



**UNIVERSIDAD NACIONAL
AUTÓNOMA DE MÉXICO**



FACULTAD DE CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIALES

LA CONSTRUCCIÓN DEL SUJETO ADICTO

**Tesis
Que presenta**

**Carla María Falcón Muñoz
Para obtener el título de**

**Lic. en Ciencias de la Comunicación
Especializada en Publicidad**

Director de Tesis

Prof. Antonio Delhumeau Arrecillas

2007



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

AGRADECIMIENTOS

En primer lugar le agradezco a Dios el haberme permitido terminar este arduo trabajo a través de su constante relación conmigo en la vida, al ponerme con las personas apropiadas y ser la luz del sendero en momentos de desesperación cuando sólo pensaba en “tirar la toalla”. Al final ha sido muy gratificante y he comprobado que las batallas más difíciles de vencer son las más satisfactorias.

Al Gran Maestro Antonio Delhumeau por haberme acompañado en el camino y por alentarme siempre a dar pasos nuevos. A mis padres por haber tenido paciencia y darme su apoyo constante en todos los altibajos, y a mi hermana por enseñarme cosas nuevas día a día y mostrarme otra perspectiva del mundo, para mí eres una gran jovencita que siempre admiraré. Especialmente le doy gracias a Guadalupe Contreras por ser la facilitadora de todos los procesos y como dijo un día “es como en la cocina, hay que poner a cocinar varias cosas a la vez” y el primer fruto de ese trabajo son estas páginas.

Marco Alcántara gracias por los minutos que has compartido conmigo, por habernos dado la oportunidad de escucharnos y por estar siempre dispuesto a dar un acogedor abrazo. Compañeros de carrera, son muchas las personas que pudiera mencionar aquí, mas he de limitarme sólo a unos cuantos, sin dejar de expresarles que todos y cada uno aportaron algo importante en mi formación humana, en especial a Miriam Ríos, Alejandra Campos, Guadalupe Gómez, Alí González, Gisela Valencia, Estefanía Izquierdo, Claudia Alejandri, Yurilia Castro, Jorge Corona, Javier Nava y David (el observador posmoderno) Yáñez.

Especialmente a Carlo Angie Núñez quien a la distancia sigue siendo una presencia espacial en mi vida, en donde estés amigo mío se que estaremos juntos en la eternidad. También quiero darle las gracias a mis alumnos por haberme compartido sus ideas e invertir su esfuerzo durante las clases, muy especialmente a Mariano Wlathe, Alejandra Márquez, Arendi Segoviano, Sinhue Morales, Omar Porras y Noé Anotzin.

Amigos cuya familiaridad ha sido elegida, lo cual le da un valor incalculable a la bella relación que llevamos, gracias por formar parte de mi vida a Fam. González Moreno a quien le guardo especial afecto, a Abigail Alva por haber sido instrumento de bendición para mi vida, a Emiliano Gaviño por compartirme sus conocimientos musicales y a María Escalante por ser una mujer tan profesional y dulce.

Por último me complace mencionar a algunos de los instructores de mis pasos (mis queridos profesores) a quienes llevo en el corazón: Luis Fonseca, María Teresa Contreras, Rossana Cassigoli, Laura Medina Pedroza, Antonia Camarena, David Navarrete y Armando Vazquez Puga. Gracias a todos por haber aportado grandes cosas a mi andar en el sendero de la vida.

La Construcción del Sujeto Adicto

Página

Agradecimientos -----	1
Introducción -----	3
1 El sujeto en relación consigo mismo -----	5
1.1 Reconociendo el terreno interno-----	8
1.2 Selección de materiales para construirnos-----	12
1.3 Transitando con libertad por el camino elegido-----	20
1.4 Desesperación y soledad: búsqueda de reemplazos afectivos-adictivos-----	24
2 El sujeto familiar en comunicación social -----	27
2.1 La inducción familiar-----	32
2.2 Selección de materiales para construirnos -----	46
2.3 Establecimiento de límites dentro de la dinámica familiar-----	49
2.4 Incomunicación: miedos y refugios adictivos-----	54
2.5 Lazos de desesperanza: compañeros en el dolor-----	56
2.6 La pérdida del sentido de la vida-----	58
3 Los refugios más solicitados -----	64
3.1 Alcoholismo-----	64
3.2 Drogadicción-----	66
3.3 Codependencia -----	68
3.4 Problemas con la manera de comer-----	71
3.5 Las adicciones a y en Internet-----	72
3.6 Ludopatía-----	76
3.7 Sin palabras...-----	78
4 Campaña social: “Enfrenta tus emociones libérate de adicciones”	79
Conclusiones -----	85
Bibliografía -----	86

INTRODUCCIÓN

El creciente peso específico de la relatividad y la indeterminación, en términos sociales, culturales, morales y psicológicos ha conducido a la búsqueda de certezas artificiales como lo son las diversas adicciones. De hecho es posible hablar de una sociedad adictiva con una comunicación propia característica.

La enorme relevancia del tema se acentúa con las crecientes e imparables estadísticas que adscriben a un sin número de personas a diferentes tipos de adicciones, mismas que son referidas en esta investigación más allá de una mera conducta compulsiva dirigida a una acción u objeto específico.

Los objetivos establecidos para poner en la mesa el tema de las adicciones se hicieron a partir de las sujeciones de los seres humanos y su propensión constante a caer en ataduras diversas sin importar su nivel socio económico, su nacionalidad o edad.

La meta es divulgar un nuevo enfoque de estudio en materia de adicciones que de pauta a nuevas herramientas para enfrentar un tema bastante estudiado en diversas áreas del conocimiento. Con este propósito se realizó una campaña social cuyo principal fin es provocar a la audiencia a hacer una reflexión o despertar su atención para que así, acudan a la Página Web y puedan documentarse ampliamente sobre el tema; ya que a través de la campaña se ha llevado parte de la información a las calles donde transitan a diario y en donde cada ser humano está inmerso en sujeciones adictivas, en ocasiones sin imaginarlo.

De esta manera la hipótesis “toda adicción se basa en un fundamento afectivo propio de la sumisión del ser humano y su carencia de lenguaje para explicarla” queda establecida con los recursos utilizados para la exposición de los casos y los datos recabados en las diversas fuentes de investigación.

El interés y desarrollo del tema surgió en la raíz etimológica de la palabra sujeto, misma que se incluye desde el primer capítulo. La idea de que el ser humano al estar dotado de su propio cuerpo ya está sujeto a los límites del mismo (por las propias condiciones biológicas que ello implica), despertó un gran interés para seguir el tema y llevarlo desde la relación propia del sujeto con él mismo hasta su relación con el resto de la sociedad y los otros adictos.

Por lo tanto, la importancia de reconocerse a sí mismo resulta un tema de vida o muerte, alguien que desconoce los límites de su cuerpo se enfrenta con su propia muerte. Lo mismo sucede con la mente, ya que ignorar los límites y alcances de cada una de las características emocionales puede tornarse en la disminución progresiva de la calidad de vida de los sujetos.

Tal degradación se observa en la aparición de sentimientos de desesperación y soledad, los cuales son detonadores en la búsqueda de reemplazos afectivos que en su faceta compulsiva se les conoce como adictivos.

La otra cara de la moneda es el aprendizaje, es decir, todo aquello que se incorpore a la vida cotidiana del sujeto como herramienta para resolver problemas día a día. Los elementos que se van recolectando aumentan las opciones del ser humano y con ello van incrementando su libertad de decisión, pues encuentran más opciones y con ello, menos frustraciones en su vida. Este recorrido interno del sujeto consigo mismo se encuentra en el Capítulo I, donde se incluyen algunos ejemplos cotidianos que revisten la relevancia de este proceso interno.

La siguiente etapa será la vida social a la que se integrará el sujeto a lo largo de su vida. El primer contacto se da en la sociedad familiar, en donde se aprenden las bases fundamentales para ir construyendo el propio camino, por esta razón resulta de gran valor hacer una adecuada selección de cualidades y herramientas para cada uno. Ya que la peculiaridad de cada sujeto hace necesaria una selección igualmente peculiar de las características aportadas por cada miembro de la familia, lo cual se traduce como el establecimiento de límites y alcances en la relación con cada familiar, es decir, qué aceptar y qué no de que transmite cada miembro de la familia. A partir de esta selección, se desarrollará la forma de vincularse con el resto del mundo. Las deficiencias y excesos serán expuestas al crear lazos sociales externos. En el Capítulo II llamado El sujeto familiar en comunicación social se hará un seguimiento de esta segunda etapa.

El Capítulo III hace un breve semblanza de las adicciones más recurrentes a nivel mundial: alcoholismo, drogadicción, codependencia, problemas con la manera de comer, adicciones en Internet y ludopatía, así como una breve semblanza de las llamadas sociedades de riesgo. El 4to. y último capítulo será el desarrollo de una campaña social que incluya el nuevo enfoque planteado en toda la investigación anterior.

1 EL SUJETO EN RELACIÓN CONSIGO MISMO

En esta tesis se considera que los sujetos están dotados de libre albedrío o, lo que es lo mismo, libertad de decisión, sin importar que el sujeto acepte o no él se encuentra condenado a liberarse de sus ataduras. La noción de sujeto que se desarrollará mostrará el proceso del camino que ha de recorrer cada uno a lo largo de su propia vida.

La palabra sujeto proviene del latín *subjectus*, cuyo significado literal es puesto debajo o someter.¹ El término ponerse debajo implica la existencia de algo encima o arriba de y someter tiene que ver con detener o coaccionar algún quehacer. Siguiendo esta descripción de sujeto, el ser humano bajo esta denominación, encuentra como primer límite en su vida a su propio cuerpo, ya que aunque en algunas ocasiones sus deseos vayan hacia la transgresión de su propio cuerpo, en el plano de la realidad existe un impedimento inmediato y concreto: por ejemplo, nadie puede volar por sí mismo por más que así lo desee, entre otras limitaciones del organismo.

El cuerpo humano posee un conjunto de características biológicas, como ser mamífero, omnívoro, entre otras muchas condiciones. Cuando los seres humanos, empujados por sus propios deseos, intentan vulnerar sus límites biológicos, surge sin remedio y al instante siguiente una consecuencia. Como ejemplos extremos de este tipo de condiciones nos encontramos con compulsiones como el deporte extremo, la anorexia e incluso ciertos tipos de vegetarianos compulsivos.

Así el ser humano como sujeto, para poder construirse como tal, necesita conocer sus limitaciones. Pensemos en el sujeto como en los límites terrestres de un país; la delimitación del territorio indica qué puede hacerse o no dentro de esa porción de tierra, para ello está escrito un acuerdo social de cómo ha de llevarse a cabo la convivencia en ese país. Pues al igual que una nación, el ser humano tiene que reconocer las características y límites de su propio cuerpo para saber, en primera instancia, las cosas que no puede hacer y deducir, de esta forma las que sí puede llevar a cabo de manera concreta.

No estamos hablando aquí de lo que él desea de sí mismo, sino simplemente de lo que es como ser vivo que habita un espacio determinado por su propio cuerpo. Si los humanos no podemos construir una relación con nuestro propio cuerpo estamos arriesgando nuestra vida.

¹ Cfr. Real Academia Española. *Diccionario de la Lengua Española*. Vigésima edición (versión Internet). **URL: <http://buscon.rae.es/draeI/>**. Fecha de consulta: 25 de noviembre de 2006

Volviendo al ejemplo del deportista extremo algunas de estas personas manifiestan sentir placer al “llevar su cuerpo al límite”.

En un grupo x que se dedica a hacer excursiones a diversos puntos del mundo, con el fin de transgredir las leyes de su propia naturaleza, encontramos a 10 jóvenes de entre 20 y 35 años, el 100% de los integrantes del equipo ha sufrido algún tipo de lesión grave y el 40% tiene daños de salud irreparables, tales como presión arterial elevada, daños en los pulmones y lesiones cardiacas que, en una situación común, sólo se presentan en personas mayores de 50 años.

El promedio de vida de una persona que se dedica a “llevar al límite las leyes de la naturaleza” es muy corto. Se dice que desde que se empieza a practicar el deporte extremo (puede ser desde lo 13 años), se tiene un promedio de vida no mayor a los 20 años, sumando el alto riesgo de sufrir accidentes fatales.

Lo relevante de este ejemplo es que la mayoría de quienes se dedican a estas actividades realmente no están concientes de la muerte que esto les puede ocasionar; cuando surge angustia de muerte en alguno del equipo, rápidamente los demás funcionan como “apoyo” para contener esa angustia y mantener la calma dentro del grupo. Se forma un grupo de apoyo que consiste en evitar sentir angustia de muerte olvidándose de que pueden morir.

Quizá suena inverosímil, pero basta observar a cualquier grupo con actividades similares para darse cuenta de su mecanismo de acción, pero volviendo a la relación del sujeto con él mismo hablemos del concepto de relación. Relación en una de sus acepciones quiere decir correspondencia de algo con otra cosa y correspondencia significa pagar con igualdad¹. Ahora, ese sometimiento que implica ser un sujeto del cuerpo en relación consigo mismo implica que todo acto de transgresión de una ley natural tendrá una consecuencia, en otras palabras a toda acción corresponde una reacción, y como su significado nos lo dice toda acción paga con igualdad una reacción.

En nuestro ejemplo de los deportistas extremos, ellos transgreden los límites de la presión atmosférica que soporta su cuerpo y con igual medida reciben las consecuencias a través de lesiones cardíacas y pulmonares que, sin duda alguna pueden matarlos instantáneamente.

El ser humano que no conoce qué es su cuerpo, de qué está compuesto, qué le permite hacer y qué no se conduce con actitudes que lo llevarán inevitablemente a la muerte. Lo

¹ ÍBIDEM

anterior no significa que una persona “sana” no vaya a morir, significa que quienes pasen los límites probablemente adelantarán su fin o reducirán su calidad de vida. Incluso podemos hablar de que se matarán en vida, porque vivir no es sólo estar aquí y respirar, sino estar bien aquí y obviamente su bienestar se irá minando al seguir llevando a cabo acciones contrarias a sus límites corporales.

En segunda instancia y no en un plano menos importante, encontramos los límites de nuestra conformación psíquica, los cuales, al igual que nuestro cuerpo han tenido un desarrollo particular que ha sido alimentado por experiencias de vida tanto compartidas como subjetivas. Al final, el sujeto se encuentra debajo de muchas cosas desde su llegada a la vida porque es un ser co existente y co creador. Entre las estancias superiores podemos ubicar a la naturaleza o la sociedad.

Así el espacio móvil del sujeto de cuerpo y mente se ve enmarcado por el terreno conocido de la vida, porque no se puede ir más allá del terreno conocido ¿cómo se podría caminar en el bosque bajo la oscuridad sin la lámpara de la experiencia propia o colectiva? En un momento así, el hombre más avanzado en la liberación de sí mismo frente a su mente y cuerpo, será aquel capaz de trazar nuevas sendas en medio de la bruma boscosa. La verdad le será presentada bajo las botas enlodadas de sus nuevas pisadas para convertirse en el co-creador de nuevos horizontes.

La luz de nuevas sendas será utilizada cuando el explorador libre de cargas esté dispuesto a usar su lámpara y hacerse cargo de su mantenimiento, porque aún la luz más brillante puede perderse en medio de la dejación y el perjuicio del envanecimiento de uno mismo. El campo de las posibilidades se amplía en la medida de las expectativas del co-creador.

La palabra expectativa nos ofrece un sendero nuevo a explorar si la observamos desde su origen etimológico “Del latín *expectātum*, mirado, visto”¹ Nos está diciendo claramente “pon en la mira, cercano a tu vista” las cosas que de corazón quieres. Un ejemplo muy claro de esta verdad es el entrenamiento emocional que viven los atletas de alto rendimiento. Una de las técnicas que utilizan es la de la visualización, la cual consiste, en observar mentalmente cómo conseguir la meta deseada (anotar un gol, correr una distancia en cierto tiempo, ganar un set, entre otras) para luego actuar con las herramientas que su reflexión les ha aportado.

Crear es crear y la falta de responsabilidad ante esta sentencia ocasiona la pérdida del sendero pues ¿cómo puedo concentrarme en el sendero del bosque sino he decidido si quiero

¹ Cfr. Real Academia Española. *Diccionario de la Lengua Española*. Vigésima edición (versión Internet). **URL: <http://buscon.rae.es/draeI/>**. Fecha de consulta: 25 de noviembre de 2006

explorarlo? La imposición de la voluntad de los paradigmas aceptados ha tenido como consecuencia el alejamiento del principal propósito del hombre: la co-creación.

