

¿Dónde ubicar el/los malestares?

Camilo Ramírez Garza

Al perder la regulación instintiva, esa que nos conectaba de manera directa y general -como cualquier animal- con el entorno, los humanos partimos de una falta, de un vacío constitucional a partir del cual debemos producir sentido: hablamos sobre todo para producir sentido mediante un orden simbólico. De ahí que creemos ordenes (mística, religión, ciencia, derecho, conocimiento, publicidad, saber etc.) que nos orientan sobre quiénes somos, qué es el mundo y que hay que hacer. Así como el lugar o causa de los diversos malestares y sus posibles soluciones.

En "El malestar en la cultura" (1930) Freud plantea que las fuentes del sufrimiento pueden ser tres: el propio cuerpo, sus múltiples limitaciones y fragilidades, el exterior, el mundo caótico y primordial de la naturaleza

que amenaza con aniquilarnos, y los lazos con los demás humanos. Serían tres dimensiones donde puede ubicarse el malestar. Malestar que puede asumirse de manera pasiva, ¡No hay nada que se pueda hacer, pues siempre el mal proviene siempre del otro, el cuerpo, la naturaleza y los otros ("El infierno son los otros" Sartre) o de manera activa a partir de la cual, sin importar las fallas localizadas en el "afuera", en el otro, se responde ante las dificultades.

Al ubicar el malestar en el otro, el sujeto se desafecta cómodamente de su sufrimiento, pues si la culpa es de los otros o de lo otro, la naturaleza, entonces lejos se está de tomar un papel activo que permita resolver el problema que se padece, sino aguardando a que sea el otro el que haga siempre algo, que resuelva la situación, restableciendo las condiciones que me permitan ser felices. Como si vivieran con la lógica de: ¡Si

claro, yo podría ser feliz, siempre y cuando no estuviera rodeado de idiotas que no hacen lo que deberían de hacer!

Durante un psicoanálisis alguien puede advertir y asumir, sin importar lo que se haya vivido, sufrido y padecido, que es posible tomar una posición activa frente a su sufrimiento independientemente de la fuente donde se origine, desafectarse agenciándose eso que se desea. A fin de poder darse cuenta que puede no seguir anclado a lo que así tocó vivir y da la ilusión de que ya se fregó. Saber que "hacer ahí" con el síntoma aún y que este provenga del otro o del exterior, de sí. Así en lugar de repartir culpas a diestra y siniestra a los otros, poder tomar lo que a cada quien le corresponde, asumiendo una parte activa en lo que se desea vivir, en tanto vida singular que no puede ser incluida cabalmente en la aplastante lógica de la colectividad, los otros (estadística, económica, bipolítica) con la que opera el Estado, la moral o la religión.



Dejando del lado el arte siempre gozoso de culpar a los otros (a Dios, los padres, los hermanos, la suegra, el gobierno, el jefe de trabajo, la pareja, los amigos, los hijos... ¡La pinche gente! ¡O la gente pinche!, el diablo, etc.) de las propias tragedias, justamente de eso propio que asusta y angustia, es que se puede, de entrada, abandonar la cómoda posición de ser una "inocente

palomita", víctima de las circunstancias, tribulada por el "mal" del mundo, y poder tomar las riendas de la propia existencia, asumiendo la respuesta (de ahí proviene la noción de ser responsable) ante lo que se va viviendo, sea uno la causa o no el malestar.

<http://columnacamilo.jimdo.com>
twitter: CamiloRamirez_

El arte de hablar con los niños

Gerardo León

Hay mucho de qué platicar con los hijos, pero es necesario saber cómo hacerlo para lograr un diálogo sencillo y eficaz

México, DF.- El ser humano desde niño, mantiene en su subconsciente un miedo a lo desconocido. La muerte, por ejemplo, resulta un tema que no puede dejar incomodarlo, así como otras cuestiones en las que prefiere no pensar o asimilar.

La falta de comunicación entre padres e hijos, es una limitante para que desde una edad temprana podamos ser más fuertes ante las numerosas adversidades que la vida nos presenta.

Lo anterior ha sido analizado por Gustavo Schujman, profesor y licenciado en Filosofía Universidad de Buenos Aires quien ha logrado -después de varios estudios- llevar a las casas algunas herramientas básicas para ayudar a mantener seguridad y ver la vida de

una manera más amable.

Esto lo logra a través de la colección *Cómo te explico...* de 12 entretenidos tomos que se pueden adquirir semanalmente a través de El Universal.

"Es una colección pensada en la necesidad de orientar a los adultos sobre cómo debe ser su posición frente a los niños a la hora de platicar con ellos de temas complicados. Ayudarán a saber cómo transmitir estos temas y pensar como adultos qué pasa si trabajamos, por ejemplo, el tema de la muerte y si lo planteamos de una forma diferente como la luz de lo que es la vida", dice Schujman en entrevista telefónica

desde Argentina.

