntrica por el principio del conocimiento y adecuación de vida (pensamientos y actos) a la realidad objetiva. A la madurez corresponde, entre otras cualidades, una elevación del nivel de tolerancia del dolor, del sufrimiento, de las contrariedades.

Si la solución de los conflictos que va planteando la existencia es incompleta, o se acude a mecanismos anormales de evasión, se favorece la aparición de comportamientos psicopatológicos que dificultan o inhiben el proceso de maduración normal.

En el dolor, dice Alfons Auer, se desvanece la ilusión de que todo en la vida responde al orden más placentero, como criterio indispensable para conseguir una existencia plena. El dolor estimula al hombre a centrarse, cada vez más, en el núcleo de su personalidad y a pasar de lo falso a lo auténtico, de lo trivial a lo verdaderamente sustancial de la existencia y le facilita el avanzar, paso a paso, por el camino de la madurez.

Madurez es libertad, pero ésta sólo se adquiere con la renuncia al egocentrismo. El hombre no se despoja del egoísmo mientras le parezca que todo le va bien. El dolor le hace ver que algo no marcha y le facilita el reajuste necesario para que sus actitudes vitales estén en conformidad con el proceso evolutivo de su maduración.

En el primer capítulo se expuso que uno de los rasgos característicos de la personalidad neurótica estriba en la falta de aceptación de las propias limitaciones. Esta actitud anómala del neurótico, que se niega a reconocer sus defectos, culpas y limitaciones personales, le predispone a ir estableciendo -casi sin darse cuenta- unos mecanismos de defensa, de autoprotección de su falsa imagen propia, que le falsifican también su vida de relación, la interpretación objetiva de los acontecimientos de su vida profesional, social, sentimental, etc., y el enjuiciamiento correcto de los valores que dan sentido a la vida.

El dolor facilita el reencuentro de los criterios válidos con los que calibrar la verdadera humanidad, criterios anclados en una aceptación serena de las limitaciones que, unas veces, se presentan como deficiencias innatas y, otras, asaltan al hombre a lo largo de su existencia por medio de contrariedades de todo tipo.

El dolor facilita la justa interpretación de las aparentes antinomias que definen al hombre, síntesis de temporal y eterno, y que, de algún modo, establecen las grandes limitaciones y las trascendentes posibilidades del hombre.

La muerte es el destino temporal más cierto del hombre, su aceptación constituye la mayor prueba de madurez. En la muerte confluyen la más radical limitación y la más trascendente liberación. En cada dolor -físico o moral- puede descubrirse una noticia previa de la muerte. Siempre que el hombre acepta con serenidad el dolor, anticipa de algún modo la aceptación de la muerte.

La muerte no aguarda al hombre sólo al final de la vida. Está íntimamente presente a lo largo de toda la vida y, dice Alfons Auer, «levanta la cabeza en cada dolor». El que sabe pronunciar un «sí» sincero y animoso -con voluntad de sentido- ante el dolor, acepta consciente y libremente su «ser para la muerte y la Vida» que le ha sido impuesto. Se prepara, poco a poco, para afrontar vigilante el último dolor que inexorablemente deberá afrontar.

Esta vigilancia, que facilita el dolor, no aparta al hombre de sus responsabilidades existenciales, sino que le facilita la capacidad de relativizar los acontecimientos, le proporciona esa serena distancia desde la que puede tomar aliento para enfrentarse de una manera más decidida, más vigorosa y más creadora con la realidad de la vida.

La eliminación del dolor a toda costa

La presencia del dolor en la vida del hombre constituye una realidad incontestable, como también lo es que el hombre, de modo instintivo, trata de eludirlo y, cuando no puede evitarlo, adopta actitudes defensivas para acorazarse y así lograr que la experiencia dolorosa resulte menos incisiva, o bien trata de encontrar compensaciones que, a modo de evasión, y por el placer que comportan, mitiguen -en otro orden de realidades- el dolor que no se quiso o no se pudo aceptar.

Vivimos tiempos dolorosos configurados por la angustia, la incertidumbre, los resentimientos, la precariedad económica, la violencia, la crisis de los valores sociales, familiares, éticos y morales. Al hombre le duele la vida, tal como hoy se le presenta, y -como evasión- busca el placer como mecanismo defensivo, elevándolo a la categoría de principio vital, al que supedita todos los valores que dan sentido a la vida y, por tanto, al dolor y al sufrimiento, incapacitándose para enfrentarse a esas realidades que tienen una función madurativa.

Paradójicamente, poner como criterio de vida la búsqueda del placer engendra una tensión, en cuanto que la insatisfacción subsiguiente al logro de placeres relativos exige y, de algún modo, determina nuevas y sucesivas comprobaciones. Esta tensión suele derivar en ansiedad y, finalmente, en un profundo disgusto por la vida, que predispone al hombre a entregarse, inseguro y abatido, a una existencia sin ilusiones, configurada por el hastío.

Esta derivación paradójica -el placer causante del dolor- se produce por la pérdida del sentido del dolor. La finalidad del dolor no queda constreñida a la pura economía biológica o sensitiva. Kant dijo que el dolor es el aguijón de la acción y la base del sentimiento real de la vida. El cristiano, coherente y consecuente, sabe que el amor no puede alcanzarse sin dolor y que, detrás de cada dolor, y de forma más segura e inmediata, después del dolor de la muerte le aguarda una vida en un mundo nuevo: la vida es la reproducción de la gestación dolorosa que finaliza con la muerte que, como el parto, abre paso a la luz de una nueva vida.

El dolor constituye una disyuntiva entre el ser y no ser, entre el hacerse o deshacerse el proceso madurativo de la personalidad humana, entre el egoísmo y la generosidad, entre el egocentrismo y la trascendentalización.

A la función madurativa y plenificadora que el dolor puede desempeñar en el desarrollo de la personalidad humana se refiere Alfons Auer (Metafísica del dolor) cuando dice que nada esencial prospera en la vida humana sin dolor. Unas veces será el dolor del devenir y del crecer, que hace ya su irrupción violenta en el momento del parto; otras será el dolor de la impotencia y de la penuria, que penetra la vida entera y asesta al anciano y al moribundo sus últimos golpes demoledores. Estas opresiones internas y externas no son en sí nada valioso, pero invitan al hombre a centrarse, cada vez más, en el núcleo de su personalidad.

Aunque la enfermedad tenga, en realidad, algo que ver con el desorden y la falsedad, y la salud con el orden y la verdad, en todo dolor existe una fuerza saludable que nos impulsa a ponernos en movimiento en dirección hacia el orden y la autenticidad.

En el dolor el hombre se ve zarandeado y desprotegido de su habitual seguridad. La salud, el bienestar e incluso la vida dejan de ser algo que damos por supuesto y que no valoramos ni agradecemos cuando, como don gratuito, se nos ofrece. En el dolor se esfuma también la ilusión de que las cosas externas de la vida son propiedad nuestra, de que nos bastan y resultan indispensables, bajo cualquier aspecto, para vivir una existencia plena. El hombre maduro sabe que tales ilusiones perecen y han de ceder paso a la verdad. Pues sólo en la verdad se encuentra el hombre totalmente a sí mismo, sólo basándose en la verdad podrá hacer realidad las posibilidades que se le ofrecen. Quizás el dolor le libere de una paralizadora complacencia en sí mismo y le impulse a adoptar serios compromisos, o quizá le obligue a observar una modestia más prudente con respecto a sus planes de vida.