El entorno estático no existe y cuando no existe una búsqueda personal del camino, no sólo se permanece sino se empobrece, como la piedra de río que se obstina en fluir con la fuerza de las aguas enmohece, así también se va corrompiendo la actitud del sujeto inmóvil, porque no puede detener su naturaleza cambiante y entonces comienza a generar obstrucción a las otras piedras de río y su deterioro es paulatino y continuo, al igual que su medio ambiente. "Tenemos una responsabilidad intransferible de todo lo que hacemos u omitimos"¹ A su vez, recordemos que somos energía "La materia no se crea ni se destruye sólo se transforma" y no existe un estaticismo del sujeto en tanto que se transforma, pero sí se va perdiendo de sí mismo al retenerse en el incontenible devenir de la vida, es decir él puede decidir no ir con la vida pero ésta seguirá su paso aún sobre el sujeto.

1.1 Reconociendo el terreno interno

Para comenzar este subtema se considera necesario hacer un muy breve recorrido del desarrollo humano, en el cual tomaremos como esquema conceptual las fases postuladas por el psicoanálisis.

Freud plantea que el niño es un perverso polimorfo, que busca el placer por diversos medios, de diversas maneras. La sexualidad infantil es bisexual, indeterminada y puede proyectarse en cualquier dirección, su finalidad esencial es el placer. Pero esta libido amorosa y asocial evoluciona en el marco del proceso de inscripción del individuo en un orden cultural. El sujeto humano se constituye como tal dentro del conflicto entre naturaleza y cultura, entre pulsión y moralidad.

Recibe placer por cualquier zona de su cuerpo "las regiones que dan origen a la libido se les llama zonas erógenas, aunque en realidad el cuerpo entero es una zona erógena semejante"²

- a) Fase Oral: responde a la primaria función de succión característica de los mamíferos, que luego se convierte en la erotización de la zona bucal y con ello en la búsqueda de la satisfacción constante. Muestra clara de esta fase es el momento en que los bebés se quedan dormidos durante el amamantamiento sólo jugando con el pezón de su madre o

¹ KÜNG, Hans. *Conferencia de la Fundación para la Ética Mundial en México*. 26 de marzo de 2007

² FREUD, Sigmund. **Esquema del Psicoanálisis**. Pág.38

incluso mordiéndolo mostrando visibles deseos de hacer cuánto quiera con lo que le es propio.

Se dice que le es propio porque en esta fase el bebé no ha identificado a la madre como un otro, sino como continuidad de sí mismo, al igual que todo cuanto está alrededor de él. El pequeño “ego andante” se concibe como el centro de un todo del que emanan todas las cosas.

- b) Fase Anal: Aún sus desechos los tienen como propios siendo un proceso inconcebible para él poder soltar esa parte de sí mismo; en este momento el objeto de deseo del niño (la madre) es quien puede hacer la transición para lograr que, desde entonces, el vástago comience a soltar, pues comienza a generar placer en retenerlo todo.
- c) Fase Genital: el descubrimiento de la genitalidad del niño (a) lo conduce a la percepción de la ineludible diferencia, situación exacerbada incluso por los programas televisivos para niños en los que una de las actividades recurrentes es encontrar la diferencia y segrégala. Lo cual nos indica que es una actitud presente en las dinámicas sociales que los sujetos (de poder) desarrollan;
- d) Fase Fálica: de ahí se desprende la puntualización del *falo* (pene erecto) poder hacer o llevar a cabo cosas que quien carezca de éste no puede, sin embargo también ocurre a la inversa porque al no tenerlo también se carece de otros poderes (como parir un hijo, llorar, etc)¹. Al final la presencia/ausencia de un miembro posibilita (otorga poder) y sujeta al ser humano a pautas de acción en medio del caudal de interacciones humanas y “el contacto con la realidad no se puede llevar a cabo si uno no está imbuido por los seres humanos y sus interrelaciones”²

Pero antes del contacto social hubo un proceso previo por lo que como propuesta particular se tomará como primera fase, el proceso embrionario del ser humano, en el cual surgen los primeros contactos con la vida, es más donde surge la vida humana. Es poco el tiempo en que el embrión tarda en desarrollar los primeros órganos de sensibilidad así como el principio del desarrollo de los órganos auditivos y bucales (3ª semana)³. Esto significa que después de tres semanas de gestación el feto ya es capaz de percibir a la madre y escuchar su corazón, momento en el que recibe el primer contacto con una parte exterior de sí mismo, contacto que lo acompañará el resto de las semanas de gestación.

¹ Cfr. César Bono en *Defendiendo al cavernícola*

²COMPANYS, Antoni. **Pregúntale a Krishnamurti**. Pág.126

³ HIGASHIDA, Bertha. **Ciencias de la salud**. Pág. 215

Desde ese momento el embrión ya tiene interacción con otro organismo y, dada su actividad neuronal, un mecanismo de acumulación sensible resultante de la interacción orgánica madre-hijo. Desde este momento las sensaciones de la madre comenzarán a incidir, no sólo en el desarrollo fisiológico del nuevo ser, sino en su primario desarrollo sensible. Así podríamos llegar a la conclusión de que dicha información queda de alguna manera acumulada en las incipientes neuronas de ese ser. Toda esta serie de datos serán registros reales imposibles de llevar a un nivel de abstracción lingüística (lenguaje) en las posteriores etapas de su desarrollo tanto embrionario como humano en general.

Una vez establecido el momento en que se inicia la primera interacción orgánica, se dará un salto al momento del alumbramiento, en el cual, al ser la madre un ser sumamente vulnerable al apego emocional de su objeto de deseo (el bebé), surge en el proceso de nacimiento: una relación de contención-expulsión en el que la madre lucha por soltar o no al nuevo ser.

Desde ese momento el bebé se vuelve ya un *sujeto* que depende al 100% de las acciones de la madre parturienta, ya que él por sí mismo se encuentra totalmente incapacitado para continuar vivo. En esta averiguación tomaremos como clave este momento para la aparición del sujeto como un ser dependiente o supeditado a una otredad (la madre).

Así la madre se convierte no sólo en el primer vínculo sensible para el nuevo ser, sino en el primer ser al cual el niño ha de someterse durante el proceso de aprehensión-expulsión del parto, ya que en tal acontecimiento éste no posee algún nivel de conciencia que le permita comprender lo que está sucediendo. El momento del parto es el detonante de una eterna lucha entre sujetar-soltar, fenómeno que se verá el resto de la relación madre-hijo.

Y ateniéndonos al esquema psicoanalítico este fenómeno puede observarse claramente durante la etapa oral cuando el bebé está sujetándose al pezón de la madre y soltándose, situación que puede observarse en cualquier amamantamiento cuando la madre se queja de que el bebé no come lo suficiente porque se queda dormido antes de saciar por completo su hambre.

Sin embargo, en la opinión de las madres, el nuevo ser no termina de comer pero, ¿no pudiera ser que percibe sensación de saciedad y, al no tener un sistema digestivo desarrollado y “educado” realmente éste sienta hambre en muy poco tiempo? Si esto fuera así significa que la madre establece un vínculo comunicativo auto-referente basado en sus propias expectativas como mujer adulta y el bebé queda de nuevo sujeto a las especulaciones de su madre.

Hoy en día existen estudios serios abocados a clasificar los tipos de llanto de un bebé, con la finalidad de decodificar el significado de un lenguaje incipiente dentro del desarrollo de la vida humana, sin embargo, cualquier estudio encaminado a este objetivo caerá irremediamente en la mera especulación porque mientras no haya un bebé que pueda constatar tales significados no existe una prueba fehaciente que corrobore la información obtenida.

Al final esta información de tipo especulativa sólo sujetará de nuevo al bebé a las expectativas de la madre, la cual basada en suposiciones teóricas responderá a los llamados (llantos) de éste basada en criterios poco confiables y poco comprobables.

Como estos sucesos no se pueden corroborar, el bebé al final se enfrenta a no poder sobrevivir por sí mismo y en el momento en que siente hambre o deseos de ser atendido irremediamente será sujeto de las expectativas de su madre porque sus necesidades no podrán ser autosatisfechas por él mismo, es decir, sin la pronta ayuda de otro ser humano es indefenso e inútil para conservar su propia vida llegando siempre a estar siempre debajo de otro o dependiendo siempre de otro.

Su cerebro está desarrollándose paulatinamente y carece de capacidades de abstracción, por lo que toda experiencia dada en esta etapa de la vida humana será almacenada en el terreno sensible del sujeto y con ello, todo lo experimentado en esta etapa pre-lingüística quedará oculto a la memoria inmediata pero presente a su memoria sensible.

Es importante comprender que el hecho de no poder explicar con palabras las experiencias de esta etapa, no significa que no estén presentes en la conformación integral del desarrollo humano, por lo que pueden existir muchos resentimientos vinculados con la etapa más antigua del desarrollo de su mente sensible.

Posteriormente durante el proceso del desarrollo del lenguaje la mente comienza a adecuar sensaciones a las palabras que va aprendiendo. Este proceso no termina en una etapa temprana del desarrollo sino que continúa a lo largo de nuestra vida. Por ejemplo, cuando estamos enfrentándonos a nuevos conceptos tanto de forma oral como escrita podemos ir liberando sensaciones y dándoles un lugar en las palabras. Al buscar una nueva palabra y leer su significado encontramos no sólo entendimiento intelectual sino una explicación a un proceso emocional que ya hemos pasado.

De ahí la frase hipocrática “nada de lo humano me es ajeno” porque la única diferencia entre alguien que ha experimentado antes un hecho y otro que no es su capacidad para

explicarse todo ese proceso y tomando en cuenta que la capacidad humana tiene un límite (no podemos ir más allá de lo que nuestro cerebro y nuestras emociones pueden procesar), su madurez irá de acuerdo a su capacidad de permanecer sujeto o desprendido de las experiencias que va teniendo a lo largo de su vida.

Por lo tanto, en este subtema podemos concluir que en primera instancia, el ser humano no es apto para construir por sí mismo su constitución psíquica, ésta dependerá de las personas encargadas de la protección y cuidado del niño, por lo cual su desarrollo en términos de lenguaje y vinculación afectiva se encuentra plenamente supeditado a su entorno familiar.

1.2. Selección del material para construimos

El sueño del “hombre prometéico triunfante, que en su camino destruía todo lo que se oponía a su autoafirmación para erigirse en dueño y señor de la naturaleza”¹ es precisamente eso, un sueño, una materia onírica que el bebé también tiene, hecho comprobable al observar al pequeño luchar contra las imposiciones paternas al respecto de su manera de actuar y resolver su cotidianidad.

Por ejemplo cuando es alimentado por primera vez con una serie diversa de papillas que pueden agradarle o no, el bebé responde tragando o escupiendo según sea su agrado o desagrado, así se nutre constantemente de cada momento e interacción con su madre o los demás seres que le rodean, introyecta en su campo del saber (la conciencia) las cosas que le agradan y las que no le agradan, las cosas que lo benefician y lo perjudican, etcétera. Toda esa información que se va adquiriendo a lo largo de la vida, va constituyendo las diversas facetas de cada humano en el campo de sus posibilidades.

Es así como el sueño prometéico permanece en un deseo constante hacia la autoafirmación puesta, a veces, en oposición a los deberes familiares-sociales que van delimitando el terreno espacial y de acción en el que pueden o no llevarse a cabo todos los deseos del niño.

Ahí comienza la instauración de límites, el enrejado de los deseos y la posibilidad de la conservación de la relación social previamente acordada por un grupo, la mayoría de las veces de forma tácita, salvo en los casos donde se instauró un ordenamiento nacional-institucional.

La valoración de los materiales que constituyen a cada sujeto surge de forma emocional y no verbal hasta que se da una conformación de la conciencia lingüística, la cual actúa de

¹ TOURAINE, Alain y Farhad Khosrokhavar. **A la búsqueda de sí mismo.** Pág. 18

manera secundaria cuando el niño ya ha desarrollado lenguaje. Pero desde la aparición de los primeros sonidos (muestras de un lenguaje incipiente) y acciones, ya ha existido posibilidad de hacer una elección, siendo el único parámetro la cantidad de placer que le otorgan los estímulos del exterior que en ese momento es capaz de percibir.

Las únicas posibilidades de acción en un momento dado de la vida del sujeto son, por una parte, la que se encuentra interiorizada en su conciencia, ésta entendida como “Forma superior, propia tan sólo del hombre, del reflejo de la realidad objetiva. La conciencia constituye un conjunto de procesos psíquicos que participan activamente en lo que conduce al hombre a comprender el mundo objetivo y su ser personal. Surge en relación con el trabajo del hombre, con su actividad en la esfera de la producción social, y se halla indisolublemente vinculada a la aparición del lenguaje, que es tan antiguo como la conciencia. El lenguaje ha ejercido una influencia enorme sobre el desarrollo de la conciencia, sobre la formación del pensar lógico y abstracto. Únicamente en el proceso del trabajo, en las relaciones sociales que los hombres establecen entre sí, llegan éstos a hacerse cargo de las propiedades de los objetos, a descubrirlas, a darse cuenta de su propia relación con el medio circundante, a destacarse de este último, a organizar una acción orientada sobre la naturaleza con el fin de subordinarla a las propias necesidades. De ahí que la conciencia sea un producto del desarrollo social y no exista al margen de la sociedad. El pensamiento abstracto y lógico, vinculado al lenguaje, no sólo permite reflejar el perfil externo, sensorial, de los objetos y fenómenos, sino, además, comprender su alcance, sus funciones y su esencia. Sin la comprensión y sin el saber que están unidos a la actividad histórico-social y al lenguaje humano, no hay conciencia. Cualquier imagen sensorial del objeto, cualquier sensación o representación forman parte de la conciencia en la medida en que poseen un determinado sentido en el sistema de conocimientos adquiridos a través de la actividad social. Los conocimientos, las significaciones y los sentidos conservados en el lenguaje, orientan y diferencian los sentimientos del hombre, la voluntad, la atención y otros actos Psíquicos, uniéndolos en una conciencia única [...]”¹.

El segundo aspecto es la pulsión de auto conservación en situaciones de vida o muerte, en donde el proceso consciente de toma de decisiones es automáticamente cancelado para dar paso a un acto natural de defensa primitiva. Situación que puede observarse con claridad en los estudios realizados por el antropólogo Desmond Morris, cuando en su video *Cuestión de sexos*, muestra las consecuencias evolutivas tanto físicas como psicológicas, así menciona el

¹ ROSENTAL, Mark Moiseevich. **Diccionario soviético de filosofía**. Pág. 76

instinto materno de protección a los niños que se da de manera espontánea, salvo en casos donde la madre esté totalmente absorbida por el proceso de civilización del ser humano.

De esta forma el campo de posibilidades se reduce a las elecciones concientes y a los actos inconcientes, mismos que se encuentran regidos por una instancia de auto conservación no sólo física sino psicológica, ya que incluso en actos de locura existen razones lógicas que apoyan al sujeto en la realización de estas acciones.

El ser humano elige todo el tiempo, incluso evitar tomar una decisión, es, al final, una elección que lo coloca debajo de sus propios parámetros (concientes o inconcientes). Así, en un acto voluntario y/o involuntario va problematizando su lugar en el mundo y sus próximas paradas. En ocasiones se anda en caminos muy sinuosos y en otras, en senderos cómodos y agradables, pero en todos los senderos se van resolviendo o dejando problemas. Cuando decidimos hacerles frente se ha superado una lección y cuando dudamos, nos dejamos invadir por el miedo y nos inmovilizamos, le hemos echado un difícil peso a la vida.

Al respecto, un hecho en el que muchos autores coinciden es en la confrontación de los miedos, en este caso veamos el razonamiento que hace Jiddu Krishnamurti en torno a ello:

“Para entender el miedo es necesario observarlo atentamente de manera que se entre en contacto con él. Para que esto sea posible, tienen que desaparecer el observador y el observado, entonces desaparece la huida. El lenguaje y el pensamiento intentan hacer de prevención o colchón para que no haya verdadero contacto entre el verdadero hecho y la persona [...] Separándose del miedo y creando dos entes que se miran entre ellos, el hombre trata de hacer dos cosas: o bien huye del miedo, o bien trata de justificarlo, de analizarlo.”¹

Es importante señalar que el miedo coexiste en el individuo como mecanismo de autoconservación de su propia vida, pero, al verse la vida como un terreno de desprendimiento, éste también es uno de los aspectos que hay que aprender a soltar. Primero Krishnamurti parte de entender el miedo y dice que para ello nos hace falta observarlo atentamente, mas no podemos observar algo si somos presa de él. No podemos observar al oso mientras nos come pero sí mientras está frente a nosotros siendo lo que es: un oso.

De la misma manera el miedo para ser comprendido deberá ser necesariamente proyectado, sin embargo, es un proceso que de no llevarse a cabo de manera conciente ocasionará el señalamiento y repudio de esta parte irrenunciable de nuestro ser. Es decir, querámoslo o no el miedo está ahí y no podemos despojarnos de éste sin poderlo ver, ya que

¹COMPANYNS, Antoni. **Pregúntale a Krishnamurti**. Pág. 42

una vez comprendido el motivo que nos genera el miedo podemos resolverlo. Una vez que sabemos de la fuerza y garras y del territorio del oso podemos dejarlo vivir en paz sin ser nosotros un elemento amenazante para su casa. Dejamos de huir porque hemos comprendido nuestras limitantes.