Dentro de este tema, las dudas pueden ser infinitas pero los cuadernillos, ayudarán a saber enfrentarlas eficazmente

"Lo importante es cómo ligamos la muerte con la vida. Cuando un chico vive la muerte de un familiar, por ejemplo del abuelo, lo interesante al trabajar con ellos es pensar que el abuelo ha muerto pero sigue existiendo y lo recordamos porque ha dejado su ejemplo, ya que las persona que se mueren están vivas para nosotros".

VISIÓN FILOSÓFICA

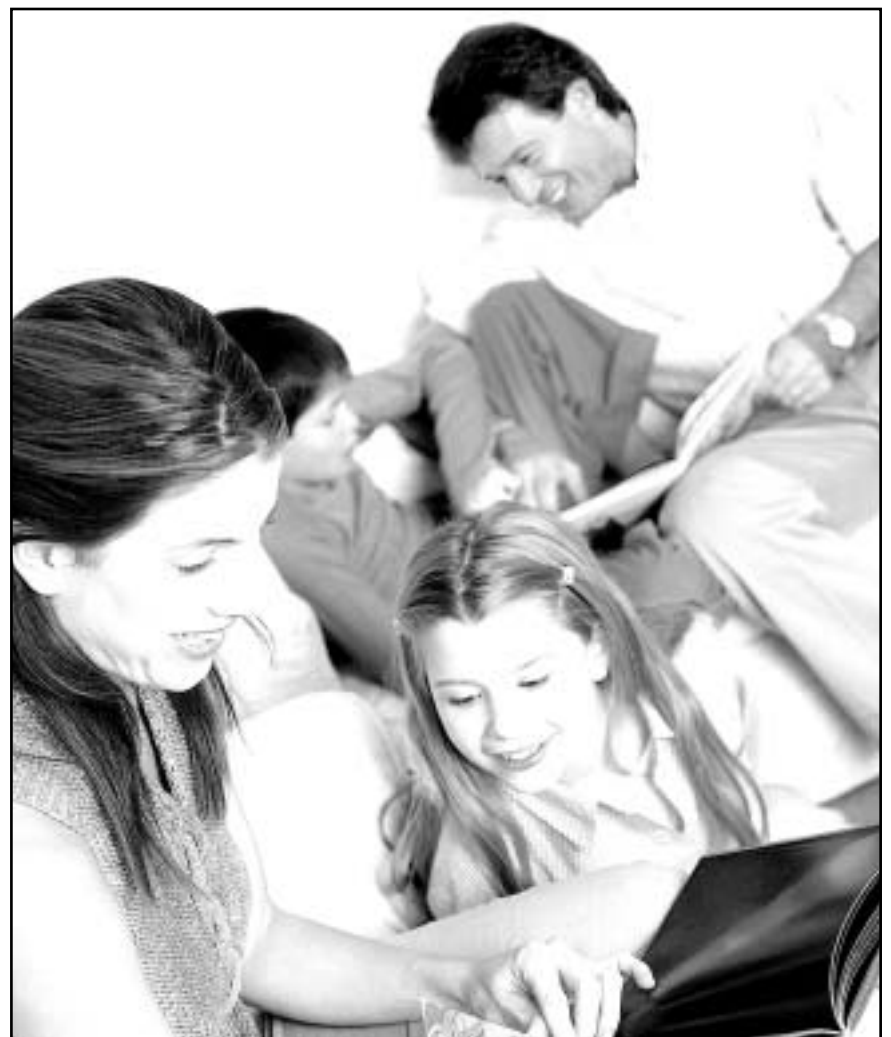
El experto dice que la mayoría de los temas que se manejan en los libros -incluso los que son más traumáticos-, están sustentados en alguna referencia de tipo psicológica y psicoanalítica "pero en general la propuesta tiene bastante de fuente filosófica. Yo soy filósofo pero se articulan muchas cuestiones antropológicas y culturales en el tema de la muerte.

"Me interesé un poco en la cuestión cultural de cómo los mexicanos significan la muerte, sus rituales, tradiciones y otras formas de celebrarla.

Los tomos generan propuestas para hablar con los chicos y permitir que digan lo que sienten, que puedan plantear sus preguntas de una manera más clara.

También hay un tema sobre el amor y la sexualidad, la pobreza, la felicidad, lo que está bien y lo que está mal; además de uno relacionado con las adicciones entre otros interesantes tópicos.

"Los cuadernillos cuentan con una parte didáctica, como canciones y cuentos, a través de los cuales se pueden transmitir de una forma más sensible toda la información necesaria sobre el tema a tratar".



La falta de comunicación entre padres e hijos, es una limitante para que desde edad temprana podamos ser más fuertes ante las adversidades.