La progresiva intolerancia ante el desagrado, asociada a una creciente atracción por el placer inmediato, hace perder al hombre la capacidad de afrontar compromisos arduos, que son los únicos que producen verdadera satisfacción. El resultado de esta actitud -dice Konrad Lorenz- es la ansiedad impaciente e inmadura del que exige la satisfacción inmediata de todos los deseos incipientes. El exagerado afán por evitar a toda costa el menor disgusto, que crece incesantemente hoy, tiene como secuela insoslayable imposibilitar el logro de los placeres que son consecuencia del esfuerzo, de la entrega y del dolor.

El dolor, en cuanto privación, no es bueno y deben ponerse los medios adecuados para eliminarlo; y el médico, como profesional de la salud, debe aportar todo su saber para conseguirlo. Pero, con palabras de Viktor Frankl, la eliminación del dolor a toda costa no puede ser norma de actuación médica. De ningún modo debe el médico aspirar a la euforia a cualquier precio. La euforia a toda costa sería equivalente a una eutanasia parcial. La misión de la psicoterapia -todo acto médico es psicoterápico- no es únicamente hacer al hombre apto para el trabajo, para el placer, se trata también de ayudarlo a ser capaz de sufrir.

Ante el dolor, que es inevitable y que constituye parte integrante de la existencia humana, hay que descubrir su sentido, su «porqué» y, entonces, no resultará tan incisivo. No hay nada tan demoledor como sufrir y no saber por qué se sufre, y no hay nada tan liberador como encontrar la verdad, con el conocimiento de la finalidad -que siempre existe- del dolor.

Quizás en estas consideraciones se encuentre la razón de la actitud hedonista y del consiguiente sufrimiento del hombre de hoy: se está perdiendo la capacidad para sufrir, se relativizan los valores que dan verdadero sentido a la vida y, por esta carencia de convicciones y de entereza ante el dolor físico y moral, el hombre se divorcia de cualquier situación desagradable sin dar tiempo a descubrir su valor y su sentido, y se lanza ansioso a la búsqueda de sucedáneos placenteros que le degradan y le hunden más en el sufrimiento y en su propia incapacidad de renovación y, por consiguiente, de maduración y de realización existencial.

Análisis psicológico del dolor

Decía antes que el dolor constituye una de las pocas realidades de las que ningún ser humano puede liberarse: se presenta inexorable, antes o después, en cualquiera de sus

modalidades, corporal o anímico, físico o moral. Al estar el dolor tan necesariamente vinculado a la vida, su sentido dependerá del que cada hombre dé a su vida.

Juan Pablo II ha afrontado esta realidad -especialmente acuciante en nuestros días- y, a propósito del sentido del dolor, dice: «Dentro de cada sufrimiento experimentado por el hombre y también en lo profundo del mundo del sufrimiento, aparece inevitablemente la pregunta ¿por qué? Es una pregunta acerca de la finalidad (para qué); en definitiva, acerca del sentido. Ésta no sólo acompaña el sufrimiento humano, sino que parece determinar incluso el contenido humano... Solamente el hombre, cuando sufre, sabe que sufre y se pregunta por qué, y sufre de manera humanamente aún más profunda si no encuentra una respuesta satisfactoria.»

Señal de alarma

El dolor es una señal de alarma que advierte de una amenaza vital contra la salud corporal o psíquica. El dolor sirve al médico para localizar y diagnosticar la enfermedad, como la tristeza (dolor anímico) sirve al psiquiatra para diagnosticar la modalidad depresiva (endógena o reactiva, ansiosa o inhibida) del paciente y facilita una orientación para el tratamiento adecuado.

Pero, con frecuencia, el dolor- como señal de alarma- es amordazado, mediante tratamientos analgésicos y sintomáticos, y se dificulta el hallazgo de la causa. Análogamente una tristeza puede ser amordazada por las vías de la evasión compensatoria (alcohol, droga, excesos sexuales, furor por el trabajo, agresividad, etcétera), sin dar opción al encuentro y sanación de la causa de esa tristeza dolorosa.

Cuando los defensores del aborto provocado y de la eutanasia argumentan que se debe evitar todo «sufrimiento inútil», aun a costa de eliminar la vida del no nacido o del anciano desahuciado, están despojando a la vida humana -y al dolor que inevitablemente la acompaña- de su más dignificador sentido. Si el ideal supremo del hombre fuese sólo el bienestar físico y material, la salud, el placer, la belleza, la fuerza, entonces el dolor sería un mal absoluto y la eutanasia y el aborto servirían para atenuarlo.

Pero el dolor cumple unas funciones vitales y psicológicas que le confieren sentido y, por consiguiente, lo relativizan: el dolor nunca es absoluto, ni inútil. La misión del médico no puede quedar constreñida a la eliminación del dolor a toda costa, sino servirse de él para encontrar la causa y, entonces, aplicar el remedio adecuado para eliminarlo; mientras

tanto, facilitar -mediante la oportuna psicoterapia- que el paciente desentrañe de él la función madurativa y enriquecedora de su personalidad, con el hallazgo de una respuesta satisfactoria a la acuciante pregunta del porqué del dolor.

Cuando el hombre asume y da sentido a su dolor, se encamina hacia su propia madurez; sin las contrariedades -que surgen siempre en el ambiente en que el hombre se mueve, en su actuar familiar, social y profesional, con la responsabilidad que le exigen sus derechos y deberes en la comunidad- existe el peligro de inhibirse y permanecer, como paralizado, adoptando una actitud más o menos infantiloides. Las contradicciones pulen las aristas y deformidades de la personalidad, para dar la forma pulida y cohesionada de la madurez, para establecer la unidad de pensamientos, afectos y actuaciones -consecuencia de ser uno, consciente y libre- y la permanencia o estabilidad en las actitudes o decisiones fundamentales que se adopten. Permanencia que, permítasenos la aclaración, no quiere decir inflexibilidad: al cambiar las circunstancias, cambian las soluciones, pero no los principios que determinaron la anterior decisión.

Con el dolor, la actitud personal del ser humano va dejando de ser reacción influida y generada por el ambiente, para anclarse cada vez más en principios interiores, en un yo intrínseco que se adapta a todas las circunstancias, pero sin identificarse con ellas, permaneciendo fiel a sí mismo. Así, los hechos presentes conservan la unidad teleológica futura, sin perder de vista el pasado. No cabe duda de que esto es enriquecerse.

RESPONDE A LAS PREGUNTAS

1. ¿QUE FUNCIÓN TIENE "EL DOLOR" EN LA PSICOLOGÍA DEL HOMBRE?

2. Von Weisacker decía que el verdadero sentido de la vida y del dolor sólo puede entenderse desde una perspectiva que se sitúe más allá de la muerte.

¿ESTÁS DE ACUERDO CON ESTA AFIRMACIÓN? ¿PORQUE?

3. ¿SE PUEDE DECIR QUE LA NEURÓISIS FORMA PARTE DE LA MADURACIÓN DEL HOMBRE? EXPLICA

4. ¿PORQUE CREES QUE DIOS COLOCÓ DOLOR EN LA PSICOLOGÍA DEL HOMBRE?