Si en lugar de observar y comprender, justificamos, entramos en proceso de evasión de la realidad o en palabras de Krishnamurti entramos en un conflicto. Y mientras más nos aferremos a especular sobre un hecho de vida, éste será cada vez más complejo: la libertad es una elección, somos libres de elegir el desprendimiento aún sin saber de su existencia, porque la red de sujeciones nos lleva tarde o temprano al enfrentamiento de elegir o no la libertad.

Los seres humanos somos intérpretes de nuestras propias vidas, porque podemos narrar y describir nuestras vivencias sin que sean las vivencias mismas. Es por este motivo que nuestra vida no va cambiando, sino la percepción de nuestra propia vida y con ello, nuestra realidad. Al principio podemos sólo interpretarla con un instrumento, digamos una guitarra acústica y, con el paso del tiempo, nuestro relato se va enriqueciendo con instrumentos nuevos como la fortaleza, la paciencia y otros grandes instrumentos que van conformando una gran orquesta y con ello podemos hacer una creciente armonía.

Mas eso no es sólo una elección sino la única salida en ese momento. Las herramientas que vamos adquiriendo nos dan la pauta para el ritmo de nuestros pasos, así, en ocasiones podemos correr, en otras detenernos un poco u en otras sólo agacharnos y sentarnos el tiempo suficiente para encontrar nuevas armas en la vida y como en toda buena sinfonía siempre existirán otros sujetos que acentúen o disminuyan lo que sea necesario.

En esa pausa, donde no hay algo que pueda hacerse, nos queda el sentir todo eso que ha quedado pendiente: Un paquete con dolores, miedos, alegrías y todo tipo de emociones (algunas aún no nombradas) que vienen desde dentro o desde aquellos que nos rodeaban mientras luchábamos por sobre vivir.

Y, estando allí, desnudo y sin máscaras surgen las más arriesgadas y terribles formas de evitar esos dolores y miedos. Nadie quiere mirar al monstruo o a los demonios que le atormentan dentro de su sombra (cfr. Carl Jung). Sólo anhela con toda su fuerza, poder terminar, por un instante más, con todo ese malestar o malestares que le afligen. Es ahí donde los sustitutos y las acciones temerosas emergen como el escudo más seguro. Como aquella armadura oxidada que, con el tiempo, nos deja paulatinamente con menos movimiento.

Pronto dejamos de vernos, y las cosas que aparecen, son bellas siluetas dibujadas de color y rellenas de melancolía. Incapacitados para rendirnos ante semejante agonía, vamos construyéndole una y mil torres a nuestros castillos de mentiras. La propia construcción del “maya”[∞] nos sirve para acomodarnos en nuestras vanas ilusiones y nos vamos dedicando a alimentarlas. Todo cuanto pasa ahora en nuestras vidas se vuelve un nutritivo alimento a nuestros problemas. De la incapacidad de auto contemplación (darse cuenta) nace la insensibilización del sujeto hacia sí mismo y su entorno quedándose sin posibilidades de elegir porque ha elegido permanecer en la realidad interna antes de confrontar el entorno real del que se forma parte.

El conocimiento entonces, rebota en las superposiciones ilusorias del sujeto para alimentarlas y satisfacer una y otra vez, un placer ilusorio dotado de sensibilidad y aparente satisfacción auto renovada con el fin de evitar a toda costa los propios conflictos de la vida cotidiana. Lo anterior se ve más claramente tratado por Jiddu Krishnamurti cuando dice “estamos limitados por leyes sociales, por cierto código moral, y estamos agobiados por diarias perturbaciones y problemas; si podemos encontrar alguna clase de consuelo, algún medio de escape de todo este conflicto y desdicha, muy fácilmente quedamos satisfechos”¹

De esta manera se va construyendo el sujeto para sí mismo, el sujeto familiar y el sujeto en comunicación social. Tres ejes fundamentales de la vida de todo ser humano porque el diálogo con uno mismo, resulta ser, al final de cuentas, el diálogo con el mundo exterior, porque ahí aprendimos a dialogar y recordemos que lo llamamos sujeto porque permanece subyugado a toda esta cadena educativa, civilizadora e incluso de autoconservación natural, todas ellas forman parte de los límites “territoriales” del hombre.

Nuestro cuerpo, sin duda, no nos deja de recordar todo el tiempo que también hay hechos y conflictos pendientes. Y siguiendo la más pura ley física de la energía, como “la materia no se crea ni se destruye sino se transforma”, nosotros como sujetos cocreadores o cotransformadores, tenemos la libertad de elegir, enfrentar o evadir, pero nuestra de vida, en ocasiones, no hemos tomado las herramientas. En realidad es un círculo vicioso: no tenemos

[∞] *Maya*: ilusión; la relación distorsionada entre el mundo interno y el mundo externo. Nosotros sobreponemos nuestras realidades internas sobre el mundo externo y sobre la gente a nuestro alrededor, creando así una realidad ilusoria que bloquea nuestra verdadera percepción. Maya actúa como una lente deformante a través de la cual vemos la vida externa, proyectando la corriente de fantasía interna sobre el mundo externo. Maya también es el nombre que se le da a la *shakti* de Shiva en la mitología hindú. (IMASHLY-Gandhy, Rashna. **La psicología del amor**. Pág. 200)

¹ KJ. **La mutación psicológica**. Pág.5

las herramientas para ver las posibilidades de la vida y, por lo tanto, nos son inasequibles las nuevas e infinitas posibilidades que nos otorga el diario vivir.

El conocimiento da libertad porque le da al sujeto opciones para elegir y puede ir tomando sus propios caminos, pero el conocimiento requiere de experiencia y eso sólo se obtiene con los aprendizajes de las distintas vivencias a lo largo de nuestra vida. De esta manera siempre nos estamos construyendo, incluso en la misma muerte (entendida como la vivencia del pasado y el futuro) nos estamos construyendo.

La cuestión relevante en este punto es la posibilidad de cada ser humano de reconocer su ser y su no ser, es decir llegar a comprender qué es y qué no es, para así poder construir lo que quiere ser. Uno de los postulados freudianos es *el principio del placer*, el cual actúa evitando las tensiones y el displacer. En contraposición con éste, encontramos el *principio de realidad* que “comienza desde el momento en que dejamos de ver el mundo nada más de acuerdo a lo agradable y desagradable, lo que trae por consecuencia que incluso lo real mismo lo tengamos que asumir, aunque sea desagradable.”¹

En la adquisición intelectual puede haber una ruptura, si tomamos en cuenta que durante la concepción, el conocimiento cuerpo-mente se da de manera simultánea, la ruptura de ambas genera una enfermedad, denominada por Sigmund Freud como neurosis. Creemos conocer Grecia por haber leído una enciclopedia o creemos conocer el duelo que se experimenta durante la muerte porque hemos visto sufrir a un vecino por ello, pero eso no es más que un relato vacío de emociones de una vivencia que no se aprenderá hasta ser experimentada en carne propia. Sólo cuando sucede en simultáneo emoción y mente podemos hablar de una experiencia vital completa, pues en el caso contrario encontramos un estado de confusión ante la incapacidad de podernos explicar lo que nos pasa y lo que sentimos, que es lo que sucede cuando no hay una abstracción de las emociones en el lenguaje.

Una madre expresó el dolor de haber perdido a su hijo de la siguiente manera: cuando pierdes a tus padres eres huérfano, cuando pierdes a tu esposo eres viuda, pero cuando pierdes a tus hijos ni nombre tiene.

En ese hecho doloroso no cabe la descarga del dolor en un código de lenguaje, sólo está ahí sin capacidad de ser nombrado y en la mitología wiccana se vence al demonio cuando puede ser nombrado. Esta es una figura simbólica del poder de descarga que contiene el nombrar a las cosas. Así se explica cómo se vive de manera diferente en idiomas diferentes,

¹ Cfr. Freud, *Formulaciones sobre los dos principios del acontecer psíquico. Obras completas*, Vol. 12, Edit. Amorrortu, Buenos Aires, 1996. P. 224.

es decir, el lenguaje no es sólo un grupo de códigos intercambiables entre sí, de hecho hay muchas frases que son similares entre dos idiomas pero culturalmente no son lo mismo. En inglés por ejemplo I love you se usa indistinto para el amor filial y el amor pasional, mientras que en español existe el querer, el apreciar y el amar, que aunque en inglés podrían ser lo mismo en español tienen cargas afectivas muy distintas. El lenguaje es, pues, no sólo un código desprovisto de emociones sino un tejido emotivo cultural de las manifestaciones de los pueblos.

Así, el relato externo de un hecho jamás tendrá un peso siquiera similar a las vivencias mismas, ya que el conocimiento intelectual se encuentra desvinculado a la experiencia afectiva de los sujetos. Pero los datos adquiridos por este medio son herramientas presentes en la mente de los sujetos para poderse aplicar *a posteriori* según cómo se vayan presentando los acontecimientos en sus vidas. En este caso el sujeto posee plena libertad de elegir una serie de elementos teóricos, vivenciales y provenientes de su interacción con el mundo que lo rodea. Es decir los elementos teóricos que adquiere mediante la lectura y enseñanza, elementos aprendidos a través de su propia experiencia y los discursos en los que él se ve envuelto, siendo estos dos últimos materia de análisis de los capítulos subsecuentes.

Para explicar el reconocimiento vivencial de los sujetos, es necesario comprender su desarrollo cognitivo, ya que sensorialmente (desde que se es embrión) el sujeto percibe los sucesos que le rodean desde una visión, si bien muy limitada, gradualmente creciente (tomando en cuenta una condición de vida considerada como “sana”¹) y transformable. La segunda cualidad es muy relevante en tanto que el sujeto es creador de sus vivencias.

Todo comienza en los primeros años de vida donde se constituyen las predisposiciones, lo cual se define como “determinar algo anticipadamente”. Dichas determinaciones tienen un origen normativo primario que surge en el momento en que el sujeto comienza a estar debajo de las reglas y parámetros del mundo que lo rodea, siendo su primer parámetro su cuerpo mismo. Es decir, la primera limitante del ser humano es su composición fisiológica, la cual determina su funcionamiento corporal. Es decir, el bebé se enfrenta a no poder hacer consigo mismo lo que se le antoje (como meter la mano al fuego, saltar de un lugar alto, entre otras cosas) y esto le crea una sensación de insatisfacción y frustración de sus deseos en un primer momento. Mas al ser un bebé un sujeto incapaz de autogobernar sus impulsos, es necesaria la pronta aparición de los límites que proveen, en primera instancia los padres (o tutores que

¹ Sano: que goza de un estado en que el ser orgánico ejerce normalmente todas sus funciones. (Cfr. Diccionario de la Real Academia de la Lengua)

ejerzan la misma función) y posteriormente el resto de la sociedad. Es decir el sujeto se construye primero por lo que no puede hacer, por lo tanto se construye de la prohibición antes que de la elección.

Así, el sujeto comienza a almacenar una serie de predisposiciones y determinaciones que, en etapas primarias, han tenido la función vital de salvaguardar la vida del sujeto. Con el paso del tiempo llegan, inevitablemente, los cuestionamientos hacia estas determinaciones primarias, pues el niño comienza a comparar las enseñanzas de sus padres con su entorno cultural por otros sujetos a nivel personal hasta llegar a todos los medios masivos de información. Su propia acumulación de datos a partir de sus vivencias subjetivas, en donde se presentan sus deseos (principio del placer) y su realidad física y social (principio de realidad) le permitirá al yo (síntesis de los deseos y las prohibiciones) hacer elecciones y ejecutarlas.

Hacer la diferencia entre el terreno de lo imaginario y lo real podría pensarse como aparentemente sencilla, porque quién no es capaz de percibir qué está en su imaginación y qué es lo que sucede en realidad. Sin afán de entrar en una disertación filosófica en torno a la realidad, es importante saber que, como sujetos de deseo estamos buscando todo el tiempo recrear nuestros anhelos, de ahí la eficacia de los ensueños colectivos (lugar dentro de la psique colectiva donde se construyen las fantasías) y, entonces somos capaces de distorsionar nuestra percepción para disminuir el nivel de frustración de nuestros deseos, como ejemplos patológicos al respecto encontramos a los diferentes tipos de adicciones de las que se hablará más adelante.

Durante el aprendizaje el sujeto va adquiriendo nuevas libertades, en el caso concreto del desarrollo del lenguaje (el cual también es una limitante, ya que es un código con normas de ordenamiento e intencionalidad), el niño va eligiendo los sonidos que agradarán a la madre con el fin de lograr su aprobación constante, traducida en un deshacerse (de parte de ella) en aplausos sonrisas y mimos que alimentarán el placer ególatra del niño.

El lenguaje (tanto verbal como no verbal) se vuelve el terreno estratégico donde los sujetos puedan llevar a cabo lo que sea con tal de llegar al lugar que les produce placer. El fenómeno carece de distinción entre géneros, la diferencia se establece en los parámetros socio-bio-culturales que los conforman. Sociales en el sentido de la conformación social de la ejecución sexual, biológico en cuanto a sus atributos físicos y cultural referente a sus particulares usos y costumbres.

Todo este contexto diverso influye en la actitud de los sujetos en todos los aspectos de su vida, ya que de ellos se nutre para establecer el juego entre el ello (sus deseos) y el yo (sus síntesis concientes)¹, es decir, qué tanto sede a lo que quiere y lo que puede hacer. En este punto hablamos de la transgresión, un mecanismo de adaptación e integración u oposición al contexto. Aquí se retoma lo que el sujeto quiere o no quiere ser, en ocasiones es más factible localizar lo que no se quiere ser, lo cual tiene su origen en un esquema de aprendizaje instituido de forma previa por un convenio tácito a nivel social. Todo lo anterior, le da la información necesario a los diferentes sujetos de qué pueden o no pueden hacer (según ellos mismos), ya que las limitaciones sociales pueden fracasar en el momento que carezcan de peso afectivo para los sujetos.

1.3. Transitando con libertad por el camino elegido

Como en las partes anteriores comenzaremos por definir los componentes del subtema, teniendo como primera tópica: el transitar.

El primer elemento de este término es ser dinámico y constante, es decir, no se puede transitar permaneciendo estático. Desde el momento en que la vida es un flujo constante podríamos decir que la vida es transitar y para poder movernos en este ir y venir es necesario conocer las corrientes. Como ejemplo puede pensarse en nadar en medio del mar y para lograr hacerlo sin morir tenemos que saber que hay olas y corrientes bajo la masa de agua que vemos. Todo tiene un trasfondo, las cosas no son lo que parecen ser a simple vista.

En el acontecer constante de la vida de quienes se encuentran sujetos existen movimientos que hacen transitar no sólo a una parte del sujeto sino a el resto de las sujeciones del mismo, es decir, los acontecimientos surgen en una red de sujeciones similares formando un todo (una red social) con movimientos que trastocan al resto de la red y el resto influye en el avance de cada sujeto.

En su relación recíproca, no es lo mismo el nivel de conciencia del buzo, el velerista y el vacacionista ciudadano, lo cual significa que quien no está conciente de sus limitaciones (como observamos en las partes anteriores) puede mínimo llevarse una tremenda revolcada y beberse un poco de agua salada. Mientras que quien se conoce, y conoce dónde se está moviendo, puede franquear las olas (a sabiendas de que no es 100% seguro) como el buzo podrá alimentarse de la tranquilidad que otorga el estar en contacto con la naturaleza viva de ese universo poco frecuente para el ser humano; ya que si retomamos la mutua influencia de

¹ Cfr. FREUD, Sigmund. **Esquema del psicoanálisis**.

los sujetos entre sí la creación de los sujetos se da en el atarse a nuevas sujeciones desatándose de otras de manera constante.

Y volviendo al ejemplo del buzo y los otros dos sujetos ¿quién de los tres es más libre de actuar? En realidad ninguno, lo que los diferencia es su nivel de conciencia. El menos afortunado pudiera ser el vacionista, pero dentro de su conflicto también corresponde el camino que ya ha recorrido a lo largo de su vida. Y en eso los 3 son iguales, ya que la manera particular en la que enfrentarán o no ese elemento emergente estará conformada por una serie infinita de acontecimientos pasados, los cuales serán seleccionados de los elementos más presentes o concientes, siendo en posibilidades menos elegible el que se encuentra en los planos más inconcientes.

El número de vivencias efectivas será el nivel de libertad que pueda ejercer cualquiera de estos tres sujetos, pues como mencionamos, en el conocimiento está la libertad, en el conocimiento está la posibilidad de elegir una acto u otro.

