

PSICOTIDIANEIDADES

¿Usted es una persona que vive confundida?

Hay momentos en que las personas se sienten confundidas, los famosos “momentos de confusión”: un momento en que algo raro pasa. Si investigamos en detalle, qué les pasa a las personas en estos momentos, descubrimos que, fusionan una idea con otra, por eso “con-fusión”. Es como cuando de alguien se dice que “está mezclando las cosas”. Dicho en términos simples, confunden la gimnasia con la magnesita y no sabe de qué están hablando. Y las ideas que suelen confundirse, son palabras en pares que definen situaciones cotidianas bien diferenciadas.

Necesario o imprescindible?

Una vieja confusión, es aquella de si somos necesarios o imprescindibles: conceptos muy diferentes. Lo que suele suceder es que algunas personas son muy necesarias en determinados momentos y circunstancias, porque hicieron las cosas de la mejor manera posible en el momento en que no había nadie que las hiciera. Pero pasado el tiempo, se creen y sienten imprescindibles (combinación explosiva). Las personas que se creen imprescindibles son las que no se retiran a tiempo de las situaciones; las que opinan todo el tiempo dando cátedra cuando no se les pide la opinión; las que creen que sin ellas, las cosas no funcionan bien. Son las personas que creen ser la medida de todas las cosas. Para ellos se creó el dicho “el cementerio está lleno de imprescindibles”. Un brutal ataque al amor propio de los que se confunden con este par.

Convertir (por confusión) a una sustancia en objeto de primera necesidad como si fuese agua o aire, le trajo gravísimos problemas a muchas personas. ¿Es el teléfono celular un objeto imprescindible?. En situaciones límites, de vida o muerte, seguramente sí. Fuera de ellas, obviamente no. Como no podía ser de otra manera; en ambos casos, hay personas interesadas en que la confusión se perpetúe.

Lo posible y lo imposible

La vieja frase “hicimos lo imposible para lograrlo”, es evidentemente errónea. Despertarse un día y que todo haya cambiado; volver el tiempo atrás, que el otro sea como uno quiere o forzar situaciones para que las personas se quieran; son situaciones en las que es imposible lograr resultados esperados. Es más, parece no tener solución, esto de que se pretenda lograr lo imposible. Dicho de otra manera: crear imágenes sobre lo imposible que se quiere, no puede dejar de hacerse. Pero creer que esto sea posible, se aprende con mucho dolor y trabajo, con el paso del tiempo. Se aprende a reconocerlo como una creencia, como un sueño estando despiertos.

La diferencia posible/imposible cuestiona aquello de “querer es poder”. Quien cree que puede todo, o que se puede todo seguramente está soñando o tiene un grave problema de salud mental. Lo imposible es una categoría muy humana.

Lo que nos remite al personaje del cuento “Las ruinas circulares” de Borges. Pudo dormir, deambular, comer y soñar, pero cuando vió que podía atravesar el fuego sin quemarse (algo imposible para un ser vivo), recién ahí se dió cuenta de que era un personaje de un sueño de alguien que estaba soñando.

En otra dimensión (la social), lo imposible tomó el nombre de “utopía”: pretensiones necesarias como modelos, pero que cuando se llevan al plano de lo posible, algo siempre termina traicionado.

Sueño o proyecto?

El par posible/imposible se juega también en la diferencia entre sueño y proyecto. Hay muchas personas que creen que las cosas van a ser como las imaginan. Y si no resultan como esperaban, una opción, es que sea por culpa de los otros. Si no es de los otros y se culpan por no lograrlo, suelen definirse como fracasadas/os: finalmente confunden sueños con proyectos. Las cosas son como pueden llegar a ser. Y los sueños, sueños son; dice el dicho. Para acercarse a su realización (hacerlos reales), hay que “poner los pies en la tierra”, las “barbas en remojo” y saber que en el pasaje (de lo imaginado a la realidad), algo quedará en el camino. Se trate de cuestiones personales, de pareja, grupales o sociales.

Los abundantes libros de Autoayuda, están llenos de consejos relacionados con estos casos: prueba de que esta confusión, es cotidiana y muy frecuente. Confundir estos conceptos lleva a fracasos seguros y a su correlato en el campo de la Auto-estima.

Lo que se quiere y lo que se debe

La problemática del “deber ser”; la que hace que las personas hagan lo que deben; nunca deja del todo satisfecha. Por un lado, porque si la obligación no existe, se crea. Y esto es muy fácil de hacer: con sólo mirar como funciona el mundo, alcanza. El “deber ser” siempre nos recuerda, que en algo nos hicimos los tontos para no cumplir (aunque no sea así). Por otro lado, también siempre nos recuerda, que se pudo haber hecho más de lo que se hizo y haberlas hecho mucho mejor. Ese es el deber del “deber ser”, recordarnos nuestra condición humana. Estas personas (vamos a llamarlas “las cumplidoras”) envidian a las que “hacen lo que quieren”. Pequeña confusión, porque en realidad no es así, sino que estas, regulan mejor las proporciones entre el placer y la obligación. Algo que las cumplidoras no pueden hacer. Y las que en teoría, “hacen lo que quieren”, miran a las cumplidoras con un poco de lástima; porque evalúan que

como “viven para cumplir”, no viven. Por supuesto que este intercambio de sentimientos se da cada tanto, sino sería muy difícil la convivencia.

Los cumplidores son los hacedores del orden del mundo y los responsables de su desorden. Las otras relativizan y descreen de esta imprescindibilidad.

Querer y amar: la pequeña gran diferencia

Para los amantes pasionales, esta confusión, puede convertirlos en investigadores expertos. Cada pequeña diferencia puede convertirse en un verdadero tsunami emocional (el famoso “efecto mariposa”). Es que la diferencia, casi abismal, entre estas dos cualidades de sentimientos, define caminos posibles y opuestos. El “no sé si lo quiero o lo amo”, es muchas veces, causal de divorcio. Parece que con esta diferencia, no se juega.

Es que la persona que necesita ser amada (quien no?, diría usted) no anda con pequeñeces. Es todo o nada; una parte, no. Si el amor completa, o si con amar “la cosa cierra”; no puede ni debe haber “medias tintas”. Porque si es por pedir, pedimos todo. Después sucede que “el todo”, tiene que ser explicitado y explicado. Aparecen las sensaciones de encierro y ahogo (cuando no las de asfixia) y el todo termina, finalmente, recortado. La hija favorita, la empleada preferida, el mejor amante; son ejemplos de que la pretensión del todo, es más común de lo que imaginamos. Y también mas problemático de lo esperado.

Confundirse, es muy fácil. Basta con no diferenciar conceptos y sentimientos entre sí. Si algo no se puede explicar con claridad y sencillez, es porque algo está confuso. No importa aquí si lo explicado es real o imaginado; lo que importa es lo indiscriminado, es el lodo en el que podemos terminar “todos manoseaos”.

Raúl Koffman

Psicólogo

raulkoffman@gmail.com