El filósofo dice que en todo esto hay un vínculo ligado con la reflexión que parte de tres planteamientos: uno que tiene que ver con los temas difíciles como el de la muerte (ya mencionado), con la separación de los padres o la situación de desempleo, crisis profesional que nos afecta como adultos y también al niño y hay que saber cómo fortalecerlos y lograr fortalecer al niño.

Otro planteamiento está referido a los derechos, deberes y responsabilidades de los niños de donde surgen los temas de lo que esta bien y lo que no.

El tercero va enfocado a temas interesantes y no tan traumáticos como la felicidad, "que no debería ser confundida con el entretenimiento. La búsqueda de la felicidad es una búsqueda muy importante para las personas que al no conseguirla pueden caer en la frustración y tenemos que ayudar al chico a

superar esto y no creer que todo es sencillo o fácil; la felicidad requiere de mucha valentía y hay que verla como un proyecto de vida".

Los tomos surgen a partir de un conciso trabajo que Schujman realizó en conjunto con maestros y padres de familia.

"Hay una experiencia en relación con los temas que elegí para la serie y también en la forma de trabajarlos con los chicos. La propuesta es la reflexión para que el adulto piense sobre su propia posición y ayudar a sus hijos a ser más autónomos y más capaces de ser felices; es un ejercicio de sensibilización".

Schujman también es autor de textos para estudiantes de escuelas secundarias en las áreas de Formación ética, Filosofía y Derechos humanos.

Agencia El Universal



Los tomos surgen a partir de un trabajo entre maestros y padres de familia.

¿Puede renacer el amor?

México, DF / El Universal.-

Incluso aún después de que una relación ha terminado, algunas personas guardan escondida una esperanza de, algún día, regresar con su ex pareja para vivir una segunda parte de una historia que, a su parecer, ha quedado inconclusa.

¿Puede renacer el amor? Es la pregunta que muchas personas se hacen en busca de una ilusión que les permita seguir soñando con un reencuentro y cuya respuesta, para el psicólogo Eduardo Distel, miembro de la Sociedad Psicoanalítica de México (SPM), es que sí, el sentimiento puede resurgir.

Sin embargo, matiza, antes se debe comprender bien qué es el amor, al cual considera como sentimiento que nace de un conocimiento pleno de la otra persona, sin idealizaciones y con la conciencia plena y la aceptación de sus defectos y virtudes.

"Hay muchas personas que sólo ven las partes buenas o que tienden a depositar mucho en la necesidad que tienen del otro y no están viendo a la persona completa, nada más partes, o quieren crear a la persona, moldearla a su manera, como si fuera barro", explica Distel. "El amor es tanto lo bueno

como lo malo de la otra persona, si se comprende eso, creo que sí puede renacer el amor".

Señala al tiempo como un aliado importante para que una relación renazca, pues mientras estén separados, se puede pensar en las partes buenas y malas de la relación y evaluar si es posible iniciar de nuevo o si el olvido se ha de encargar de sepultar cualquier esperanza.

"Lo importante es revalorar por qué terminó la relación pasada, reelaborarla para poder empezar desde cero, comprender si las razones por las cuales acabó no van a poder manejarlas, entender si uno está dispuesto emocionalmente para volver", considera el psicólogo.

Una vez que se ha llegado a una conclusión, añade, "el chiste sería reconquistar al otro, volver a salir, volver a enamorarse y verse como si fueran personas diferentes, pues el tiempo los ha cambiado. Deben reencontrarse con esta nueva persona que tiene otras características diferentes y ver si pueden convivir con eso".

Aclara que una persona debe estar completamente segura de querer volver, analizar a fondo la situación, y

ser consciente de que la otra parte podría no desear lo mismo, por lo que aconseja "ser claro desde el primer momento" para exponer sus intenciones y no dejar lugar a malos entendidos.

Invitar a salir a una ex pareja es, en la mayoría de los casos, para tratar de retomar la relación, ya que cree que es muy complicado que se dé una relación de amistad, aunque no lo ve como algo imposible.

"Es muy difícil sobrellevar una relación de amistad (con una ex) por todo lo vivido. Hay muchas condiciones, una persona que te importa mucho, que significó mucho, siempre hay cierto recelo, por eso es difícil, pero no imposible, se dan casos, pero depende de cada quién", expone.

Por lo tanto, aquel que se decide a intentar revivir una relación debe estar bien seguro y tener claro lo que va a hacer, pues no puede invitar a salir a la otra persona pensando en una amistad y terminar enamorándose, pues puede ser perjudicial para ambos.

En ocasiones, sin duda, algunas ausencias pueden lograr que el amor renazca, ya sea por la madurez que adquieren las partes involucradas o



Una persona debe estar completamente segura de querer volver a relación, porque las circunstancias de ambos cambian y se dan las condiciones necesarias para que el sentimiento vuelva a florecer.