Mas será indispensable que vayamos a la luz de un antecesor de la libertad, veamos una conferencia de Jiddu Krishnamurti en donde le responde a su auditorio cuál sería la meta de sus conversaciones: “Sería maravilloso que, el terminar estas reuniones, pudiéramos salir y decir: <<Miren, lo he conseguido>>. No es que usted <<posea>> algo, sino que usted mismo vea que está libre por completo, que se ha convertido en un ser humano con vitalidad, energía, claridad e intensidad [...] De modo que, por favor, si es posible, vamos a poner en esto nuestra mente y nuestro corazón. Hacerlo, no requiere mucho esfuerzo intelectual. El intelecto nada ha resuelto. Puede inventar teorías, puede dar explicaciones, puede ver la fragmentación y crear más fragmentos y si me aferro a ello me hago una posesión del intelecto”¹

Es este diálogo podemos inferir el desapego como el no poseer o ser poseído de nuestros antecedentes o expectativas del futuro. El aquí y ahora es la solución, una frase que se escribe en seis palabras y que en muchas ocasiones no alcanza la vida para comprender. Puede memorizarse sí, o saber de ella pero llevarla a cabo implica hacer un trabajo real, primero de salirse del “yo” (instancia psíquica donde se almacenan las normas y se lleva a cabo el “jaloneo” entre el deseo y la realidad) y luego poder contemplar desde una instancia psíquica llamada observador esos elementos puestos de frente sin afán de condenación, sólo contemplando cuanto surge para poderlo dejar pasar.

¹ KRISHNAMURTI, Jiddu. **La libertad total reto esencial del hombre**. Pág. 15

Lo primero que tiene necesariamente que haber es que el sujeto sepa que puede desapegarse de los yugos que ha adquirido a lo largo de su vida, saber que puede confrontarse en la medida de sus posibilidades adquiridas y que si logra hacer una observación de sí mismo habrá ganado gran parte de su misión en esta vida, porque el reconocernos en nuestras características nos da claridad y, sobre todo la serenidad suficiente para dejar de enfrentar la vida y comenzarla a transitar, sino corremos el riesgo de que nos arrastren las olas.

Ese afán controlador del ego no logra mas que obstruir el constante fluir de nuestros pensamientos y emociones, el no dejar pasar el no dejar de poseernos y poseerlo todo conduce sin remedio a la esclavitud, porque también somos libres de sujetarnos o no a las cosas, las personas, las vivencias y expectativas, mas lo somos en tanto que conocemos la posibilidad de no hacerlo.

Cuando se ha estado tanto tiempo sujeto funcionamos a través de una especie de Síndrome de Estocolmo (un estado psicológico en el que la víctima de secuestro, o persona detenida contra su propia voluntad, desarrolla una relación de complicidad con su secuestrador. En ocasiones, los prisioneros pueden acabar ayudando a los captores a alcanzar sus fines o evadir a la policía.¹), nos volvemos cómplices y exaltadores de nuestras psicopatías. Es decir, nos es más fácil seguir alimentando nuestros miedos y ayudarlos a crecer que comprenderlos y dejarlos pasar.

Simplemente la sensación de vacío interno que esto produce causa altos niveles de angustia y nos impedimos (en un círculo vicioso) poder transitar más allá de los barrotes que nos hemos construido o, en primera instancia, nos han construido los seres humanos con los que hemos interactuado. El poder comprender nos da la visión de acomodar lo que es nuestro y lo que no lo es. Es como limpiar los cajones de un armario compartido, puede haber blusas de ambos en un mismo espacio pero al separar lo que es de uno y otro se conoce el espacio que ocupa cada uno es ese territorio concreto.

Y así, al ir desarrollando una capacidad de lenguaje cada vez más rica, vamos nombrando nuestros demonios y con ello liberándonos paulatinamente de las sujeciones tanto del pasado como de las expectativas que éstas mismas nos generaban.

Elegir, por lo tanto, es un acto de libertad. Cuando nos encontramos con todos los cajones internos revueltos no nos es posible tener presentes los recursos con los que contamos, vivimos absorbidos por un *cronos* que nos presiona a la incesante premura como el

¹ Wikipedia la enciclopedia libre. *Síndrome de Estocolmo*. URL: <http://es.wikipedia.org>. Fecha de consulta: 05.ENE.2007

conejo blanco de Alicia en el país de las maravillas “*es tarde ya, es tarde ya, me voy , me voy , adiós, adiós*” El tiempo al final es el carcelero interno que nos mantiene adentro de la jaula, el que nos recuerda que él está ahí para recordarnos que “no vaya a ser que perdamos el tiempo a lo largo de toda nuestra vida”.

Y el tiempo sí surge históricamente como un mecanismo de ordenamiento social para posibilitar las acciones en simultáneo y, cuidado no se trata de satanizar al tiempo, sino de ser capaces de liberarnos de él. En el camino de la comprensión el tiempo no existe y veámoslo en la imagen del buzo: los buzos tienen que utilizar un reloj al sumergirse en el agua porque cuando nada pierde la noción del tiempo, esto lo pone en riesgo porque al no encontrarse en su hábitat, necesita de un tanque de oxígeno que tiene cierta capacidad y se terminará en un periodo de tiempo, si el buzo no está alerta a este indicador puede perderse en la inmensidad de la profundidad y quedarse sin oxígeno conduciéndolo irremediablemente a la muerte.

Sumergirse en las profundidades de uno mismo no es una experiencia fuera de hábitat que requiera de un indicador pero sí es una experiencia fuera de la esfera social. Una vez instruidos para sumergirnos es tiempo de soltar, pero para poder hacer eso tuvimos que pasar por un proceso de aprehensión como ya vimos desde la gestación hasta ese momento de nuestras vidas en que no hay nada más que fluir en ese mar de vida que nos cobija.

Y ese fin último del desapego es la conciliación con la muerte que autentifica la propia vida, pues hemos venido a sujetarnos de todo antes de soltarnos al fin último de la vida de hombre: el abrazo a la propia e inevitable muerte, que adquiere un sentido opuesto para quien confía plenamente en un ser absoluto y para quien no lo hace. Sin importar la modalidad de ese todo, la paz que da saber que la muerte no es el fin sino el inicio de algo mejor es abismal.

Este camino se ve enmarcado por la selección del camino espiritual o la tradición religiosa que cada uno elija o evite elegir, porque se convierte una acción de resistencia (mecanismo para impedir el cambio como protección para aceptar la incertidumbre) ante la inminente autenticación de la vida a través de la misma muerte.

No se trata aquí de una labor de convencimiento sino de poner en perspectiva la vida frente a la muerte de unos y otros, la cual se ve diferenciada en que para los ateos la vida es finita y para los creyentes la vida es transitoria.

Ahí uno elije transitar o tener un fin y en ir elegir las herramientas que conformarán nuestra vida está también elegir ese elemento divino o no elegirlo esa también es una decisión que podemos considerar en el camino de la contemplación, la maravilla de contemplarnos y

concernos en nuestra totalidad afectiva-intelectual es el poder elegir sin carceleros del tiempo ni ataduras de muchos tipos cómo vamos a construir nuestros caminos, qué materiales vamos a dejar y cuáles vamos a utilizar.

Cuando no podemos elegir es cuando no tenemos opciones y la valía suprema de la interacción social es precisamente el construir un intercambio de experiencias para ir construyendo ese momento de soltarlo todo. En el próximo capítulo podrá verse el sujeto en comunicación social a manera de interacción humano y cómo pueden o no construirse esos puentes comunicativos para lograr aportarnos entre todos enseñanzas cotidianas.

1.4. Desesperación y soledad: búsqueda de reemplazos afectivos-adictivos

Imaginemos al cuerpo y la mente de las personas como un flujo constante de agua, un flujo que conecta las emociones con los pensamientos y que de pronto comienza a llenarse de obstrucciones (piedras, troncos, etc) y entonces deja de fluir y se atora. Comienza, desde sus primeros años de vida a tener conflictos con el entorno en el que se desarrolla.

Desde no satisfacer sus deseos hasta recibir dobles mensajes con respecto a lo que puede y no puede hacer, y volviendo al ejemplo de los territorios nacionales imagínense qué pasaría si esos límites no estuvieran claramente establecidos inevitablemente habría mucha confusión, falta de pertenencia y desbordamiento de conflictos.

Eso pasa cuando una nación vulnera los límites de otra, por ejemplo en una invasión. En definitiva todo se descontrola no se sabe cómo actuar ni como resguardarse, etc. De la misma manera funciona una persona que no tiene claro cómo manejarse, subsiste un estado de angustia desbordado que conduce a la locura. Cuando un límite se ha colocado como imposición y no por negociación existe mucha ira contenida que empuja por transgredir y si el nivel de sometimiento supera en fuerza al deseo transgresor, surge un estado persecutor que sólo puede aliviarse con altas descargas de nuestra anestesia natural: la adrenalina, mas cuando el sometimiento es aún más fuerte el deseo se va alimentando en una dinámica de deseo – prohibición que al final surge en un acto que no puede ser nombrado, en una adicción (*a*, no, sin. *Dicctio*, acción de hablar¹), lo cual si seguimos el modelo wiccano de los demonios pues desataría un batallón de demonios persecutores orillando a la angustia a desbordarse sobre algo, (lo que sea que se presente con mayor cercanía y facilidad).

¹ GÓMEZ de Silva, Guido. **Breve diccionario etimológico de la lengua española.** Pág. 15

De esta manera las búsquedas de afecto (entendido como “La noción de afecto ligada siempre en Freud a la descarga, es decir a un proceso de acción y movimiento Se puede decir que *motion* (impulso) es una calificación general de la pulsión, de la cual el afecto indica una dirección particular (movimiento hacia el interior del cuerpo)”¹ y de transmisión de la energía del deseo se desbordan sobre actos placenteros que buscan una y otra vez la satisfacción, volviéndose así una conducta compulsiva.

Recordando la parte anterior donde se menciona que desprenderse de algo implica necesariamente dejar un vacío, pensemos en la adicción a una sustancia cualquiera, en el momento en que ésta deja de complacer los intereses afectivos del sujeto aparece una etapa de abstinencia en la que puede presentarse la muerte en tanto que no hay algo artificial que sujeta la angustia, ésta se presenta sin más en medio de un síndrome que representa el primer paso a la posibilidad de confrontación.

Un padrino x de AA mencionó en una junta para visitantes que “el mejor momento para acercarse a un alcohólico es durante la cruda” lo cual es lógico, porque mientras permanezca bajo los efectos del alcohol estará obteniendo la satisfacción temporal que necesita y no querrá confrontar algo porque todo lo que siente lo hace estar en una situación de aparente felicidad. Pero en el momento en que debe confrontar su realidad, cada vez que ese adicto esté sufriendo los embates de su adicción se generará una oportunidad para que éste se encuentre posibilitado de escuchar los que se le dice y además estará alentado por su terrible malestar físico y moral.

El camino una vez empezado en la adicción será difícil porque el elemento que empuje a cada sujeto en lo particular a un acto compulsivo estará entretejido con otra serie de elementos que conformará a lo que la imagen del río se traduce como piedras o barricadas de diferentes tipos entre sus emociones y su nivel de conciencia intelectual, siendo pues un trabajo arduo sacar adelante la aceptación de la compulsión y luego la confrontación del vacío y la angustia, generándose pues un estado de desesperación en el que las salidas son seguir siendo presa del falso satisfactor o lanzarse al vacío y contemplarlo para fluir y ser libre de tomar una decisión concreta.

Cuando un ser humano decide lanzarse a llenar sus vacíos con una conducta de cualquier tipo lo único que está haciendo es reemplazar el deseo originario con otro al cual

¹ GREEN, André. **Concepción psicoanalítica del afecto.** Pág. 21

carga de significado y relaciona con su historia de vida. Mi papá me lo dio a probar, estaba con mis amigos y quería ser como ellos, entre otras razones.

Así la resolución del conflicto no está en dejar de hacer el acto compulsivo (eso es apenas el primer paso para estar conciente y poder contemplar nuestros actos) sino en buscar como diría Freud el origen de ese síntoma compulsivo e ir dotando a los sujetos de herramientas para romper una relación ficticia y poder mirarse a sí mismos sin la desesperación provocada por una angustia de satisfacer un deseo reprimido.

Más adelante veremos algunos ejemplos de relaciones sociales que aportan de cierta manera elementos que orillan hacia la práctica de actos compulsivos, los cuales tienen su origen más comúnmente en la relación familiar primaria: la familia (la cual no necesariamente es de tipo biológico sino de convivencia o de ambas según la postura de los diferentes autores), un concepto básico en el desarrollo integral de la vida humana como animal gregario por naturaleza.

2 EL SUJETO FAMILIAR EN COMUNICACIÓN SOCIAL

“El reconocimiento del sujeto familiar es de fundamental importancia para que de una sociedad se pueda predicar que es humana; nada tiene procedencia sobre ello. Aunque en el plano biológico puede pensarse que el matrimonio es anterior a la familia, en el plano social, la familia es anterior al matrimonio: todos nacemos en familias que ya existen y es la sucesión de familias en el tiempo lo que hace necesario el matrimonio para que así, al mismo tiempo que una familia vive y pervive a través de los años en los nietos, bisnietos, etc., las generaciones se vayan sustituyendo unas a otras. Sin familia no sólo no habrían legados ni herencias, sino que al impedirse la transmisión de conocimientos entre generaciones, tampoco habría progreso social.”¹ La función que realiza la familia de cara a la sociedad, lo mismo humaniza a los grupos que a cada uno de sus miembros.

Según el sociólogo José Pérez Adán hay cuatro funciones principales dentro de la dinámica familiar:

- Capacitar a sus miembros para la socialización
- Hacer vivir a sus miembros en equidad generacional
- Transmisión de cultura
- Establecimiento de cierto control social sobre sus miembros

En efecto la primera postulación de ponente nos habla de que ese grupo esencial de humanos intercambiará herramientas para posibilitarse la vida con miembros de la sociedad externa. Dicha capacitación ha de estar dada en un ambiente de equidad generacional, lo que se traduce en otorgar la misma importancia a las aportaciones de hijo, el padre, el hermano mayor, etc. Lo anterior sin perder de vista los lugares de cada uno porque no significa invertir los papeles entre padre e hijos como puede observarse en la relación de Susanne Myer y July en *Desperate Housewives*, sino en respetar las consideraciones de todos y hacer acuerdos en la forma de interactuar cotidiana.

La cultura como un orden social jerarquiza a las tradiciones, hace la función de poner en orden de importancia los aspectos de la vida social (comer juntos, jugar turista los domingos, ir a casa de los abuelos un fin de semana), con ello la familia transmite las cosas que considera importante afectivamente y esto mismo se confrontará con el resto de las familias de la sociedad. Misma que en su siguiente plano será la pareja y deberá aprender a conciliar las diferencias familiares previas para estar en posibilidad de construir algo nuevo.

¹ Pérez Adán, José. *Conferencia Incluir las diferencias: un debate sociológico para un futuro posible*.

Por último menciona mecanismos de control social a los que podemos identificar como límites y alcances de cada uno de los miembros con los demás (respetar la habitación de cada uno, evitar vulnerar los espacios de los otros, acompañar las vivencias sin buscar tomar el control de los otros, entre otras), situación que sólo puede ser lograda una vez establecidos los límites y alcances personales.

“Estas son las cuatro funciones específicas de la familia, por eso el calificativo que mejor acompaña al sustantivo familia no es el de “moderna” o el de “tradicional” sino el de “funcional”. La familia óptima es la familia funcional y el criterio de optimización social es el familiar: hay sociedades mejores y peores en la medida en que tengan familias más o menos funcionales”¹ Sin embargo Pérez omite mencionar los indicadores con los que podríamos calificar como funcional o no a una familia, el éxito de cada uno de los miembros para sí mismos alejado de la condenación familiar es una propuesta como indicador de una familia funcional. Más adelante menciona que “la familia no es una abstracción sino todo lo contrario, es vida, y por tanto es realidad que fluye. Podemos decir que la familia se construye continuamente a través de su afirmación social. Por eso la principal misión de lo público y del gobierno es velar por el sujeto familiar para que siga cumpliendo sus funciones de acuerdo a las sociedades cambiantes.”²

La relación inmediata a describir es la que se da entre padres e hijos la cual es diacrónica y constituye un sujeto social recíproco. “Los hijos (biológicos o adoptados, real o simbólicamente) son condición inexcusable del hecho social familiar que nos hace humanos. El rechazo implícito o explícito, real o simbólico, de los hijos supone la negación del servicio social que presta la familia a través de sus funciones y conforma, por tanto, exclusión en la medida en que se deja fuera del ámbito de lo social aquello que es lo más nuestro como humanos: nuestra condición familiar.