5. DIOS CREO AL HOMBRE PSICOLÓGICO EN UNIDAD ¿CUANDO O EN QUE MOMENTO SE CONVIERTE EL HOMBRE EN "UN SER SIN UNIDAD"? EXPLICA

6. SEGÚN EL TEXTO; CUÁLES SON LAS CARACTERÍSTICAS DE UN HOMBRE PSICOLÓGICAMENTE MADURO.

7. Dice Alfons Auer, que el dolor se desvanece la ilusión de que todo en la vida responde al orden más placentero, como criterio indispensable para conseguir una existencia plena. ¿PORQUE DICE QUE EL DOLOR ESTIMULA AL HOMBRE? ¿A QUE LO ESTIMULA? EXPLICA

8. FINALMENTE ¿CREES QUE EL DOLOR ES PARTE DE LA PSICOLOGÍA DEL HOMBRE? ¿PORQUE?

SUBE AL FORO TUS RESPUESTAS.

tema 2

El hombre ante el dolor

EL PSICÓLOGO Y CONSEJERO CRISTIANO (algunos lo llaman director espiritual), desde el primer momento que entabla el diálogo con el dirigido, hasta que se despide, debe ser consciente que Dios lo utiliza como instrumento para llevar a la plenitud vocacional al dirigido.

Patologías psicológicas y Consejería cristiana

Premisa de inicio

Quien ha comenzado a acompañar a otros espiritualmente, conocerá el interior de la persona, sus reacciones, su modo de ser, su conducta, en pocas palabras, conocerá la psicología de esa persona. Ante este conocimiento profundo de la persona, y especialmente de frente a problemáticas especiales, el director espiritual podrá tener dudas sobre los ámbitos de su competencia, es decir, distinguir los casos en los que conviene que sean tratado por un profesionalismo, consejero cristiano psicólogo o psiquiatra, y aquellos casos en los que puede bastar un intervención a nivel humano.

Ante tal disyuntiva, la respuesta parte del hecho objetivo que la dirección espiritual tiene como finalidad el llevar a la plenitud vocacional a la persona dirigida, cualquiera que sea su vocación. Un director espiritual por tanto, no es que tenga que hacer primero de consultor psicológico, hasta que logra sacar la información que necesita o identificar el problema acuciante de la persona, y después se convierte en director espiritual. No. El Consejero cristiano o director espiritual, desde el primer momento que entabla el diálogo con el dirigido, hasta que se despide, debe ser consciente que Dios lo utiliza como instrumento para llevar a la plenitud vocacional al dirigido.

Esta plenitud vocacional o felicidad no se compone simplemente de elementos espirituales, sino requiere también de componentes humanos y psicológicos. La CONSEJERÍA CRISTIANA no es para dar consejos espirituales o para enseñar a rezar o para impartir una lección personalizada de catequesis o moral católica. Si la dirección espiritual es ayudar a alcanzar la plenitud vocacional, esta plenitud vocacional engloba todas las dimensiones del hombre, ya sea su esfera espiritual, su esfera psíquica, su esfera humana. El CONSEJERO CRISTIANO deberá conocer por tanto las diferencias entre una deficiencia meramente humana y una deficiencia psicológica, de forma tal, que mientras no medie una fuerte patología psicológica, estará en posibilidad de ayudar a la persona a superar sus defectos meramente humanos.

Entendemos como estructura humana las comprendidas por la inteligencia, la voluntad y la sensibilidad. Estas tres potencias son las que marcan la naturaleza del hombre, y bien encauzadas, ayudan al hombre a alcanzar sus ideales bajo todos los puntos de vista. El director espiritual debería ser un experto en humanidad y lograr distinguir el ámbito de cada una de estas potencias y ayudar a desarrollar cada una de ellas, hasta lograr llegar a la máxima plenitud. Muchos problemas de la vida espiritual tienen su origen por una deficiente formación humana en algunos de estos tres campos: inteligencia, voluntad y sensibilidad.

La premisa de inicio de nuestro estudio es el aceptar que muchas deficiencias en el hombre actual se deben a una falta de formación en las potencias de hombre, inteligencia, voluntad y sensibilidad y que no deben ser confundidas con deficiencias de tipo psicológico que requieren un intervención profesional. Estas deficiencias de tipo meramente humano le impiden llegar a su plenitud vocacional, pero está muchas veces en manos del Consejero cristiano ayudarlo a superar estas deficiencias. No se trata por tanto que el Consejero cristiano trabaje como psicólogo, ya que remover los obstáculos que puedan darse contra la inteligencia, la voluntad o la sensibilidad, no es lo mismo que trabajar en problemas de conducta ligados a disturbios o síntomas psíquicos estructurales de naturaleza clínica y que requieren herramientas muy refinadas y específicas. Pero cualquier director espiritual, al detectar una deficiencia en la inteligencia, la voluntad o la sensibilidad, puede sin duda alguna ayudar a la persona a alcanzar un nivel de plenitud humana que le permita alcanzar la santidad a la que Dios la llama. No debemos olvidar que la santidad se construye sobre la base humana y que

siendo ésta débil, frágil o sin fundamentos sólidos, la santidad se desmoronará y no podrá solidificarse en la persona. Todo Consejero cristiano o director espiritual deberá ser un experto en humanidad, recordando aquello que como cristiano nada de lo humano se le hace ajeno .

La situación de la inteligencia, la voluntad y la sensibilidad.

Los peligros de la era en que vivimos, más allá de las amenazas de guerra o de los actos terroristas o la posibilidad de un encuentro entre civilizaciones, lo son por la amenaza que sufre el hombre en su misma vida psíquica: pensamientos, impulsos, instintos, sentimientos, emociones, modos de reaccionar, ansias, preocupaciones, depresiones nerviosas.

El mundo en cuanto tal gira velozmente sin dar tregua a la reflexión, a la asimilación del suceso de los eventos y a la incorporación de los nuevos descubrimientos a nuestra cultura, a nuestro propio modo de ser. Se pide al hombre ser actual y no se le da el tiempo para serlo. Resulta siempre más difícil cada día encuadrar la vida en las veinticuatro horas del día, por los miles de compromisos que debemos cumplir en plazos relativamente cortos.

Los países técnicamente más avanzados y un gran número de personas de vasta capacidad intelectual y afectiva de altos ideales, padecen estos fenómenos en su propio organismo. Se habla de que en Estados Unidos cerca de nueve millones de personas no pueden dormir sin recurrir a medicinas, aproximadamente se cuenta con diez millones de neuróticos oficialmente declarados, úlcera gastro-duodenal en el 85% de los hombres de negocios y se afirma que la mitad de las muertes en un año se deben a la hipertensión y a las complicaciones cardíacas.

Todo esto nos sucede en Occidente porque la paz socrática en la que las ideas debieran sucederse en un orden justo y por grados, se ha perdido debido a nuestra manera de pensar. Hemos malbaratado y sustituido el equilibrio clásico de los griegos, Sophrosine, con una avalancha de imágenes tumultuosas, de ideas discordes y desordenadas, incapaces de fijarse y de expresarse en nuestro espíritu. Algunos psiquiatras ha afirmado

incluso que la capacidad de razonar en el hombre queda irremediablemente disminuida al exponernos a los programas televisivos desde temprana edad. Al faltar esta paz y con ella la posibilidad de concentrar la atención en una sola cosa por vez, nos encontramos confusos, con el cerebro cansado, nerviosos, inquietos y muy posiblemente con insomnia.

