EL YO ES COMO EL HOGAR

Autor: franciscomiralles
Categoría: Varios / otros
Publicado el: 10/08/2017

Como soy un tipo bastante curioso, un día cualquiera del año 2.016 fui a un local del pueblo en el que vivo donde un psicólogo de mediana edad que trabajaba en el Hospital Clínico de Barcelona daba una charla sobre cómo gestionar nuestras emociones.

- ...A mí que no me subyuga el fútbol, pero a mi hija como deportista que es sí que le gusta, dice que que cuando ella está en el campo viendo un partido, rodeada de amigos que aunque en un momento dado discutan entre sí, se siente feliz y comprendida. Así que la mejor manera de ganar confianza y amor propio en nosotros mismos es la de canalizar, y de estimular nuestras aficiones más personales, ya que emanan de nuestra sensibilidad; de nuestra manera de ser.

Cuando terminó aquella estupenda disertación se hizo un refrigerio, y al tomar yo una copa de cerveza vi que a mi lado estaba sonriente aquel psicólogo.

- Ha sido una buena charla - le dije con franqueza-. Y pienso igual que tú en que una persona debe de potenciar su mundo interior con una afición. Esto es algo que llevo diciéndolo desde hace muchos años a unos y a otros, pero que muy poca gente lo tiene en cuenta.

-¿Cómo? - se extrañó mi interlocutor.

- Sí. Sin ánimo de darme autobombo, yo he conocido a mucha gente a lo largo de mi vida, y cuando preguntas a alguien amigablemente qué es lo que más le gusta, que es una forma de interesarse por esta persona se comporta como si le hubieses ofendido y te da con la puerta en las narices. Tú hablas de lo que debería de ser, pero que a pie de calle no es.

- ¿Y a qué crees que éso es debido? - inquirió el psicólogo.

- He reflexionado mucho sobre este asunto, y he llegado a una conclusión. Vivimos en una sociedad que cree que la felicidad humana se basa en adquirir las cosas que están fuera de nosotros mismos. Y muchas veces a estas cosas de connotación rutilante, las sobrevaloramos porque les atribuimos una dimensión utópica que está fuera de la realidad. Sin embargo estas cosas, como por ejemplo una buena situación económica, o un príncipe azul cambia de rumbo, se desvanecen,o no son como las habíamos imaginado, y entonces nos sentimos frustrados y desengañados.

- ¿No exageras un poco?

- No. Esta actitud tan mercantilista y utilitarista ha dado lugar a que parezca que sea feo mostrar el lado más humano de cada cual; o que éste sea una simple quimera- respondí - En nuestro ámbito social este problema de identidad personal se ha producido a causa de este materialismo que va a ras de tierra que ha eclipsado al yo personal, el cual se ha convertido en el sujeto, y la persona en el objeto del mismo. Como sabrás este sistema de un desaforado consumismo

no es nuevo, ya que empezó a partir de la Revolución Industrial, que ha propiciado a que las relaciones humanas en muchos casos se hayan convertido en un puro formulismo, en una convención social teñidas de frivolidad, en las que se ignoran el sentido de la generosidad, los sentimientos humanos, o el criterio personal, por lo que el sujeto a pesar de estar acompañado se siente más solo que nunca.

- Bueno. Eso está muy bien. ¿Pero qué propones tú para superar este problema humano? - quiso saber el psicólogo con una expresión de curiosidad profesional.

- Bien. Por un lado es una estupidez condenar al consumismo en plan de Robin Hood como hacen ciertos colectivos que se las dan de moralistas. Si se eliminase el sistema consumista habrían muchos problemas para suministrar de lo necesario a la población - continué-. Todo depende del adjetivo. De lo desaforado, se puede pasar a lo moderado. La mente humana en función de su complejidad, es como un inmueble de varios pisos y cada uno de los cuales tiene su qué; y entre todos se establece un equilibrio para poder andar por la vida. Si nos encerramos en uno de los pisos, y prescindimos de los demás; nos volvemos dogmáticos con algo por tanto se rompe dicho equilibrio y viene el caos. Por otro lado sí que es conveniente que nos distenciemos de la grandilocuencia propagandística de los medios de comunicación para centrarnos más en en nuestro yo íntimo de igual modo como cuidamos nuestro hogar. Pues al fin y al cabo el aire de un

hogar es un reflejo de nuestra manera de ser. Y hay que hacerlo dialogando con nosotros mismos con sinceridad. Creo que hay que tener en cuenta nuestros sentimientos, y nuestros pensamientos. Sobre todo el modo como enfocamos una idea, que no es lo mismo que analizar el contenido de dicha idea.

- Esto es cierto.

- No he descubierto la sopa de ajo - dije riendo-. Sabrás que en la Antigüedad hubieron los pensadores estóicos como Séneca, Marco Aurelio y Epictreto quienes aconsejaban a la gente a vivir su vida cotidiana aceptando lo inevitable. Asimismo también estaba Epicteto que daba sus enseñanzas en su huerto al que llamaba "El Jardín" y que decía que se debía de disfrutar de lo que la vida nos depara con moderación. En el siglo XVl hubo el famoso Montaigne que se retiró siendo muy joven en una torre de su mansión, y allí pensaba,y recibía a sus amistades. Cultivaba a su grandísimo yo interior.

Parece ser que en la actualidad existe una filosofía que insiste en cuidar la vida íntima, personal.

Pero también la poesía se preocupa del factor humano. Por ejemplo el poeta catalán Joan Margarit

que de profesión es arquitecto, con sus poesías que evocan recuerdos de su infancia contempla a su yo más íntimo en relación con las pequeñas cosas que siempre le han hecho vibrar. Si no vibramos dejamos de ser personas para convertirnos en muñecos de un sistema. Y pienso que si existen ensayos, poemas, o pinturas en los que se subrrayan, se plasman los valores humanos

es porque hay una necesidad muy anímica muy grande de cambiar de vida.

- Sí. Y por eso estamos los psicólogos para ayudar.

- Natruralmente. Pero los primeros en acudor a vosotros deberían de ser los políticos.

Y dicho aquello, no tardé en regresar a mi casa.

Publicado bajo licencia Creative Commons BY-NC-ND

Enlace original del relato: ir al relato
Otros relatos del mismo autor: franciscomiralles
Más relatos de la categoría: Varios / otros
Muchos más relatos en: cortorelatos.com