“La comunicación y solidaridad entre las edades, que es concomitante a la pervivencia y continuidad social, es la misión más importante de la familia. Por eso las relaciones ma/paterno-filiales son el eje sobre el que se vértebra toda la sociedad. Conviene recalcar este punto que es muy importante: la familia está conformada por dos tipos de relaciones, la más fundamental es la relación de comunicación vertical diacrónica que se da entre generaciones (abuelos, padres, nietos, entre otras.), la otra es la relación de comunicación horizontal (sincrónica) como la fraternal y esponsal. El reconocimiento es estas relaciones capacita a las edades y generaciones para comunicarse no sólo en el tiempo sino a través de él, y la sociedad es en

¹ Íbidem

² Íbidem

definitiva comunicación a través del tiempo. La sociedad es intercambio y regalo, en la familia aprendemos las normas y disponemos el marco idóneo para entablar contacto y comunicarnos con nuestros semejantes”¹ Mucho se ha hablado de las patologías que ocasiona el abandono familiar, una de las consecuencias más dramáticas de la omisión total del cuidado un bebé es el autismo y eso en caso de que sobreviva físicamente.

Como vimos antes, todo proceso comunicativo se efectúa a través de normas (gramática para el lenguaje, código de tránsito para conducir vehículos, la moda del vestido, entre otros) y el primer contacto con ellas se tiene en la familia. “Un buen aprendizaje de las normas de comunicación social, de los usos y costumbres ‘saludables’, no sólo facilita la vida a cada uno porque contribuye al bienestar general de la sociedad en su conjunto. Al tiempo que uno aprende esas normas aprende a considerar como humanos a los interlocutores y en consecuencia practicamos esa humanidad afirmando la solidaridad con la que cuidamos a nuestros niños que aprenden y a los ancianos que nos enseñaron. Por todo esto lo mejor que le puede pasar a uno es nacer, vivir y morir en una buena, y por tanto funcional familia”²

Las proporciones que adquiere la vida familiar son extensivas y mundiales “para cualquier país la salud y estabilidad del sujeto familiar es la condición más importante para garantizar su progreso y bienestar social. Los países con mayor calidad familiar son también los países con mayor calidad de vida [...]”³ Esto es así, entre otras razones, porque también al llevarnos bien en esta multitud de familias con nuestra multitud de puntos de vista, aprendemos capacitación familiar y se expande nuestro nivel de conocimiento (conciencia, conocimiento) de nuestro lugar en la sociedad. Es en este proceso donde se encuentra la mejor inversión educativa.

Una vez que nos miramos al espejo y descubrimos ante quiénes estamos, entonces podemos entender por qué para nosotros los humanos la satisfacción de sabernos acompañados y cobijados por semejantes que formaron parte de nuestro proceso de vida (la mayor parte del tiempo) nos permite aceptarnos y aceptar con respeto a los demás sin la necesidad de compartir sus opiniones. Mirarse en un espejo es una labor arqueológica, donde los vestigios de los rostros de aquellos aún presentes forman un rompecabezas mezclado de gestos y facciones de muchos ancestros. La mirada aterradora de aquel que observa en sí mismo el daño recibido en su familia cambia sus facciones cuando comprende que sin importar

¹ Íbidem

² Íbidem

³ Íbidem

las circunstancias, todos ellos hicieron lo que pudieron y hoy este nuevo sujeto puede darle un rumbo distinto a sus rasgos imprimiéndoles sus propias decisiones y emociones.

Afuera de uno mismo está el mundo externo, una apreciación a simple vista evidente, pero todo lo que no ha sido aprendido previamente y no se encuentra o encontró en la conciencia para ese sujeto no existe. Es decir imagine una persona que nunca en la vida ha tenido conocimiento de la teoría de la gravedad, pues no se explica al mundo con esos parámetros. Nuestras herramientas son una construcción constante del discurso acerca de nosotros mismos, mas los primeros proveedores externos de estos utensilios son los familiares en general, quienes al final se convertirán en los detonadores del discurso con el que se explicará su propia interrelación social.

“Para Krishnamurti, el yo es el resultado del lo que es el mundo, y al revés, el mundo es producto de lo que uno es. Existe una relación directa que circula en ambos sentidos. En la investigación de uno mismo, del yo como resultado, desaparece la división de lo interno y lo externo. Esa es la auténtica comprensión de la realidad. No hay barreras entre yo y él, entre nosotros y ellos, todos forman parte de la misma unidad, y cada unidad forma parte del todo.”¹

Siguiendo este razonamiento no se puede ver lo que no se tiene, lo cual es tan simple como no poder hablar un idioma sin antes tener el código del mismo. El establecimiento del lenguaje emocional se da desde el vientre materno y cuando este ser se encuentra siendo uno con el todo a partir de sí mismo se interrelaciona desde ese campo de posibilidades creado por todo aquello con lo que tuvo contacto.

Así, darles herramientas a los hijos se vuelve la transmisión de lo que los familiares tienen porque en efecto “nadie da lo que no tiene” como bien dijo una invitada “y” en una junta de AA, quien seguido de esa aseveración continuó diciendo “me sentí culpable por tantas cosas que no pude darle a mi hijo durante muchos años hasta que tuve que enfrentarme a entender que a él también le tocaba cargar su propio paquete y que, si yo no hubiera cometido errores él no tendrá algo que resolver en la vida, por lo tanto perdería su sentido de vivir”

Si bien es cierto que el ser humano comienza a ser sujeto de una serie de interrelaciones familiares incluso antes de ver la luz, también es cierto que el adulto en que se convertirá ese niño tiene un destino por transitar que, a su vez, también puede elegir ¿cómo? En comunicación social.

¹ COMPANYS, Anthony. **Pregúntale a Krishnamurti**. Pág. 131

En eso es muy claro Eduardo Nicol cuando es su libro “Psicología de las situaciones vitales” nos habla de que el sujeto no tiene las emociones sino vive en ellas, es decir, no tiene miedo está miedoso en una serie de situaciones que pueden aludir a una que lo originó o ser producto de un complejo entramado de situaciones vitales¹ (todo sistema psicológicamente considerado)² que ha atravesado a lo largo de su experiencia en la vida, ya que “en la medida que subsista el conflicto todo acontecimiento será añadido al conflicto”³ mismo que servirá como filtro para experimentar la vida misma.

Así se da claramente una transmisión de significantes (metonimia)⁴ misma que funciona como la catectización de los objetos (invertimiento de energía). Dado el alcance de esta síntesis de conceptos aparece la necesidad de hacer un seguimiento más pausado de los distintos autores al respecto.

Por una parte nos encontramos con que el sujeto vive preso de sus posibilidades, no hay más allá de eso para la vida de cualquiera, es decir no hay más allá de lo que se conoce y en la medida de lo que conoce serán su nivel de comprensión, entendida ésta como la vivencia compartida de un mismo hecho psicológico frente a una mismo acontecimiento, lo cual se ve claramente en las palabras de una asistente a la conferencia de adicciones que ofreció CONADIC en el CCH Sur: “Y cuando el chavo dijo y mi amigo se murió, me quedé helada al ver la manera tan ‘x’ en que lo decía... un amigo mío murió hace tiempo y aún no puedo decirlo así, me siento desconcertada en verdad”.

Es que ambos habían vivido una relación vital (experiencia subjetiva y directa entre el sujeto y los objetos⁵) siendo el objeto la muerte de un amigo en situaciones distintas. Su nivel de comprensión era distinto porque sus posibilidades guardaban grandes proporciones. Por una parte, el expositor sólo veía que él pudo evitar terminar igual que su amigo al vivir en drogadicción (se pone énfasis en que él vivía en drogadicción no sólo tomaba drogas) y la asistente no podía sentir esa experiencia porque no le era propia más allá de haber perdido a alguien y esa asistencia dolorosa le impidió hacer un encuentro empático del discurso que estaba escuchando. Una vez más había integrado el exterior a sí misma y le había devuelto al exterior parte de su propia vida.

¹ “La propuesta de la psicología de las situaciones vitales es la comprensión integral del prójimo como un ‘otro yo’” E. N. Pág.35

² NICOL, Eduardo. **Psicología de las situaciones vitales**. Pág.35

³ Cfr. KRISHNAMURTI, J. **Libertad primera y última**

⁴ Revisar Lacan Jacques.

⁵ Op. Cit NICOL, E. Pág.38

Más adelante cuando hablamos de la transmisión de significantes y la carga de afecto sobre los objetos este ejemplo también nos da luz para ver cómo cada cual cargó su discurso de sus propias afectaciones, y es que el discurso también tiene un espacio que se resuelve contestando ¿desde qué sujeciones (encuadres) se expresa? El dolor, el miedo, la insatisfacción, el goce, la erudición, etc. Luego entonces, desde ahí cargará la vivencia de significado afectivo para poner en situación lo que está ocurriendo.

Más adelante veremos cómo se van formando esos encuadres o filtros con los que cada cual significa su propio devenir en la vida.

2.1 La inducción familiar

La familia, según Lauro Estrada (2003¹), como todo organismo vivo, tiene una historia, un nacimiento y un desarrollo. Se reproduce, declina y llega a morir. En cada uno de estos pasos se enfrenta con diferentes tareas: la unión de dos seres distintos con una misma meta; la posible llegada de los hijos, la ecuación en todas sus funciones, para a su tiempo, soltarlos para que estos formen nuevas familias.

A partir de esto, la familia puede ser estudiada como un ciclo de 6 etapas. En cada una de ellas hay dos objetivos principales:

1. Resolver las tareas o crisis propias de cada etapa de desarrollo.
2. Aportar todo lo necesario a sus miembros para que estos puedan tener una satisfacción

Las etapas que Lauro Estrada propone son:

- a. Desprendimiento
- b. Encuentro
- c. Llegada de los hijos
- d. Familia con hijos adolescentes

¹ Estrada, Lauro. *Conformación familiar un reto para el nuevo milenio*. Conferencia

e. Reencuentro

f. Vejez

Es importante recalcar que no es necesario que toda familia pase por cada una de las etapas. Estas, únicamente, sirven como mapa para su estudio y análisis.

Desprendimiento

Podría considerarse que la familia tiene su inicio en la constitución de la pareja, la cual se da en el noviazgo. En esta fase se desarrolla, como su nombre lo indica, el desprendimiento de ambos miembros de la pareja respecto de la familia de origen. Este proceso será fácil o difícil de acuerdo al apego familiar que hayan desarrollado durante su juventud.

Para poder lograr un pleno encuentro dentro de la relación de pareja es necesario un desprendimiento previo y paulatino de los hijos hacia los padres; quienes tratarán de detener a sus hijos para que permanezcan con ellos, evitando así el doloroso “abandono del nido”; los hijos, en cambio, se esforzarán por lograr su independencia y autonomía.

Se necesita del desprendimiento para que el ciclo vital de la futura familia vaya por buen camino. Este proceso no es nada sencillo para ninguno de los integrantes de la pareja, primero por el dolor y la nostalgia que provoca toda despedida, y segundo, por la incertidumbre que nos depara lo desconocido, y la falta de confianza en que la decisión respecto a la elección de una pareja haya sido la correcta. Incluso muchos jóvenes eternizan sus noviazgos, o no encuentran la estabilidad con ninguna persona, razón por la cual constantemente cambian de pareja. Hay muchos matrimonios que aún con muchos años de unión no se han podido desprender genuinamente de sus respectivas familias de origen.

Es por ello importante considerar al noviazgo como una etapa clave en la constitución de la pareja, ya que las vivencias que se tengan en el mismo, al dar el paso al matrimonio, serán la base para comenzar a construir la nueva familia.

Noviazgo

a. Definición

Una definición sencilla de noviazgo es: periodo en que se mantienen relaciones amorosas con la finalidad de un conocimiento mutuo y cada vez más profundo, con expectativa de un futuro matrimonio. El noviazgo debiera ser ante todo un tiempo de preparación para el matrimonio.

La finalidad del noviazgo es la elección de la persona con la cual se pretende conformar una familia, y el conocimiento mutuo. A partir de esto la pareja decidirá si la relación se prolonga hasta el matrimonio o bien, llega a su fin. El noviazgo es disoluble por su propia naturaleza, y por eso su ruptura no exige más trámite que la decisión de cualquier de los dos miembros de la pareja.

b. Características del noviazgo:

Son características que hacen ser al noviazgo lo que es, y las cuales son importantes resaltar por que de aquí se desprenden varias acepciones que serán remarcadas en el futuro de sus miembros.

- Nivel de exclusividad

Esta característica implica fidelidad y compromiso más íntimo con la pareja, que cualquier otra persona; permite una reciprocidad y correspondencia de amor que implica el compartir sentimientos. Compromiso que varía según las metas de la pareja en cuanto establecer relaciones monógamas o polígamas. En ambos casos se es exclusivamente poli o monogámico. Lo relevante es la existencia previa de un acuerdo mutuo. Ya que en el lenguaje coloquial la mayor queja en las rupturas de pareja es “el engaño”. Si existe un conocimiento previo de los límites y alcances de la relación no existe engaño sino trasgresión de normas tácitas y una consecuencia.

- Temporalidad

Es el tiempo de convivencia que se dan como pareja antes que decidan formalizar su relación o bien darla por terminada. El noviazgo debe tener cierto tiempo de duración, pues un periodo demasiado corto de convivencia y conocimiento puede traer problemas en la relación conyugal, que pudieron ser evitados o solucionados en el noviazgo; por otro lado, si la relación es demasiado larga y no madura corre el riesgo de caer en a la costumbre, terminando en fracaso. Para lograr esto es necesario el desarrollo particular de las partes, mismo que puede compartirse en simultáneo con el compañero.

- Entrega mutua gradual

Es un desprendimiento progresivo de sí mismo, para que libres de las exigencias de bienestar, comodidad y búsqueda de satisfacción personal, puedan darse poco a poco a la búsqueda de la felicidad del otro; que al final resulta ser una gratificación y felicidad propia, sin buscarla intencionalmente.

Este nivel de confianza debe ir profundizando de manera progresiva, la confianza, cariño, comunicación e intimidad, cimientos que llegan a dar firmeza y solidez a la relación; fortaleciendo de éste modo un futuro matrimonio.

- Transitorio

Los novios no deben permanecer en un eterno noviazgo, sino paulatinamente es ir integrándose como pareja con miras a un compromiso formal y total. Tal entrega no se encuadra específicamente en el matrimonio sino en una vida de pareja donde no haya barreras entre ambos.

Encuentro

Después del proceso de independización o desprendimiento del sostén emocional y socioeconómico de la familia de origen, los adultos jóvenes se encuentran en posición de ejercer una vida de pareja. Cuando las condiciones económicas impiden la vida independiente de la nueva pareja no ocurre el desprendimiento de la familia primaria y el jaloneo de dinámicas

(entre los padres y la pareja) resulta estresante y conflictivo para todos los que intervienen en esta forma de vida

El hecho de que un hombre y una mujer decidan contraer matrimonio constituye el punto de partida para la formación de una familia. Actualmente, en la mayoría de los países, esta decisión es libre y nadie está obligado a elegir dicho estado de vida, a diferencia de otras épocas, en las que el matrimonio era impuesto.

Esto se debe a que el matrimonio, es una unión íntima de vida, un vínculo indisoluble, libremente contraído y públicamente afirmado, en el cual un hombre y una mujer se complementan y están abiertos a la transmisión de la vida.

Es esta la etapa del surgimiento de una nueva familia: cuando un hombre y una mujer hacen el amor con el claro fin de consolidar un vínculo sólido para la ayuda mutua y la procreación, los dos fines fundamentales del matrimonio dictados en primer lugar por la naturaleza, y sucesivamente por la experiencia, la sociedad y el Estado de diferentes culturas a través de la historia, estableciéndolos en los órganos legislativos; por ejemplo en los códigos civiles, como el del Estado de México: “El matrimonio es una institución de carácter público e interés social, por medio de la cual un hombre y una mujer voluntariamente deciden compartir un

Cuando el amor entre un hombre y una mujer es tal que ambos tienen la certeza de que es lo suficientemente fuerte para poder generar y acoger la vida, tanto la de cada uno de ellos como la de nuevas personas, están listos para formar un matrimonio y una familia: una comunidad de vida y amor.

Una vez que formalmente la pareja ha decidido compartir su vida, se da necesariamente un proceso de adaptación: se trata de dos personas con ideas, sentimientos, historias y educación diferentes que han de aprender a convivir e integrar una sola dinámica familiar y una nueva historia en común.

El proceso no es sencillo; requiere tiempo, disposición, entrega, y mucha humildad para respetar las diferencias, ceder en ciertas cosas para llegar a acuerdos y perdonar errores. Deberán acordar, a través del diálogo y la misma convivencia, nuevas reglas y pautas de comportamiento, así como las funciones que cada uno desempeñará en el funcionamiento del hogar. Cada uno debe decir abierta y claramente lo que espera del otro para que ambos puedan comprometerse con un proyecto de vida en común.

Relación entre amor y procreación

Las otras consecuencias que derivan de la conyugalidad son la dimensión unitiva y procreativa. El acto físico de unión sexual implica simultáneamente la capacidad de actuar la unión de dos sexos (dimensión unitiva) y la aptitud o capacidad objetiva para procrear (dimensión procreativa). Que los actos aislados no siempre resulten procreadores de hecho o psicológicamente unitivos debido a un obstáculo, querido o no, esto no quita nada a la finalidad a que está destinado el gesto. Mas en el acto psico-fisiológico espiritual de “hacer el amor” (en el caso de la decisión consensuada de formar a un nuevo ser) se imprime una vida afectiva-emocional a la nueva creación.