En la vida volitiva, la voluntad, faltan los deseos y las decisiones, no se encuentran el carácter en los hombres ligado a principios estables que saben ver y afrontar cara a cara las dificultades. Non encontramos con personas sin principios, sin una voluntad fuerte; hombres que por la edad podrían ser adultos, pero que por su falta de voluntad son adolescentes, vencidos por las circunstancias de la vida y tentando siempre el suicidio. Se da en ellos una cantidad inmensa de impulsos incoherentes y desidiosos fuera de toda medida, fruto de excitaciones externas o de instintos desenfrenados que eliminan las decisiones ponderadas, gobernadas por la razón y producen por tanto indecisiones, falta de voluntad, inconstancia, depresiones.

En la vida afectiva, nos encontramos hombres hechos de sentimientos y de emociones, que no siguen la moderación de las personas equilibradas. Se da un amontonamiento de impresiones anormales e incoherentes, de excitaciones precoces, brutales, de temores y deseos exaltados que se imprimen en la persona y que se exageran y se transfieren en objetos no lícitos, dando origen a fobias, obsesiones, angustias , preocupaciones y aflicciones.

El panorama descrito podrá aparecer a primera vista desolador, y lo es. Quien se ha ya adentrado en el arte de acompañar espiritualmente a las personas, se habrá dado cuenta de que muchas de ellas padecen de uno o de varios de estos síntomas, que les impiden consecuentemente alcanzar una santidad y una plenitud de vida a las que les está invitando Jesucristo. La labor de la directora espiritual no será ni la de enviar al psicólogo a una de estas personas, ni tampoco la de trabajar con ella para quitar estos obstáculos y luego, trabajar en metas espirituales. La labor del director espiritual es la de identificar en qué potencia del hombre se encuentra el obstáculo, dar los medios adecuados y continuar trabajando en un programa de vida espiritual. Será consciente sin embargo, que mientras no logre superar los obstáculos humanos, será difícil que alcance la plenitud vocacional, puesto que dicha plenitud comporta un equilibrio humano.

Detectar el potencial del hombre

El consejero cristiano y director espiritual que acompaña a una persona a la siempre constante búsqueda de la plenitud vocacional, santidad o felicidad completa, deberá tener en cuenta los mecanismos o factores del potencial del ser humano, tales como el factor mental o del pensamiento, por medio del cual la persona acompañada se hace cargo de la posesión, actual o inminente del bien, que es la santidad y todos los medios que ella comporta. Un segundo mecanismo es el factor volitivo-ejecutivo, que conserva y hace aumentar el ideal de santidad. Un tercer y último factor es el afectivo-emotivo, por el cual la persona siente y gusta. De tal forma que las potencias humanas se coordinan entre sí de forma que la mente tiene una clara idea del fin que quiere alcanzar, o sea, la santidad de vida; la voluntad busca poseer dicho ideal y pone en práctica los medios que conlleva a lograr tal fin; y el sentimiento o sentido de satisfacción coadyuva al todo de forma que la persona se siente satisfecha y contenta con lo ya alcanzado, si bien siempre habrá espacio por mejorar.

Tal es el esquema de una persona sana, que no quiere decir el de una persona que no deba luchar, esforzarse, sacrificarse y hasta sufrir por alcanzar el ideal de perfección al que Dios le ha llamado. Es una persona que pone en juego las tres potencias humanas de la razón, la voluntad y el sentimiento, de forma que sabe aplicarlas en el presente para conseguir un bien en el futuro.

Sin embargo se dan casos, y cada vez son más frecuentes en la sociedad occidental en la que vivimos, de hombres y mujeres que se ven lastimados en una o en algunas de estas facultades. No es fácil hacer una generalización de los casos, pero podemos afirmar que la pérdida del sentido de la vida que ahora observamos en los países del Occidente, y concretamente en Europa, quitan de raíz en el hombre la causa por la cual debe vivir. Un hombre sin esperanza es un sinsentido y por fuerza debe poner su esperanza en algo. Ahora bien, este algo, si no es trascendente, viene agotado eventualmente en el presente y así el hombre que había luchado por alcanzar ese bien, del cual pretendía una felicidad completa, al poseer el bien y darse cuenta que no ha satisfecho sus ansias de felicidad, deshecha el bien y se lanza en una nueva aventura, buscando en otro bien trascendente la felicidad plena que no llegará jamás.

Esta búsqueda frenética y desenfrenada por una felicidad pasajera deja en el hombre hondas huellas en sus potencias. Bien podemos afirmar que altera dichas potencias privándolas de su fuerza originaria, desencadenando una desarmonía total en el hombre. A algunos les falta claridad y precisión en la manera de percibir el bien, no saben qué bien perseguir en la vida, no se dan cuenta por tanto de lo que hacen en la vida de forma tal que nada les produce paz o felicidad. Algunos otros demuestran que no tienen la capacidad de reflexionar, de profundizar un pensamiento, de razonar lógicamente. A otros los domina un sentimiento de no saber tomar decisiones, de estar siempre en la duda de lo que deben elegir y no saben aplicar la fuerza de voluntad a ningún proyecto. Los hay en fin que se hacen esclavos de sus sentimientos y de sus instintos o pasiones, dejándose llevar de las antipatías, de las repugnancias, de las atracciones sensoriales de inclinaciones que los alejan de sus propios deberes, llegando a sufrir de melancolías incurables, de temores, de sufrimientos exagerados.

Hemos mencionado algunos de los síntomas que pueden darse en las tres facultades del hombre. El director espiritual tendrá por tanto la obligación de detectarlos y de ayudar al discípulo, en este caso sin la ayuda de un profesional, a re-adquirir las capacidades perdidas o nunca puestas en práctica.

No es el objeto en este pequeño artículo el hacer el elenco detallado de todos los remedios que existen para re-educar y reencauzar las potencias del hombre. Convendrá decir sin embargo, una palabra sobre cada una de ellas, de forma que el director espiritual tome conciencia del papel determinante que él tiene para lograr que la persona acompañada pueda alcanzar la plenitud vocacional poniendo en juego sus facultades humanas. Por tanto, lo primero que tendrá que hacer es detectar la potencia en la que se encuentra el fallo y dar los consejos necesarios, el apoyo y el seguimiento adecuado. Podrá darse el caso de que varias facultades estén afectadas. Si tal es la situación, conviene recordar un principio psicológico que se deberá atacar aquella facultad que se ha visto afectada más recientemente, de forma que antes de que eche raíces será más fácil cortar su injerencia negativa. Querer trabajar en la potencia afectada más antigua es una quimera, cuando la persona no tiene todas sus capacidades en orden. Sanando y fortificando al menos una de ellas, será más fácil emprender el labor de restructuración de la que viene afectada por más tiempo.

Conviene tener presente, como regla general del uso de las facultades, el principio de la abnegación o del ascetismo, por el cual la persona que busca un bien, sabe renunciar a otros, viendo en esta renuncia no un sacrificio, sino felicidad. Es la aplicación práctica de la parábola de la perla preciosa, que visto el valor, se vende todo -se sacrifica todo-, con tal de poseer la perla. Para quienes acompañan a otras personas este ascetismo tiene como base y modelo la misma vida de Cristo: “La respuesta de Cristo, de pobreza, castidad y obediencia, le condujo a la soledad del desierto, al dolor de la contradicción y al abandono de la cruz. La consagración del religioso se adentra por ese mismo camino, no puede ser un reflejo de la consagración de Cristo, si su vida no lleva consigo la abnegación. La vida cristiana misma es una expresión permanente, pública y visible, de conversión cristiana. Exige el abandono de todas las cosas y el tomar la propia cruz para seguir a Cristo con la vida entera. Lo cual lleva como consecuencia la ascética necesaria para vivir en pobreza de espíritu y de hecho, para amar como Cristo ama, para someter la propia voluntad, por Dios, a la voluntad de otro que le representa, aunque imperfectamente.”

Tomando en cuenta esta abnegación, que no es sino la otra moneda de una elección, consejero cristiano ayudará al dirigido a formar una inteligencia capaz de penetrar el sentido de las cosas logrado a base de ejercicios de atención, la capacidad de concentrarse o “autosugestionarse” para alcanzar una meta prefijada.

En lo que se refiere a la voluntad, deberá entrenarla a través de pequeñas metas, sabiendo diferenciar un acto eficaz de la voluntad de un simple deseo, una intención de hacer una cosa, un impulso o una veleidad o capricho. Para ello deberá enseñarlo a precisar el acto que debe cumplir, ayudarlo a examinar si la decisión es posible llevarla a cabo, buscar un motivo o motivación por el que debe cumplir dicho acto y por fin, ayudarlo a querer sinceramente el llevar a cabo dicho acto. Este último aspecto es el más importante para poner en marcha la fuerza de voluntad.

En lo que se refiere a las emociones, el consejero cristiano y director espiritual hará muy bien en explicar el origen y la posibilidad de controlar los sentimientos y las emociones, partiendo del principio moral de que “sentir no es consentir.” La persona puede sentir un sin número de emociones y sentimientos, pero por el sólo hecho de sentirlos no está obligada a dejarse llevar por dichos sentimientos, especialmente cuando éstos son contrarios a las obligaciones de estado o a los medios que se han elegido para lograr la propia santificación. Así, quien se siente triste en un día nublado, no por eso se dejará llevar de tal sentimiento y dejará de asistir al trabajo o lo cumplirá con menos perfección.

Para ello, el Consejero Cristiano puede poner a disposición del paciente los siguientes pasos para controlar las emociones. En primer lugar enseñará al paciente a no dar pie a pensamientos que causan emociones o sentimientos que son contrarios a la voluntad de Dios, haciendo que su mente se ocupe en otros pensamientos o en pensamientos que produzcan sentimientos acordes con la voluntad de Dios. En segundo lugar le enseñará a cambiar, mediante una oportuna educación, el valor que da al estímulo que ha provocado dicho sentimiento o al menos, a considerarlo en modo diverso al que está acostumbrado. Muchas veces se absolutiza el estímulo que causó el sentimiento, de forma que es muy difícil salir de dicho estado de ánimo. En tercer lugar, lo enseñará a identificar la idea perturbante. Lo ayudará en una cuarta etapa a extirpar los sentimientos y las tendencias negativas, para después pasar a vivir las emociones positivas.

Todo esto se refiere a una educación de las potencias humanas que el consejero cristiano, sin ayuda de un profesionalista puede llevar a cabo. Este proceso de ejercitar las potencias del hombre, no es otra cosa que el control de la razón y de la voluntad sobre los sentimientos, los instintos y las pasiones. Cuando por libertad se ha entendido simplemente la capacidad de elegir, sin tomar en cuenta qué es lo que se elige, por qué se elige y para que se elige; cuando por conciencia se entiende la posibilidad de actuar de acuerdo a aquello que el individuo retiene por bueno y no de acuerdo a una conciencia fundada en lo que objetivamente es bueno; y cuando por abnegación se entiende la humillación de la dignidad de la persona y no la capacidad de dejar a un lado lo que no se ha elegido, entonces podemos comprender el porqué se ha arrinconado y olvidado este ejercicio ordenado de las facultades, poniéndose en primer lugar las emociones, los sentimientos, los instintos y las pasiones.

Cuando el problema no está en las potencias del hombre.

Pero puede suceder que el problema no se encuentre simplemente en el pensamiento, la voluntad o los sentimientos, sino en otra esfera del hombre, su esfera psíquica. Nos referimos por tanto no a un problema en el potencial del hombre, sino de su estructura, de la forma en que está configurado internamente. Pueden darse el caso de hombres y mujeres, por ejemplo, con una mente brillante, pero persuadidos por la idea de que alguien quiere hacerles daño y viven en una constante angustia.

En esta esfera pueden darse dos tendencias concretas que requieren, ahora sí, de la intervención de un profesionalista, Nos referimos a las patologías y a los desórdenes de la personalidad o inmadurez.

Patologías.

Convendrá revisar ahora la forma en que el director espiritual puede identificar estas patologías, aunque no todas se presentan con la misma gravedad, pero que poseen estos componentes a nivel de la estructura de la persona.

Podemos afirmar que nacen de un disturbo más o menos profundo de la personalidad, con raíces remotas en el tiempo, sin que el individuo pueda reconocer el origen y el funcionamiento o la necesidad psíquica que quieren satisfacer.

Estas patologías van a disturbar la relación con la realidad, distorsionando la percepción de la propia vida o creando expectativas irreales acerca del propio futuro, sin que la persona advierta el contraste entre la distorsión de la realidad y la propia identidad. Ellos se llegan a identificar con la distorsión que tienen de la realidad. En modo particular estas patologías disturban la relación con las otras personas, incluso con Dios y con su palabra, pero sin que el individuo pueda controlar sus propios sentimientos y comportamientos.

Un último aspecto que debemos considerar es el hecho de que no necesariamente estas patologías se manifiestan en forma constante o manifiestas, por lo que es conveniente conocer algunas señales dinámico-fenomenológicas que pueden hacer pensar que el individuo puede tener una situación patológica. Por ejemplo: Una constante inestabilidad en la vida, como el caso de quien constantemente está en la incertidumbre y no se decide jamás en lo que tiene que elegir, en el trabajo, las tareas encomendadas, los ideales. Puede reflejarse también en una cierta incapacidad por intuir o respetar los sentimientos de las otras personas y sus problemas; tiene una falta de sentido del mal cometido contra los otros, autojustificación constante frente a las acciones negativas hacia los otros: “¿qué he hecho de mal?”, “no he hecho nada de malo”, “es él quien tiene el problema”. Se da también acciones impulsivas de carácter sexual y agresivo con muy poco control, de forma que la persona no pudiese tomar control de los impulsos (“el impulso es más fuerte que yo”). En algunas ocasiones están personas presentan problemas de concentración porque están constantemente obsesionadas con su problema. Por último muestran pasajes repentinos de exaltación irreal hacia las personas a estados de crítica absoluta hacia las mismas, incapaces de integrar en un solo momento los aspectos positivos y negativos de la persona.

Estos aspectos, repetitivos y agravándose en el tiempo, hacen pensar de la necesidad de contar con una ayuda profesionalista, por lo que el Consejero Cristiano hará bien en consultar con dicho profesionalista para cerciorarse que se está tratando de una posible patología psíquica y así planear la adecuada intervención.

Desórdenes de la personalidad o inmadurez.

En un nivel menos grave nos podemos encontrar con las desviaciones que nacen de un desorden de la personalidad, que pueden ser controladas por el individuo, al menos en teoría y en una fase inicial. Es el caso de las inconsistencias psicológicas, de las que derivan las distintas formas de inmadurez. La situación es menos seria que la anterior, ya que los desórdenes de la personalidad siguen las siguientes características.