- Procreación responsable

La procreación humana es una de las elecciones más importantes de la pareja, uno de los fines principales del matrimonio, pues tiene como resultado el nacimiento de una nueva persona humana.

Por esto, la procreación, inscrita entre las finalidades de la sexualidad y complementariedad de los sexos es lícita, y quien ha hecho la opción conyugal no puede excluirla permanentemente. Sin embargo, no se puede hablar de “derecho al hijo”; el derecho que emana del matrimonio es poder hacer actos en sí fecundos, pero la fecundidad efectiva puede depender de otras causas. El derecho al hijo es una expresión impropia porque nadie tiene “derecho” a poseer a una persona como si fuera una cosa. Es la oportunidad de compartirse unos con otros buscando el mayor bienestar para los miembros en conjunto.

La llegada de los hijos

Es un hecho que la más imprescindible y elemental de todas las relaciones es aquella entre hombre, mujer y niño. Un hijo influye tanto en lo personal como en lo familiar.

La llegada de un niño requiere de espacio físico y emocional. La pareja debe adquirir un nuevo anclaje de relación emocional con el niño, y entre ellos, la capacidad de ayudar al compañero para que lo haga.

Tener un niño favorece la intimidad de la pareja, estimulando la diferenciación y elaboración de diversas facetas de la personalidad de cada uno.

Uno factor importante en esta fase es poder identificar adecuadamente el área económica afectada para poder definir cuáles son las labores tanto del trabajo como del hogar, y ayudarle a cada quien a cumplir con lo suyo, y no confundir la problemática real con falta de cariño, desinterés o con la pérdida del deseo y el propósito de formar una familia.

La ideología (falsa conciencia¹) sobre la paternidad y la decisión de tener hijos ha cambiado significativamente en los últimos años. La decisión de tener hijos ya no va de la mano con la decisión de casarse, ni la decisión de tener sexo va de la mano con la idea de que debe ser dentro del matrimonio.

En ésta etapa, el área de la sexualidad establece la importancia de la realización de la pareja a través de la reproducción. Aquí la planificación familiar juega un papel fundamental, cada pareja debe ser responsable y saber cuantos hijos realmente podrían entrar en su núcleo familiar.

La adolescencia de los hijos

La adolescencia es una época de crisis (crecimiento) y de cambios, de experimentación y de definición, tanto para los hijos adolescentes como para los padres; período que en la sociedad occidental e industrializada se ha ido poco a poco alargando, y que hace algún tiempo podíamos considerarlo comprendido entre los 12 y los 17 ó 18 años.

En ésta fase se combina varios factores:

- Mayor frecuencia en problemas emocionales.
- Los padres a pesar que se encuentran en la madurez, se ven obligados nuevamente a revivir su propia adolescencia.

El adolescente normal presenta crisis (crecimiento) de identidad, tiene mayores opciones para elegir, más allá de su previa dinámica familiar. Las crisis obedecen a que el sentimiento interno de identidad, de pronto y con los cambios físicos del adolescente, no corresponde a la confirmación del medio ambiente, que ya lo empieza a tratar como joven adulto. Cambio mismo que se ve desde el nacimiento hasta el fin de la vida: siempre estamos entrando a un

¹ Cfr. Berger y Luckman. **La construcción social de la realidad.**

cambio; la vida es un fluir constante con rápidos y aguas calmadas y hay que transitar por todos integrando las herramientas en todos y cada uno de los momentos de nuestras vidas.

Como se mencionó anteriormente, la adolescencia es la etapa en la que se presentan con mayor frecuencia los problemas emocionales serios. Para que un padre pueda dar el apoyo adecuado a su hijo es necesario que él haya resuelto lo mejor posible su adolescencia, para que no reviva su propia adolescencia y no trate de sobreproteger a su hijo.

En el área de la intimidad, el padre puede sentir rivalidad al ver que su hijo crece más fuerte que él, o el hijo puede sentirse menos validado, al darse cuenta que no cumple con las expectativas de sus padres.

Según Estrada, en su libro *El Ciclo Vital de la Familia*, ambos padres tratan de pasar pruebas fuertes como la de ver que su status social no es igual que el de los padres de los amigos de sus hijos, e incluso se llegan a encontrar con las sorpresas de que hay otras personas que ofrecen mayor atractivo y estímulo para sus hijos que ellos mismos.

Los hijos se van, se separan de la familia y es necesario renovar el contrato matrimonial. A algunos padres les cuesta soltar a sus hijos adolescentes, sin embargo deben saber soltarlos a tiempo para que vaya en búsqueda de una persona extraña con la cual seguir el ciclo vital de la familia. Cuando los hijos se van la pareja adquiere otra dimensión en el área social y tiene que aprender a adaptarse a ella.

El reencuentro de la pareja

Conocida como la etapa del nido vacío, es una de las etapas más demandantes para el sistema familiar, en la cuál la pareja enfrenta los problemas de una biología que decrece pues se pasa de la edad madura a la vejez, la aceptación de los nietos y del papel de abuelos, la muerte de algunos familiares de generaciones anteriores, la jubilación, las diferencias con las nuevas generaciones (brecha generacional), etc.

Esto se debe a que para estas fechas casi siempre los hijos ya se han ido a formar sus propias familias, lo cual propone algunos cambios. Los padres se encuentran cercanos a los 50 años de edad o más. Si las cosas han marchado bien en las etapas precedentes, les será más fácil aceptar los cambios de una biología que tiende a declinar; igualmente como pareja podrán enfrentar los cambios familiares y sociales que se presentan.

Los padres deben independizarse de los hijos y de los nietos para volver a formar una pareja. Se reencuentran con ellos mismos y con el compañero. En estos momentos se vuelve

muy necesario el apoyo mutuo entre los esposos. Este apoyo mutuo, servirá para continuar en la búsqueda de nuevos estímulos y nuevas metas para el matrimonio.

En ocasiones, aparecen sentimientos de culpa como fantasmas del pasado por los errores cometidos con los demás, especialmente con los hijos, y por los deseos de la propia muerte.

La vejez

Es una de las etapas menos conocidas. En ésta, las personas ancianas deben adaptarse a la pérdida y retos que la edad presenta: la búsqueda de una nueva identidad, de una compañía que produzca placer, así como de una experiencia significativa y genuina.

Esta etapa, como todas, presenta obstáculos como los siguientes: la tristeza que genera el sentir el rechazo de los demás, la mujer siente invasión del espacio que antes controlaba con la llegada de su esposo que se ha jubilado (aquí es necesario definir límites de los espacios donde cada uno pueda actuar independientemente; de lo contrario, existe el peligro de que se lleguen a perder la estima y el respeto, y aparezcan la ansiedad, la tensión y los estados depresivos). Otra problemática es la que frecuentemente establece una sobreprotección de hijos a padres, en donde no se les permite vivir en libertad.

Ser abuelo ofrece un nuevo horizonte en la vida:

a) Enciende el deseo de sobrevivir; al aceptarse la propia mortalidad.

b) En presencia del nieto y el abuelo, pasado y futuro se funden en el presente. Se da la oportunidad de experimentar una nueva relación, diferente a la del padre, con los nietos.”¹

En la previa descripción cronológica de las etapas de la vida familiar pudimos observar en algunos conceptos de Estrada, algunos encuadres que se toman como determinantes pero si se observa fuera de las características preestablecidas podemos obtener una forma distinta de contemplar los procesos de dinámica socio-familiar humana, como podremos ver a continuación.

¹ *Wikipedia. La Enciclopedia Libre.* URL: <http://es.wikipedia.org/wiki/>. Fecha de consulta 9.02.07

La familia es “un conjunto de conceptos entre los cuales existen diferentes relaciones no reducibles, sin embargo, a un concepto único o principio, siendo justo lo que existe entre una familia humana, que no siempre tiene una única propiedad en común y que, aún cuando la tengan, no reúne o agota toda semejanza familiar”¹

En primer lugar está la madre, quien como dijimos ya le ha dado al bebe una estancia no sólo física sino afectiva a ese nuevo ser durante su periodo fetal, de ahí en adelante todo aquel que tenga algún tipo de interacción con el bebe estará aportando algo a la incipiente conciencia del futuro adulto. Pero siguiendo el análisis que se ha venido haciendo a lo largo de esta tesis y partiendo de la conceptualización de Abbagnano puede hacerse un análisis de la siguiente manera: la familia como conjunto no de conceptos sino de sujetos de conceptos. Desplegando tal consideración se parte de la base de que al estar condicionado al universo conocido y que, a pesar de tener una convivencia estrecha, cada quien es sujeto de sus propios procesos (recordemos la mujer de AA cuando hacía mención de que a su hijo le tocaba solucionar sus propias cosas aunque tuvieran su origen en su idea de ella), por lo tanto es sujeto de sus propios encuadres, filtros o conceptos de la vida. Cada cual filtra las vivencias con experiencias y otro elemento más: “el en sujeto solo no está todo lo que en él mismo contiene”² porque no contiene su “no-ser” sólo referencias de aquello a lo que se integra oponiéndose a ser.

La chica que escuchó el relato de la muerte del amigo de alguien más mostró resistencia a aceptar sin dolor la muerte de un amigo, pero sabe que existe alguien que sí puede hablar de eso sin sentir dolor y, a pesar de no llevarlo a cabo ya forma parte de sus posibilidades en tanto que sabe de su existencia. De esta forma se vuelve una herramienta potencial para ser usada o no en su propia vida.

Así, en la familia al no darse un concepto o principio único se dan “realidades transubjetivas (consenso grupal para validar la existencia de algo, siendo este el fin de las relaciones vitales, es decir, significar es el fin de la interacción humana) y en ellas también se da la significación de la vida.

Más adelante en el concepto de Abbagnano se menciona que la familia no siempre tiene una única propiedad en común y jamás menciona la **consanguinidad**, lo cual es muy importante para esta tesis porque se refuerza que la familia es un lazo afectivo.

Como puede verse en el establecimiento familiar de los personajes que interactúan en series televisivas como “Friends”, “Desperate Housewives”, “Bones” o “Dr. Grey” en todas ellas

¹ ABBAGNANO, Nicola. **Diccionario de filosofía**. Pág. 521

² NICOL, Eduardo. **Psicología de las situaciones vitales**. Pág.39

existe un lazo familiar establecido en la elección de sus miembros, así la frase “uno no elige a su familia” cobra un sentido muy distinto ya que si planteamos que la familia es el grupo esencial de significación humana; la familia deja de ser la coincidente con la sangre para ser la coincidente en significados y lazos afectivos.

Primero veamos la familia “Friends”, mismos significados, mismo apartamento y misma cafetería, es decir se habla un lenguaje común (aún que haya disparidades), se vive en el mismo espacio; basta recordar la tristeza que genera a todos la noticia de la venta del apartamento de Mónica (todos tienen un juego de llaves que devolver) porque viven juntos y hasta ese momento se enfrentan a la pregunta de ¿cómo harán para vivir ahora separados?

La familia de la calle Wysteria en *Desperate Housewives* es mucho más compleja y extensa la interrelación de los personajes es suspicaz, en simulación y con muchos rangos de edades. Primero aparecen las mujeres que van desde la modelo recién casada hasta la anciana viuda. Luego los hijos de cada una de ellas que van desde los pequeños de Lynett y los adolescentes del resto. Cada uno compone su familia de manera diferente.

La ruptura de significados que se da en la familia Van De Camp ahora Hutch, produce una serie de fragmentaciones porque no existe un código común. El psicólogo Jorge Vivanco en entrevista hace referencia al diálogo entre personas de la siguiente manera “El otro día leí en Internet, después de todo no todo lo de Internet es malo, que entre más se levante la voz al prójimo más alejados están sus corazones hasta que llega un punto en que ya no se hablan, es decir se rompe el acercamiento” Y así Bree no puede hablar con sus hijos, sólo lucha una y otra vez por someterlos al constante anhelo de perfección desde donde ella actúa. La ruptura de los lazos es tal que no hay una coherencia entre las solicitudes de la gente y sus respuestas. Por ejemplo Danielle (su hija) en un desesperado acto por llamar la atención de su madre estrella un plato contra la pared y sin mayo sobre salto dirige su atención hacia el Sr. Hutch y le dice “querido recuérdame comprar platos de papel para evitar que la niña siga rompiendo la vajilla”. La dinámica está fuera de contexto, no hay reciprocidad entre las partes el corazón está seriamente alejando.

En el caso de “Bones” la familia se conforma por un grupo de forenses y un policía que tienen en común resolver ciertos crímenes y, a su vez, los conflictos emocionales que entre ellos se suscitan, sus edades de los 35 a los 45 años y todos comparten de familias desintegradas por lo demandante de sus profesiones, mismas que por la relación cotidiana que

llevan, se han convertido en un solo significado para establecer lazos no sólo laborales sino emocionales.

En Dr. Grey el hospital se vuelve el lugar en común de los médicos, cuyas edades van de los 25 a 35 años y comparten una vez más el mismo hospital, donde comen, trabajan, hacen el amor y saben más unos de los otros que de sus familiares consanguíneos. Al final ese hecho subsiste las familias no son necesariamente de sangre sino de intercambio de significantes, cuando eso se pierde la familia ya no existe.

Aunado a ello, cabe poner en perspectiva los lugares en que se dan este tipo de relaciones familiares: Friends (dpto. y cafetería), Desperate Housewives (una calle en particular), Bones y Dr. Grey (en su lugar de trabajo). Aquí se ponen en perspectiva dos deseos, uno es continuar la relación familiar desde el lugar de residencia y otro la instauración de la familia en el lugar de trabajo, dado que las distancias y la creciente carga de trabajo impiden la relación cercana de los familiares de una misma casa.

En Friends a pesar de que todos trabajan en lugares distintos daría la impresión de que las distancias no existen (anhelo de acercamiento), en Desperate Housewives existe en sí misma una distancia emocional dado que nadie es honesto, salvo la ingenua Susan, pero al final existe la interacción entre vecinos y las comidas con ellos, mismas que también la vida cotidiana ha perdido (anhelo de convivencia) y tanto en Bones como en Dr. Grey la relación sólo puede darse en el lugar de trabajo, pues es ahí donde transcurren las 24 hrs. del día.

Así las aportaciones familiares se van tornando más y más complejas porque todos estos personajes tienen en común llevar el discurso de su familia sanguínea al discurso de la nueva familia que se ha elegido y con ello la repetición de los hechos ante situaciones diferentes y con ello se reitera la limitación del campo de las posibilidades en tanto que el sujeto vaya liberándose cada día más de sus sujeciones.

En consecuencia podrá ir eligiendo, ya que la siguiente preferencia tendrá que ver con el nacimiento de una nueva familia, la cual tiene su origen en la construcción de significados entre una pareja, ya que recapitulando la familia comienza en todo lazo afecto construido desde el sujeto hacia el mundo y del mundo hacia el sujeto y luego hacia una relación más estrecha con otro ser humano.

Retomando la entrevista con Jorge Vivanco si el tono de voz indica la cercanía de los corazones cuánto más cercana es la cercanía cuando más allá de las palabras se construye hacer el amor. Vivanco dijo al respecto, "curiosamente cuando las parejas pierden su relación

comienzan a gritarse más y acercarse menos, sólo le gritas a quien está lejos para que te escuche y si además de lejos te pone una muralla no hay para donde moverse” por ejemplo, la relación que tiene la Dra. Grey en su serie homónima con el Dr. Sheppard comienza siendo apasionada sin palabras y llena de encuentros sexuales, pero a medida que va subiendo el tono de las conversaciones los desencuentros se observan en repetidas ocasiones.

Así la condición familiar se demuestra como objeto de elección, incluso de permanecer con ella o retirarse en busca de una nueva familia que tampoco reúne o agota toda semejanza, esto es, que existe una lucha entre la permanencia y la transgresión, es decir, existe un orden de valoraciones allegadas al sujeto desde bebé que, en su vida adulta funcionarán como parámetros para continuar sus relaciones humanas; siendo los mecanismos de conservación el miedo y la resistencia y los de transgresión la voluntad de acción y cambio.

“La resistencia al cambio no es una actitud negativa y mala en sí misma. Al contrario, la resistencia cumple con una función protectora ante una situación amenazante, no se presenta de forma caprichosa y arbitraria sino que se da dentro de un **marco** que la explica y justifica [...] La resistencia es una forma de cooperar”¹

La resistencia al final procura la permanencia de la vida del aún sujeto de la resistencia, ya que esa permanencia en la que vive le otorga certeza y reafirmación a su manera de vivir, es decir su marco familiar le explica y justifica las acciones bajo un complejo y dinámico listado de valoraciones emocionales que indican el camino a seguir para confirmar la dinámica que había sido llevada en la familia de origen o en la elegida.