No hay en sí misma ninguna figura psicopatológica ni disturbo psíquico estructural, sino un desorden leve y moderado que crea un problema sobretodo de gestión de ciertos comportamientos y se manifiesta en la progresiva rigidez o en el funcionamiento impropio, no tanto descontrolado, de los procesos normales de adaptación de la persona en los modos de sentir, de pensar, de evaluar y de actuar, de advertir y gratificar las propias necesidades.

No suprime en el sujeto la sensibilidad y la conciencia interior, por lo que la persona es consciente del propio problema y está en grado de sufrir con su situación, de percibirla como contraria a sus ideales, de desearla cambiar y de estar motivado a luchar contra dicha situación.

No tiene su origen, al menos normalmente, en un pasado remoto de la persona, sino en un tiempo relativamente reciente.

El problema toca un sector de la persona y no toda su personalidad. No se presenta siempre en grado de desequilibrar sus actividades normales o de impedir la posibilidad de controlarse o de dedicarse a cualquier actividad aplicando todas sus fuerzas y toda su energía.

No implica la pérdida de la libertad ni el estado inconsciente con distorsión en la relación con la realidad, sino que es más bien una limitación de la propia libertad, sobretodo de la libertad afectiva, que hace siempre más pesada, al límite incluso de lo insoportable, algunos estados de vida, como el de la castidad.

Podemos describir en cuatro etapas el proceso de un desorden de la personalidad. En la primera etapa el individuo se da a ligeras y veniales gratificaciones, tan ligeras que pueden pasar inadvertidas, por ejemplo el buscar una persona o un

contacto en momentos de soledad. En la segunda etapa estas gratificaciones tienden a crear en realidad un hábito que hacen menos libre al individuo y menos capaz de controlarse y controlar una cierta ambigüedad de comportamiento, como por ejemplo desarrollar la tendencia a evitar momentos y situaciones de soledad afectiva y a llenarlas rápidamente de presencias gratificantes. En la tercera etapa el hábito gratificante y gratificado se convierte poco a poco en automatismo, siempre más exigente y prepotente, en forma tal que la gratificación de ayer no basta ya y la conciencia comenzará a adaptarse cada vez más al comportamiento, juzgándolo con mayor comprensión y benevolencia, hasta llegar a justificarlo. La última etapa el automatismo permite a la necesidad gratificante de ponerse al centro de la personalidad y de ahí gobernar las operaciones de la persona como una motivación inconsciente y constante.

Estamos a estas alturas delante a una posible desviación menos grave del punto de vista psíquico o menos negativa bajo el perfil de una posible recuperación. Es necesario que el problema venga identificado lo antes posible y que el individuo sea ayudado a no entrar en el círculo vicioso que lo conduce lentamente a perder la propia libertad. Es como un cáncer que contamina a todo el individuo.

Existen algunas señales a nivel fenomenológico que pueden ser indicativas y útiles para ayudar a las personas desde un primer momento. Podemos afirmar que estas personas tienen en general un estilo defensivo con las siguientes características fenomenológicas. Tienen una tendencia a evitar las decisiones y no saben comprometerse en decisiones definitivas. Les cuesta mucho desengancharse de antiguos estilos del pasado o una inclinación a repetir y repetirse para asegurar una identidad vacilante y positivo del propio yo. Constantemente tienden a domesticar la realidad, mitigando las exigencias más costosas. Tienen una percepción subjetiva de la realidad y miedo a todo aquello que puede ser distinto de lo ordinario y entran rápidamente en conflicto con esta novedad. Muestran poca disponibilidad al camino largo y paciente del ascetismo y quieren resolver rápidamente todos los problemas. Por último demuestran una habilidad notable para la autojustificación.

El problema en este caso, el del desorden de la personalidad, es un problema psicológico y moral, de identidad y de vocación, en lo tocante a la lucha normal que cada persona debe sostener todos los días con las propias debilidades y que queda unida la propia consistencia o inconsistencia interior. Una lucha que decide el nivel de nuestra virtud y la

calidad y eficacia de nuestro testimonio de vida. Luchas y tentaciones que son normales en la vida humana y forman parte del misterio de la vida humana.

Es importante que el director espiritual se dé cuenta de estos signos y pueda ayudarse de un profesional católico o lo pueda derivar a él, dependiendo del grado de avance de este desorden.

HACIA UNA PSICOLOGÍA INTEGRAL -FREUD-

La médula del problema, dentro de la aplicación de la psicología como herramienta del Consejero Cristiano para el desarrollo humano, se encuentra en la imperiosa necesidad de reivindicar a la persona como centro del pensamiento social

I. Psicología moderna y uno de sus progenitores

No es mi objetivo anatematizar el psicoanálisis, cimiento de las terapias en la psicología clínica; es preciso reconocer el legado que nos ha dejado para conocer mejor la concepción actual de la personalidad humana. Se trata más bien de insistir en la importancia que tiene la base antropológica que el psicólogo consultado haya recibido durante sus estudios universitarios, viva a nivel personal y siga profesionalmente.

Por otro lado, tampoco podemos dejar de reconocer que la influencia de Freud, fundador del psicoanálisis, en la psicología e incluso en la misma cultura no ha sido superada. La mayoría de los psicólogos que han construido decisivamente la psicología clínica sobre el psicoanálisis, no dudan en llamarlo “padre” del mismo: Jung, Adler, Fromm; incluso los que le critican como Skinner -conductismo- y Frankl -logoterapia-.

La médula del problema, dentro de la aplicación de la psicología como herramienta del desarrollo humano, se encuentra en la imperiosa necesidad de reivindicar a la persona como centro del pensamiento social y, por lo tanto, profundizar mejor si las teorías de la personalidad que prevalecen en las diferentes ciencias sociales, en este caso la psicología clínica, son concepciones coherentes con lo que el hombre es.

Una concepción así, fiel a lo que el ser humano es, la encontraremos sin duda en una psicología cimentada en una antropología que se base en el realismo metafísico. Aportación, dicho sea de paso, que la doctrina católica nunca ha dejado de profundizar y custodiar.

El hombre en Freud

Para llegar a entender la concepción y estructura antropológica que nos presenta “el padre del psicoanálisis”, debemos intentar penetrar al hombre tal y como él lo concibe. En mi opinión, la visión del hombre en Freud, misma que ha dejado su impronta indeleble a todas las generaciones de psicoanálisis y concepciones posteriores de la personalidad, se compone de tres factores:

1. El contexto histórico de la psicología de su tiempo.
2. El influjo de las corrientes filosóficas modernistas.
3. La propia interpretación de los factores anteriores en sus teorías sobre el psicoanálisis.

Dada la brevedad de este material utilizado por los alumnos del doctorado de la UNIVERSIDAD PARA LA FAMILIA, no presentaré cada uno de estos factores en particular; pero intentaré hacer una síntesis hasta abordar el problema de la concepción psicoanalítica de persona y personalidad.

Considero que es en este problema, o confusión ontológica, donde tropezó con más fuerza Freud; ya que quitada la sustancia (persona), del estudio del hombre, nos quedamos dejando en su lugar los accidentes (personalidad y conducta), teniendo como resultado una visión reduccionista del ser humano.

La psicología de Freud

El psicoanálisis o psicología freudiana, nace en medio de una controversia, ya en evolución desde el siglo que lo precede, para definir el objeto propio de la psicología experimental y su método. La historia de la psicología desde mediado el siglo XIX y durante el siglo XX, es la historia de su lucha por independizarse de la filosofía.

Numerosos investigadores, destacando entre ellos Sigmund Freud, se esforzaron por resaltar el carácter experimental de la psicología prescindiendo de toda preocupación metafísica y limitándose al análisis de hechos observables y comprobables.

Como bien señala Cabaynes Truffino, profesor de la Universidad Complutense de Madrid y miembro de la Society for Behavioral and Cognitive Neurology, una mezcla de progreso y de algunas formulaciones filosóficas llevó a que el siglo XIX supusiera la neta

incorporación de la metodología experimental al campo de la psicología, desgajando una parte importante de su núcleo especulativo y constituyendo el enfoque empírico de la psicología.

Por lo que respecta a su estudio, el objeto de la psicología se transformó. Alejándose de la filosofía ya no es la persona a quien busca comprender y estudiar, sino la personalidad, limitándola al sustrato de lo observable: el centro de interés de la psicología experimental se descubre en las normas y causas de la conducta humana. Más allá de esto, Freud, unifica la doctrina sobre la personalidad, es decir de la conducta y sus causas, y el método para observarla, analizarla y corregirla, dando como resultado la teoría sobre el psicoanálisis.

En efecto, el psicoanálisis, nos presenta no sólo una explicación de las causas y patrones del comportamiento; nuestro autor decide abordar un serio problema para los psicólogos de su tiempo: **concretar los componentes de la personalidad**. Freud resuelve la cuestión exponiendo una estructura del todo novedosa sobre los elementos constitutivos de la personalidad.

Cabe notar que en las primeras publicaciones de Freud sobre el psicoanálisis apenas se hace mención a la personalidad. Esto es comprensible ya que los teóricos de la personalidad aparecen hasta el siglo XX. El horizonte histórico en que comienza a escribir Freud está todavía penetrado por la psicología filosófica. Al filo de las mismas fechas nace la psicología experimental conducida por su pionero Wundt, en la Universidad de Leipzig en 1878. Posteriormente, la considerada “nueva ciencia”, siguió su desarrollo de la mano de varios profesores en la misma universidad: Ebbinghaus (1850-1909), Titchener (1867-1927) y algunos otros como Stanley Hall (1844- 1924), quien fundó el primer laboratorio de psicología experimental en los Estados Unidos.

Es en este ambiente de investigación de la naciente psicología moderna donde Freud comienza desarrollando lo que denomina como “aparato psíquico”, es decir su teoría de la personalidad y la estructura, altamente mecanicista, de la misma. Él mismo no imaginaría el alcance y consecuencias de sus teorías, como veremos en el siguiente artículo.

Reduccionismo: Persona no, personalidad a la freudiana

Los conceptos de persona y personalidad son términos que derivan del griego *prósopon* y del latín *personare*, *persona*, que significan resonar o sonar con fuerza. El *prósopon* era la máscara utilizada por los actores en las tragedias y representaciones griegas. *Persona*

era, por eso, sinónimo de personaje; la máscara que utilizaban para amplificar el volumen de voz y al mismo tiempo, para representar mejor los rasgos del papel que encarnaban.

Posteriormente, con el desarrollo de la explicación filosófica de la teología, se afronta el problema de la noción de persona como sustancia o como naturaleza para entender la Trinidad Divina: una naturaleza en tres personas, y la encarnación de Dios: dos naturalezas en una persona. Estas últimas explicaciones “metafísicas” sobre la noción de persona dejaron de importar una vez que el mecanicismo y empirismo modernistas fueron la medida de la ciencia.

Aún así, de aquí surge nuestra dificultad: si por sus etimologías griegas y latinas persona y personalidad son palabras equivalentes ¿Por qué su significado actual es tan diverso? ¿Por qué Freud y los psicólogos posteriores profundizan en la noción de personalidad y no ya en la persona misma?

Pues bien, la respuesta la encontramos una vez que, como señalamos anteriormente, la psicología se ha independizado o descontextualizado del ámbito filosófico. Así, personalidad se convierte en el correlato psicológico del término persona utilizado en el contexto “arcaico” de filosofía metafísica realista y teología cristiana.

Aprovechando la confusión y el reduccionismo con que se iba empobreciendo la concepción del hombre, como señala Dietrich Schwanitz filólogo, filósofo, historiador y ex profesor de cultura en la Universidad de Hamburgo, Freud decidió acrecentar el problema: eliminó el sentido de moralidad y lo sustituyó por el de neurosis. Por esto decidió ampliar la casa de la personalidad y estructurarla al modo en el cual hoy se organizaría un software que depende totalmente del hardware. Así, agregó una habitación fundamental: el inconsciente.

Desde entonces el hombre ya no es dueño de sí mismo, pues con él cohabita alguien a quien no ve, no conoce; pero que encausa y dirige sus actos sin que él mismo se dé cuenta. Este gemelo invisible, actúa determinado por el exterior; pero a la vez ofrece hacernos felices en la medida en que lo liberamos.

¿Quién nos ayuda a comunicarnos con esa parte indómita y misteriosa de nosotros mismos? El psicoanalista. Puesto que el inconsciente se expresa en lenguaje cifrado, su misión consiste en descifrar ese lenguaje.

Conocer quién es el hombre o qué es exactamente ese inconsciente, parte más íntima de uno mismo, ya no es lo que importa. Lo único importante es conocer cómo actúa y aprender a comunicarnos con él.

Pero Freud, no sólo logró modificar así la autoconcepción del individuo del siglo XX, sino también la forma de relacionarse con los demás: es necesario tomar en cuenta el inconsciente del otro. Así, mi juicio ante una acción que no me gusta de otra persona puede ser de dos tipos: moral o psicológica. Si elaboro un juicio moral: es un deshonesto, este juicio presupone la libertad, pues sólo puedo acusar a una persona de inmoral si ésta ha podido actuar de otro modo. Entonces sólo nos queda enjuiciarlo psicológicamente: no puede hacerlo mejor, es un neurótico, declarándolo irresponsable de sus actos.

Como vemos, de una antropología reduccionista, pasamos a una concepción moral equivocada. Dicha forma de “moral psicoanalítica” implica una seria contradicción: por un lado, la necesidad de liberar las represiones del inconsciente como condición de posibilidad para nuestra felicidad; por el otro, la determinación con que nuestros actos se ven condicionados o esclavizados por dicho inconsciente.

De esta forma también puedo disculparme a mí mismo. Pero toda disculpa desde el punto de vista moral se paga con la pérdida de autoestima y el reconocimiento de mi esclava condición: puedo elegir entre ser un deshonesto o un demente neurótico. Al parecer la gente de hoy ha sido convencida mucho más de la segunda opción.

A su vez el diálogo generacional se ha visto transformado radicalmente en un proceso judicial: los demandantes son los psicoanalizados y los demandados son los padres, los abuelos, los profesores de preescolar, primaria, los sacerdotes y la forma dramática como reprimen nuestro yo con sus moralismos neurotizantes, etc.

Así, en una sociedad que se jacta de ofrecer cada vez más ámbitos de libertad y más posibilidades de elección, es también cada vez más fácil sentirse culpable de algo o acusar a los demás. En todo caso, el psicoanálisis nos ofrece a todos una “redención laica”: el hombre, como en todos los tiempos, no deja de realizar actos malos, pero verdaderamente no es él quien actúa, sino su inquilino inconsciente, y en todo caso, este mismo debe sus impulsos a otros factores.