El miedo funciona como una alerta encendida que previene de la incertidumbre o también, de la repetición de un evento dolorosos o simplemente insatisfactorio y funciona como un mecanismo que mantiene sujeto al ser humano mediante alertas sensoriales provocadas físicamente para impedir la culminación de un hecho psicológico (hecho creado por los pensamientos) a un hecho vivencial (situación que se experimenta dentro de la cotidianidad) y en efecto conserva la vida del ser humano a través de la instauración de un límite que evita desenlaces fatales, transmitidas desde el inicio de la humanidad como el alejamiento al fuego.

Pero la todo el avance humano ha tenido que suceder entre el ir y venir de los elementos conservadores y los transgresores como son la voluntad de acción impulsada por la capacidad de adaptación natural que demuestra la especie humana, no sólo físicamente sino también en la mente; siendo una de las definiciones de salud “el estado de adaptación al medio y la

¹ ELÍAS, Joan y José Mascaray. **Más allá de la comunicación interna**. Pág. 56

capacidad de funcionar en las mejores condiciones en este medio”¹ y la adaptación implica una voluntad de cambio, es decir elegir dejar una cosa para tomar otra. Lo anterior implica soltar para poder recibir cosas nuevas, más aún en el contexto familiar.

Se recibe un encuadre acerca de cómo ha de funcionar la vida, pero al seguir el propio camino son mostradas las infinitas diferencias del dinámico fluir de la corriente ante la pequeña visión inducida de manera grupal, entonces trastocado el nivel de entendimiento y encontrada una nueva circunstancia se toma la decisión de hacer otra cosa distinta aún a pesar de los lazos del miedo.

Es entonces cuando aparece la necesidad, no sólo de ir solucionando en el aquí y el ahora los problemas que van aconteciendo, es hora de hacer un trabajo reflexivo que suelte al futuro individuo de la inducción discursiva que ha recibido durante su vida. Se hace necesario porque el aún sujeto de los discursos familiares, se ha apegado a su discurso del discurso de sus familiares, es decir, no al hecho en sí mismo sino al conflicto sobre el hecho que se ha creado previamente en la parte más íntima de la mente de otro ser, lo cual complica el razonamiento cada vez más.

Al hacer una contemplación reflexiva de los discursos confortada con los hechos se abre la perspectiva y, a la distancia del dolor real, pueden verse los hechos que aún pueden estar instalados para funcionar como agentes de conservación, si se parte que el discurso exacerba el conflicto la contemplación desprovista de juicios funciona como observador para abrir el panorama y así poder brindar opciones y con ello soluciones a las cosas que aún están por resolverse o se encuentran por elegir.

¹ HIGASHIDA, Bertha. **Ciencias de la Salud**. Pág.5

2.2 Selección de materiales para construirnos

Hay un punto (no necesariamente a una edad en específico y no siempre se da) en la vida de los seres humanos en que comienza, primero, a rechazarse de manera conciente ciertas enseñanzas, los humanos nos volvemos selectivos; primero, utilizando como punto de partida el agrado o desagrado (incluso también comparable a lo de-sagrado como desacralizado pero en un nivel más avanzado de conciencia) para luego proceder más en forma, utilizando un cerebro más apto para resolver problemáticas más complejas o complicar cada día más las problemáticas más sencillas.

Sagrado en su definición del diccionario es “digno de veneración por su carácter divino o por estar relacionado con la divinidad”¹ y siguiendo la definición de divinidad encontramos que es “una persona o cosa dotada de gran beldad, hermosura, preciosidad”², adjetivos mismos que se encuentran en el discurso de un niño conforme a sus padres, e incluso es también un discurso muy recurrente en el proceso de enamoramiento, el cual es un darse por completo a la imagen ilusoria de otro como discurso del observador. Hacer hincapié en esta última frase resulta pues necesario, ya que se trata de la concepción del objeto a través de los ojos de un sujeto que a su vez ha recabado y procesado la información del contexto haciendo un filtro cambiante hecho de todas y cada una de sus vivencias.

La actuación de la opción elegida al final, va a depender de múltiples factores, pero uno de los principales será: ¿Cómo se resuelve una relación familiar? Porque en la medida que puedan resolverse las interacciones cotidianas con el resto de una “manada”, podrán o no resolverse conflictos con el resto de los sujetos sociales porque la actuación social funciona como una transposición de las vivencias primordiales, llevadas al campo diverso de la interacción social externa.

La primera relación por resolver según Freud es la que se da en el vínculo madre-hijo: en tanto que ambos sean capaces de resolver su dependencia uno del otro, ya que mientras más se extienda el tiempo de dependencia más conflictiva será esta relación generando para ambos y se convertirá en un círculo (un ir y venir) de sufrimiento.

¹ . Real Academia Española. *Diccionario de la Lengua Española*. Vigésima edición (versión Internet). **URL: <http://buscon.rae.es/draeI/>**. Fecha de consulta: 15 de diciembre de 2006

² Íbidem.

En la resolución de la relación madre-hijo, la comunicación preponderante se dará en lo no-dicho (comunicación no verbal), porque aún cuando el discurso de ambos puede ser de respeto y libertad, se dan hechos observables en la cotidianeidad que demuestran lo contrario. Por ejemplo cuando la madre emite una sentencia con la intención de brindar sensación de seguridad al niño, por ejemplo “No le temas a los perros” situación que se ve fuertemente cuestionada cuando la propia madre huye de los canes. Hay una incongruencia, dado que existe una falta de concordancia entre lo que se dice y lo que se hace, siendo ampliamente relevante lo que se actúa sobre lo que se menciona.

Al final aparece un contingente externo que funcionará como barrera de contención sobre las acciones del sujeto alusivas a esa relación primera, pero si se refuerza el consentimiento de la madre “alcahuetea” se incapacitará al hijo aún en las fuertes consecuencias sociales que pueda llegar a vivir éste seguirá siendo presa de la sujeción de la madre. La cual ejerce (o forma parte principal) una de las peores violencias en contra de un ser humano: la sobreprotección.

La selección se da en la medida de que se pueda desapegar el sujeto de las pautas primarias y pueda desarrollar la capacidad de discernir entre las características que lo construyen y las que lo obstruyen, para a su vez, lograr hacer uso de lo que necesita para develar frente a sí mismo la razón de su propio ser, hoy desvinculado en cuerpo de su propia progenitora, mas llevando la marca de su propio lazo (el ombligo) está el recuerdo psicofisiológico de la unión presente sólo en los pensamientos.

En ese momento se observa la primera elección y visualización del humano que ha aprendido a ser y ha dejado de estar sujeto, es decir se ha comenzado a transformar en ser humano porque se nace sujeto y se trabaja en la vida para convertirse en ser humano. Cuando no se ha esclarecido ese conflicto no se podrá emprender la inmersión hacia la auto contemplación de las propias acciones, labor primordial para la resolución del sentido propio de ser en el mundo.

Lo anterior se traduce en recibir las expectativas externas como parte de una misión por cumplir, esa actitud en la vida provoca una lucha fortísima entre el ser en sí mismo y el sujeto social pues no existe una idea de cuál es el camino al cual se debe ceder al final de cuentas; ya se ha tenido tiempo de recopilar todos los objetos de los otros pero ha llegado el tiempo de solucionar el objetivo de la vida y las armas necesarias para llegar a éste.

La contemplación reflexiva da al observador la posibilidad de ver ampliamente aquellos elementos sin resolver que se han quedado en el camino y necesitan salir para dar cabida al torrente de vida que sigue fluyendo en el presente.

Sin embargo la selección es una empresa del orden aristotélico¹ porque siempre se está en la búsqueda del *punto medio* tras caminar largos senderos por las vías de las pasiones, mismas que el autor ubica en los extremos desequilibrados de las acciones humanas.

A la par vislumbra la virtud como el constante acercamiento del hombre a la perfección, sin que pueda ser posible llegar a ella, pero también proponiendo que sea imposible no tratar de lograr acercarse lo más posible a ellas, es decir, saberse imperfecto y vivir como tal es sensatez, pero justificar el estancamiento en la imperfección es auto destrucción (auto compasión). Al final se da un esfuerzo constante por el mejoramiento, siempre que las circunstancias físicas y psíquicas no sean más adversas en comparación a su fortaleza psico-fisiológica.

El desarrollo emocional es pues “el proceso por el cual el niño construye su identidad (su yo), su seguridad y la confianza en sí mismo y en el mundo que lo rodea, a través de las interacciones que establece con sus pares significativos, ubicándose a sí mismo como una persona única y distinta. A través de este proceso el niño puede distinguir las emociones, identificarlas, manejarlas, expresarlas y controlarlas. Es un proceso complejo que involucra tanto los aspectos concientes como los inconcientes”.²

Entendamos aquí como identidad el proceso de síntesis psíquica de toda la información recabada por los sujetos a lo largo de toda su vida, por lo tanto, este proceso es cambiante y continuo, ya que por obvias razones su fin se manifiesta con la muerte del sujeto.

Por lo tanto todo aquello que recaba se confronta con los “*pares significativos*” que son todo aquello que cuestione los parámetros existentes en la psique de un ser humano, por lo cual, ese humano habrá de estar siempre y todo el tiempo eligiendo, construyendo y reconstruyendo su propio ser, en la medida de que vaya recibiendo información del exterior.

Para el único fin de construirse como ser único y distinto, pero a la vez semejante en tanto que no puede plantearse como diferencia última frente a la humanidad entera, de ahí parte el razonamiento previo de la conservación y transgresión, ya que existe una construcción en ambos procesos y al final a ningún humano le es ajeno nada de lo humano, por lo tanto

¹ Cfr. ARISTÓTELES. *Ética Nicomaquea*.

² Haeussler Isabel, “*Desarrollo emocional del niño*”. Pág.55

permanece en una receptividad sensible hacia los otros en sí mismo y a su vez logra construir su cualidad diferencial dentro de la dinámica social.

2.3 Establecimiento de límites dentro de la dinámica familiar

La siguiente crónica ha sido producto de diversas observaciones en familias elegidas de forma aleatoria y no sistemática, se utilizarán los relatos para enriquecer con relatos de vida de diferentes personas, la descripción conceptual llevada a cabo en las partes anteriores de esta investigación. La primera crónica ilustra la vida de un hombre de 30 años que vive con sus padres. El recorrido cronológico corresponde a 6 años en diferentes momentos.

“Ya quiero vivir solo”

Un hombre de 24 años con una vida laboral estable, convive en su hogar con otros 3 miembros de familia. Una de las más grandes preocupaciones del joven es independizarse (situación que manifestó sentir desde hace aprox. 2 años atrás), mas a pesar de obtener altos ingresos económicos, sólo reitera en el discurso sus “deseos” sin llevar a cabo alguna acción concreta para lograrlo.

Seis años después, a sus 30 años de edad y teniendo tres veces más ingresos que al inicio de la observación, el sujeto sigue viviendo con su familia natal y declarando a “grandes voces” que pronto se independizará y ¿cómo es un día común en la vida de este hombre ya maduro? (en edad cronológica)

- *Por la mañana, su madre le prepara el desayuno, se lo lleva a la mesa, y en ocasiones, él omite mantener diálogo con su madre porque ella hizo o dijo algo que a él le incomodó.*
- *Si su madre le hace saber que irá a algún lado y el lugar o las personas con las que ella convivirá le parecen inadecuados, él grita, la madre se entristece y en ocasiones hasta cancela sus planes para “evitar problemas con su hijo”*
- *Esta tarde el joven está agripado y le exige a su madre le dé las medicinas, ella sin mayor dubitación accede a traerle los medicamentos a su hijo, mientras que el padre se irrita por el excesivo apego de la madre. Pero éste no dice mucho porque puede tener un serio problema con su esposa y prefiere “evitarse problemas”*
- *El miembro más pequeño de este grupo ha decidido renunciar por sí mismo a esta dinámica familiar y decide evitar su hogar y permanece en casa de su pareja y su*

familia política (adoptada como propia) para “evitarse problemas” y fuertes discusiones, pues éstas ya han transgredido a los insultos y a los gritos. Aunado a ello manifiesta “estar cansado de que su madre no lo deje hacer las cosas por sí mismo aún cuando tiene 28 años de edad”.

- *El joven mayor ha decidido no pugar por tomar las riendas de su camino y delega a su madre funciones como: elegir su ropa e incluso a veces ayudarlo a tomar una ducha cuando está enfermo.*
- *El padre sólo asiente con irritación la dinámica de su esposa con su vástago. En ocasiones llega a manifestar su incomodidad pero ésta se ve nulificada cuando la madre y el hijo en conjunto se vuelcan en insultos hacia el inconforme, tales como “eres un amargado” “nada te parece” y el padre termina por irse “para evitarse problemas”.*

Como pudo observarse en este ejercicio, la relación madre-hijo ha quedado “atorada” en etapas previas del desarrollo, pues al ser ambos hijos objetos de la sobre protección (un tipo de violencia que impide a los seres humanos actuar por sí mismos y los deja imposibilitados para resolver sus vidas, llegando a la muerte [física, psíquica o ambas] de uno o todos los integrantes de esta relación de poder) han hecho lazos de esclavitud fortalecidos por la carencia de límites e identificación de responsabilidades.

Las características de la incomunicación que se dio en este fenómeno familiar fueron: predomina la evasión (todo el tiempo están evitando problemas), la autorreferencia (siempre están pensando en evitarse problemas a sí mismos), sobreentendimiento (todos asumen que no pueden convivir juntos) y la simulación (nadie expresa lo que en realidad le sucede).

Todo ello contribuye a una incapacidad de resolver problemas, mantenerlos latentes y con ello, alimentarlos todo el tiempo, dice J.Krishnamurti “todo el que ande en conflicto integrará el mundo a su conflicto”¹ así, un sujeto familiar se sujetará del mundo siguiendo ese patrón.

Cuando un ser humano deja de ser un sujeto de los parámetros familiares y los cuestiona de manera legítima, éste actúa, pues sino lo hace sigue en un círculo de sufrimiento en el que sabe quién es su agresor pero no puede hacer algo por ponerse a salvo, a manera del Síndrome de Estocolmo:

“El síndrome de Estocolmo puede parecer curioso a primera vista. La literatura menciona varias posibles causas para tal comportamiento:

¹ Cfr. KRISHNAMURTI, Jiddu. **La libertad primera y última**. Pp. 292 - 294

- “Tanto el rehén o la víctima como el autor del delito persiguen la meta de salir ilesos del incidente, por ello cooperan.
- “Los rehenes tratan de protegerse, en el contexto de situaciones incontrolables, en donde tratan de cumplir los deseos de sus captores.
- “Los delincuentes se presentan como benefactores ante los rehenes para evitar una toma de conciencia de los hechos. De aquí puede nacer una relación emocional de las víctimas por agradecimiento con los autores del delito.
- “Con base en la historia de desarrollo personal se puede ver el acercamiento de las víctimas con los delincuentes, una impresión en la edad infantil. Un infante aprende que uno de los padres está enojado, aunque sufre por ello, puede tranquilizarlo por el desvanecimiento de los comportamientos “malos/enojados” y como prueba contraria trata “comportarse bien”, puede activar este reflejo en una situación extrema.
- “La pérdida total del control, que sufre el rehén durante un secuestro, es difícil de digerir. Se hace soportable en el momento que la víctima se trata de convencer a sí misma, ya sea por su propia voluntad o por la de el/los captores de que es causante de la actitud de éstos hacia él, es decir: se identifica con los motivos del autor del delito.”¹

Este padecimiento es característico de personas que han sufrido un secuestro, sin embargo, en casos donde la sobreprotección ha sido evidente, el sujeto presenta las mismas señales confirmando el hecho de que ha sido violentado ante una situación que lo deja imposibilitado para resolver su propia vida.

A continuación confrontaremos un caso inverso en el que el hombre se encuentra desbordado y falto de toda medida de contención. Se menciona medida porque hace referencia a un parámetro interiorizado, conocido como valores. La comparación de medidas (como en la química) da lugar a la cantidad de elementos que han de ser mezclados, si no existiera esa medida simplemente estallarían rebosados o se evitaría la elaboración de la mezcla por completo ante el irremediable terror de ocasionar un desastre.

En los siguientes párrafos veremos ejemplos de los dos casos en los que la carencia de límites ha ocasionado un desequilibrio violento en la relación familiar...²

¹ *Wikipedia. La Enciclopedia Libre. URL: http://es.wikipedia.org/wiki/Síndrome_de_Estocolmo. Fecha de consulta 9.02.07*

² Se han omitido los nombres en todos los relatos para proteger a las fuentes.

“Yo soy el Rey”

Actualmente cuenta con 60 y tantos años y ha sufrido ya 2 operaciones a corazón abierto producto del alcoholismo consuetudinario que lo ha llevado a pisar los bordes de la muerte y él dice “y las que nos faltan”.

Hijo mediano de un terrateniente y hermano de otros 9, tuvo siempre lo que quiso sin importar nada ni nadie... “todo mundo sabe que yo soy el rey” grita por las calles mientras arroja fajos de billetes a la gente, quien obviamente corre desenfundada al encuentro de tan brillante motín.