Siguiendo adelante con esta imagen del obrar humano ¿Quién se atreverá a determinar con valor absoluto lo que está bien y lo que está mal? El valor moral, si no se reduce al penoso juego de liberación o represión de nuestro inconsciente, como Freud lo veía; al

menos se limita a un sistema legalista y artificial impuesto por los gustos de una sociedad que no quiere ser neurotizada sino absolutamente libre.

Psicología o Psicocura: hacia una psicología integral

Psicología Integral : de una antropología metafísica a la personalidad de la persona humana.

Desde esta perspectiva, hablar de personalidad, resulta más bien algo que se da o sustenta en la persona. La personalidad depende de la persona como de su propio origen. Entender esto nos salva de posibles confusiones, mismas que se dieron en Freud y se siguen dado en ámbitos de psicología; entender que al hablar de persona, en un sentido metafísico, equivale a hablar de la sustancia, de acuerdo a la misma definición clásica que Boecio nos da: “Llamamos persona a todo individuo (individua substantia) de naturaleza racional (naturae rationalis)”.

En cambio al hablar de la personalidad, nos referimos al conjunto de manifestaciones de la persona. No es algo superpuesto al ser, como un abrigo. La personalidad es la manifestación de lo que se es: factores genéticos, biológicos, familiares, socioculturales, etc. En definitiva persona y personalidad vienen a ser dos caras de una misma moneda; mejor aún, la personalidad es las caras de la moneda, es decir de la persona.

Efectivamente, la persona, es el fundamento de la personalidad, la razón última por la que cada ser humano es lo que es y no otro. La personalidad, en cambio, es una explicación, siempre penúltima e incompleta, del modo en que se conduce cada ser humano.

Llegando a este punto podemos, y es conveniente, sacar una clara conclusión: cualquier estudio de psicología moderna sobre la personalidad, jamás abarcará la totalidad de la persona estudiada. Error que ha llevado a varios psicólogos y escuelas de psicología, incluido Freud, a una visión reduccionista del hombre.

Ahora bien, esto no es obstáculo para afirmar que ciertos aspectos relevantes de la persona se han logrado explicar y ser conocidos a través del estudio de la personalidad.

Agitur sequitur esse, de los accidentes conocemos o vemos manifestada la sustancialidad; pero no podemos reducir ésta a aquellos.

Hacerlo terminaría por dejarnos una visión enrarecida de la persona humana; poco realística al considerar dichas manifestaciones como condicionalismos biológicos-energéticos (Freud), como fuerzas invisibles, no equivalentes a espirituales (Jung), o simplemente como resultados mecanicistas conductuales (Skinner) y, lo que es peor, nos llevaría a un desconocimiento de nosotros mismos.

Aquilino Polaino Lorente, catedrático de psicopatología en la Universidad Complutense de Madrid, explica en su libro Fundamentos de psicología de la personalidad, que existen más de 2000 teorías sobre la personalidad, así como escuelas de psicología desde las que se ha intentado abordar el estudio y enfoque de formación de la misma. Así pues, la tarea de cribar un campo tan importante desde sus fundamentos resulta tan interesante, como difícil y titánica.

¿Qué hacer? Nosotros como CONSEJEROS CRISTIANOS y formadores de auténticos cristianos, no podemos suprimirnos del conocimiento básico, y en algunos casos, a la recomendación o desacreditación de ciertos tratamientos terapéuticos psicológicos. ¿Cómo identificar aquél que sea el óptimo en aras de alcanzar la formación del hombre auténtico para luego formar al santo?

La respuesta es muy sencilla: no existe una escuela de psicología o modelo que explique la personalidad y sea perfecto. Los mismos expertos en psiquiatría reconocen que casi hay tantos tipos de modelos, como psicólogos. Ciertamente hay algunas escuelas que por lo disparatadas de sus teorías, con un poco de sentido común descartaremos enseguida; pero por las demás, conviene poner énfasis en la tesis que presenté al inicio de estos artículos de interés: la base antropológica que el psicólogo consultado haya recibido durante sus estudios universitarios, viva a nivel personal y siga profesionalmente.

¿Y para nuestra formación personal? ¿Qué tipo de modelo de psicología o autor me ayudará a conocer mejor la personalidad humana y su formación? Yo sostengo que en su mayoría, las escuelas de psicología que han trascendido ofrecen algo positivo, es decir, algo de verdadero en su explicación y apoyo formativo. Pero debemos acercarnos a ellas con cautela, como el sembrador que, conociendo bien el trigo –es decir habiendo adquirido una sólida formación antropológica y ética, basadas en una metafísica realista– sabe quitarle la cizaña para ofrecer al hambriento un pan de harina rica y sana. Es un

campo basto; una labor fatigosa; pero como deber de caridad, no podemos sustraernos a esta delicada tarea en bien de la formación integral de nuestros hermanos los hombres.

En este sentido no podemos olvidar que el mejor psicólogo de todos los tiempos y el fundamento de la auténtica libertad y paz interior es Jesucristo: Dios hecho hombre. El contacto asiduo con Él en la oración y la vivencia de sus enseñanzas son un medio esencial, que no quiere decir excluyente, para alcanzar el bienestar psicológico y un desarrollo armónico de nuestra personalidad.

REGUNTAS DE REFLEXIÓN

1. El autor afirma: "debe ser consciente que Dios lo utiliza como instrumento para llevar a la plenitud vocacional al dirigido". ¿ESTÁS DE ACUERDO CON ESTA AFIRMACIÓN? ¿PORQUE?
2. Según el material que estás leyendo ¿CUÁL ES LA ESTRUCTURA HUMANA? ¿CUALES SON SUS COMPONENTES Y COMO SE INTEGRAN?
3. ¿QUE DIFERENCIA HACE EL AUTOR ENTRE "INTELIGENCIA" Y "SINTOMAS PSIQUICOS"
4. ¿ES NECESARIA LA PSICOLOGÍA PAR EL DESARROLLO DEL HOMBRE? EXPLICA
5. SEGÚN EL AUTOR ¿CUÁLES SON LAS CAUSAS DE LAS DEPRESIONES NERVIOSAS?
6. ¿A QUE SE REFIERE EL AUTOR CON "DETECTAR EL POTENCIAL DEL SER HUMANO"? ¿EN QUE CONSISTE, CUALES SON? EXPLICA.
7. ¿QUE OPINA EL AUTOR SOBRE CONTROLAR LOS SENTIMIENTOS Y LAS EMOCIONES? ¿PUEDE EL HOMBRE LOGRAR ESTO? EXPLICA

8. ¿CUANDO SE PRODUCEN EN EL HOMBRE LAS "PATOLOGÍA" Y LOS "DESORDENES DE LA PERSONALIDAD"?

9. ¿COMO SE DESCRIBE LA ESTRUCTURA ANTROPOLÓGICA QUE DESCRIBE EL "padre de la psicoanálisis", FREUD? ¿CUÁL ES LA 'VISIÓN DE HOMBRE' DE FREUD?

10. SEGÚN EL AUTOR "Llegando a este punto podemos, y es conveniente, sacar una clara conclusión: cualquier estudio de psicología moderna sobre la personalidad, jamás abarcará la totalidad de la persona estudiada. Error que ha llevado a varios psicólogos y escuelas de psicología, incluido Freud, a una visión reduccionista del hombre." ¿ESTÁS DE ACUERDO? EXPLICA TU POSICIÓN

SUBE LAS RESPUESTAS LAS FORO

DR. HECTOR SALINAS AYALA

www.lectorsalinas.net