Mejillas rojizas y ojos perdidos, la camisa y su indumentaria ya toda fuera de su lugar bajo las descontroladas telas se soma un borde grueso sobre la piel del pecho que corre aparentemente desde la parte superior del pecho hasta el abdomen.... la historia de este hombre es la siguiente:

“Cuando yo era un niño tenía un caballo mejor que el de cualquiera, si uno se atrevía a sólo mirarlo (más si fuera un hermano mío) lo agarraba a cincho hasta sangrarlo, siempre fui el rey de eso no hay duda, mis compañeros y hermanos siempre me han envidiado por ser el favorito de todos hasta de las viejas ¿qué puedo yo pedirle a la vida?”

“Trabajaba duro allá en el racho y eso me valió para ganarme todo el amor de mis papás, amor que nadie puede compartir conmigo porque es sólo mío, aún después de muertos me siguen favoreciendo porque todos se dan cuenta de quién soy yo sobre todos y todas las cosas... El alcohol sólo lo tomo porque sabe “regüeno” y pa’ que me quemé un rato las penas que me están moliendo.”

“Todo lo puedo hacer no hay alguien que me venza pero lo que está duro por hacer es estar sobrio pensando en puras “pendejadas”... **mejor ni pienso** mejor beso y beso a la botellita y una que otra cancioncita pa’ que esta me la siga con el premio de romper el record de 3 meses ‘en el agua’ (ebrio), pero pues si ya tenía dolores que ahuyentar más ahora con lo de que me acuerdo del secuestro está de la “chingada” como dije mejor *tranquis* con la botella pues total ya ni se qué se siente no tomar un día, es cierto las cosas se ponen verdes (complicadas) pero que sea lo que tenga que ser si me he de morir mañana pus que memuela de una vez.

“No soy de los que temo a la calaca y puedo esperarla con una copa de coñac o lo que ella quiera pero yo coñac porque eso me gusta y me recuerda que sigo siendo mayor y más chingón que todos.... “

El siguiente relato es de un joven menor a los 30 años....

¿Otro trono para el rey?

Mirada fija y sonrisa entreabierta son las imágenes del hombre sentado al la mesa pensando en cuántos gramos de cristal venderá una vez que vuelva de nuevo a vender veneno a la gente, una vez que vuelva a ser vendedor de estupefacientes.

“A mí nadie me va a hacer algo, eso sólo le pasa a los pendejos que no se saben defender, pero yo puedo solo... he conocido de todo cristianos, satánicos, hindúes puras bolas de pendejadas eso no existe, pobres tarados que usan estas cochinas...”

A los dos meses esas “cochinas” ya habían entrado a su cuerpo e iba ya por el 5to hijo, y como aquella agua que sin remedio va hacia el mar, él fue a la cárcel, pero en muy poco tiempo fue protegido una vez más por su madre”

Al poco tiempo llegó a “la grande” y bueno la cárcel lo esperaba por algunos años en el “otro lado” a sabiendas de que esta vez debía una vida y necesitaba hacer lo imposible por ocultarlo.

“Cumplí mi tiempo allá y bueno me vine pa’ acá pero en un rato yo se que volveré me quiero ir pal’ otro la’o otra vez y a ese hijo de la chingada de mi sobrino lo voy a matar porque nos hace cosas de seguro ni nos quiere, pero y qué no sabe con quién se está metiendo el pendejo.

“Yo se que soy el preferido, todos lo saben y también saben que todo eso que está con mis papás ya es mío pues qué si alguno intenta hacer algo quiero ver quién se va a meter conmigo si todos son unos pobres diablos”

Y riéndose con la certeza de ser amo del mundo terminó su discurso mientras salía a correr para no perder la fuerza, porque según dijo “nunca hay que estar güango porque no se sabe pa cuándo uno necesita estar macizo pa’ los trancazos, además ya me queman las ganas de irme pa empezar a ganar dinero otra vez, al cabo ya se quién dio el pitazo de donde andaba, se que ahorita puedo irme a casa de mi amá y ya de ahí me voy pal norte donde puedo seguir ganando dinero no como los otros idiotas que trabajan como negros y ni siquiera ganan pa’ tragar, ya yo no voy a hacer eso”

“Por cierto que esa vieja que vivía conmigo y las niñas se queden con otro, yo cuando quiera me busco otra mujer a esa ya no la quiero ni ver ala cabrona así que me vale, si ya me

dijo que se quiere venir para estar conmigo pero ni madres qué, quién le dijo que a mi me interesaba estar con ella...” Y saliendo por el pasillo sus pasos lo llevaron hacia la calle.

Es clara la falta de palabras emotivas de las personas desbordadas, al creer que lo merecen todo, sus contenidos internos quedan llenos de delirios de grandeza y propiedad, lo cual en la vida común se traduce en el empobrecimiento de la visión hacia el campo del vivir; ambos tenían cosas que les molestaban o lastimaban, más de un lector de esta tesis pudo haber pensado alguna vez en cosas así, la única diferencia es no tener el objeto en la mano para entregarse a su propiedad, pero eso es un hecho, el sujeto desbordado carece de libertad en su totalidad.

El delirio de grandeza y la simulada certeza de estar por encima de todos lo enceguece sin quedarle más que sumergirse en la tremenda soledad, no es lo mismo estar solo que ser solo y la emoción de estar solo en medio de la multitud es un vacío profundo que se provocó ante la incapacidad total de establecer vínculos emocionales.

2.4 Incomunicación: miedos y refugios adictivos

“Miedo es una emoción caracterizada por un intenso sentimiento habitualmente desagradable, provocado por la percepción de un peligro, real o supuesto, presente o futuro. Es una emoción primaria que se deriva de la aversión natural al riesgo o la amenaza, y se manifiesta tanto en los animales como en el ser humano.”¹ Algunos términos asociados, como temor, recelo, aprensión, pánico, espanto, pavor, terror, horror, fobia, susto, alarma, peligro o pánico, pueden explicarse con actitudes distintas pero siempre estando sobre la misma base.

Sentirse solo entre la multitud es un signo cada vez más recurrente entre la población, no se necesita de un acto de fe para comprender esta realidad, basta con ver las cifras arrojadas por diversas organizaciones mundiales para enterarse de lo que nos está pasando como sociedad.

Tal como lo menciona el artículo “La temible soledad” del Instituto de Terapia Cognitiva: “Sólo en los últimos años la soledad ha sido considerada como un problema clínico, que requiere de una terapia específica. El tema ha cobrado enorme importancia, ya que tiene una alta incidencia, tanto en la población en general como en personas que presentan algún grado de desajuste.

¹ *Wikipedia. La Enciclopedia Libre. Miedo.* Fecha de consulta: 10 Febrero de 2007.

“La soledad también se considera como uno de los posibles factores que causan otros desórdenes. Entre ellos depresión, suicidio y graves problemas médicos, como las enfermedades cardiovasculares.

“Este problema había sido sistemáticamente negado como un trastorno que requiere de una atención seria, tal vez porque quienes lo sufren no siempre admiten que puede ser la raíz de otros males. O no quieren reconocerse como "solos", debido a que experimentan vergüenza de sus sentimientos o de su inadecuación para superar el aislamiento.

“Los factores a considerar para fines de esta investigación son el miedo como la emoción o emociones desconocidas que producen un estado de incertidumbre y desesperación y llevan a las personas a sujetarse de un paliativo para su dolorosa incapacidad de ver qué es lo que les está ocurriendo.”¹

El refugio adictivo resguarda a los sujetos de nombrar aquello que les da dolor, mas el que logra comprender su dolor y permitirse sentirlo podrá otorgarse el regalo de contemplarlo y así irlo integrando a su vida de forma amigable, es decir, sus luchas internas disminuirán y podrá explicarse a sí mismo a partir de un reconocimiento de su energía perdida o su obstrucción ante el caudal de vivencias que le arrastran.

Por paradójico y extraño que parezca es inevitable la necesidad de la serenidad y la paciencia en un mundo acelerado con pocas oportunidades para expresarse emocionalmente. Un cuerpo bloqueado busca salidas y al final muere.

No importa si se llama Laura, Internet, Tequila Cuervo, Malboro, Shakespeare o una prestigiosa marca de ropa, el proceso es el mismo: el ser sufre la pérdida de algo que creía seguro (pérdida de la seguridad/dolor), bloqueo de las emociones, (la materia no se crea ni se destruye sólo se transforma) y la energía es conducida a un objeto que en sí mismo devuelve la propia energía volviéndose un círculo cerrado de relación sujeto y objeto.

La mejor definición de relación en este caso es la de conexión² y en este caso siguiendo a Freud podemos hablar de una conexión a nivel energético que va del sujeto al objeto de sujeción y del objeto a la recarga energética del sujeto, por lo que el vínculo se estrecha una y otra vez sin final.

¹ Instituto de Terapia Cognitiva. *La Temible soledad*. **URL: [http:// www.inteco.cl/temas/t0104a.html](http://www.inteco.cl/temas/t0104a.html)**. Fecha de consulta 30 de octubre de 2006

² Cfr. Real Academia Española. *Diccionario de la Lengua Española*. Vigésima edición (versión Internet). **URL: [http:// buscon.rae.es/draeI/](http://buscon.rae.es/draeI/)**. Fecha de consulta: 10 de enero de 2007

2.5 Lazos de desesperanza: compañeros en el dolor

La desesperanza como su nombre lo indica es la falta de esperanza o la imposibilidad de esperar algo. Mas paradójicamente en este tipo de vínculos sí existe una expectativa: se espera que los otros contribuyan en la dinámica de aparente satisfacción. Y sobre todo su semejanza al vivir dolores similares.

Aunado a ello “El *prejuicio popular* que trata de negar la pérdida de capacidad de auto control hacia un objeto [...] por cuyo motivo la libertad de estos sujetos se degrada viéndose como una especie de *voluntad involuntaria* o voluntad carente de facultad”¹ Entonces se observa (en apariencia) una compulsión desenfadada hacia un objeto de sujeción, cuando en el fondo existe la selección constante del objeto.

Desde el primer momento se hace una elección por ser sujeto de cierto objeto, pero al igual que el moho acumulado en la roca estancada, el reconocimiento de aquella elección se va nublando en la mente dando como resultado la clara incapacidad de aceptar una elección auto destructiva de la que se permanece aún cuando el resto de la red empuja y por lo tanto lo empuja a moverse.

Si ya dijimos que el sujeto está enlazado a todo aquello que intervenga en su conflicto personal, sin duda alguna podemos hablar de la complicidad de la negación y ante una situación cuyo fin es “cubrir vacíos”

Y es obvio como vimos temas atrás, que el adicto no sabe o evita recordar que es adicto porque lo que hace en ciertos momentos le produce un estado de euforia pero en otros también le da seguridad, ya habíamos hablado de la resistencia y es precisamente lo que se observa en una crisis adictiva, ya que al ser el objeto de adicción un reemplazo catectizado de los vacíos que lleva en lo más profundo de su mente (apegos, desengaños, resentimientos, entre otras) o cuerpo (hambre, sueño, dolor) no es sólo evitar el objeto lo que podrá frenar la compulsión sino alumbrarle el camino para poder nombrar aquello que le impide vivir sin tener que recurrir a una actividad compulsiva.

La pregunta de todo ser humano ante cualquier permuta es ¿qué obtendré a cambio para que elija lo nuevo y no lo que siempre he hecho? Lograr el insight, no depende de mostrarle las buenas o malas consecuencias de una actividad que sustituirá sus borracheras o sus relaciones destructivas, sino lo determina la posibilidad de mirarse un poco más cada día.

¹ ALONSO-Fernández, Francisco. **Las nuevas adicciones**. Pág.10

A manera de AA 24 hrs. de conocerme, asumirme y responsabilizarme de mí mismo, para así poder actuar en consecuencia de manera diferente.

La reiterada relación entre semejantes compañeros de dolor va estrechando el vínculo adictivo, pero también lo pone en perspectiva cuando se da una experiencia fuerte en medio del grupo, como es el caso del chico que perdió a su amigo en una de esas pachangas de drogas.

No hay nada más real que la muerte y se enfrento con la cruda realidad del final trágico del hombre y esta es que moriremos y no habrá nada que nos salve de eso. Pero no lo supo por una charla de cuates sino porque sentado en la banqueta de pronto quiso despertar a su amigo para evitar que se lo llevara la “tira” y su amigo ya no se levantó: él estaba muerto, como podía haber estado cualquier ser humano en un momento como ese.

En las siguientes características planteadas por Alonso-Fernández pueden notarse rasgos claros de las adicciones en general:

- 1 “Las adicciones se desarrollan en forma de *existencia adictiva*, polarizada en torno a una relación de apetencia excesiva e incontrolable, apetencia dirigida cada vez más en forma de compulsión
- 2 “Se realizan mediante un acto que catalogamos como *acto impulsional* y no impulsivo puesto que se adscribe a una organización anterior (la existencia adictiva) y se inscribe en el logro de ciertas recompensas.
- 3 “Sujetarse a la repetición de la acción impulsional, con intervalos casi siempre irregulares y no demasiado largos
- 4 “Ocasionan acumulación de efectos negativos, sobre la salud física, mental y/o social del sujeto y su entorno socio-familiar”¹

Recordemos a Nicol cuando dice que el sujeto no tiene emociones sino vive en ellas, por tanto el sujeto existe adicto, es decir, vive adictivo o lo que sería lo mismo, vive sin poder nombrar a los objetos de los que depende su permanencia en el propio estancamiento en el que se le percibe. Así “AA es para quien lo quiere no para quien lo necesita” y no sólo AA sino cualquier grupo del mismo tipo.

La recompensa es la *existencia* de fines ambiguos, ya que nunca calma los vacíos ya existentes pero otorga un efímero momento de satisfacción que se vuelve más y más requerido

¹ Ídem. Pág. 17

ante la constante aparición de los dolores y aflicciones presentes que no quieren ser contempladas. Cabe destacar que no se utiliza el término enfrentadas porque el enfrentamiento indica una lucha o contienda en contra de la figura que adquiere un problema sensible, por lo tanto el aspecto relevante en este caso es la contemplación con el fin de comprender (como experiencia sensible) las partes que se han quedado sin resolver en medio de la corriente vital empujada por los otros sujetos tratando de mover lo que se siente aislado. Ya vimos cómo a todo adicto se le acusa de haber elegido su adicción, pero aunque lo haya hecho así, llegan a decaer sus capacidades, se va haciendo cada vez más grande la circunstancia que no lo deja seguir el caudal.

Al final termina por intercambiar sus yugos con otros similares a él construyendo eslabones en comunidad que legitiman la recompensa que se obtiene al no expresar con claridad la situación (es) que se está evadiendo.

2.6 La pérdida del sentido de la vida

“En un estudio realizado en la prestigiosa universidad de Harvard se entrevistó a todos los alumnos de dicha universidad.

“Entre diversas preguntas que se les formuló, una trataba sobre las metas en su vida: ¿Qué querían conseguir en el futuro? Sólo un 3% de los alumnos escribió lo que pensaba hacer con su vida. Veinte años después se les entrevistó de nuevo a todos. Por sorprendente que parezca, aquel 3% de los alumnos que había establecido sus metas por escrito valía económicamente más que el 97% restante. Y no sólo eso, sino que estaban más sanos, alegres y satisfechos, y tenían mejor disposición ante la vida que el resto de los ex alumnos entrevistados.”¹

Pensemos en las características de un rayo láser: “monodireccional, monocromático y coherente”².

“Los emisores de luz despiden millones de ondas, que pueden tener idéntica dirección o poseer direcciones distintas. La bombilla es un emisor de luz omnidireccional, frente al láser, que es monodireccional. En cuanto a la característica del monocromatismo, el color de una luz

¹ Rivero Zúñiga, Jorge. “*El sentido de la vida*”. URL <http://www.gestiopolis.com/canales7/rrhh/motivacion-e-incentivacion-para-el-trabajo.htm>

² Cfr. Abortes, Vicente. *El láser*.

está en función de su frecuencia; si todas las ondas poseen la misma frecuencia, poseen también el mismo color. Los filamentos de las bombillas están formados por átomos y moléculas diferentes y, por tanto, la energía absorbida y desprendida en forma de fotones adopta valores diversos. Puesto que la frecuencia del fotón está en relación con su energía, al variar la energía varía la frecuencia emitida. La luz de una bombilla tiene múltiples frecuencias, dependiendo del filamento que se haya empleado en su construcción. Por el contrario, en un láser, la fuente de luz proviene de un gas o de un sólido muy purificado. En ambos casos, los átomos tienen idénticos niveles energéticos. Como resultado, los fotones generados poseen idéntica energía y frecuencia.”¹

Un rayo láser es capaz de atravesar materia gracias a que va hacia un mismo punto, se dirige con la misma energía y frecuencia (es constante) y coherente (en física esto hace relación a la unión ordenada de las moléculas) van unas tras otras y llevan un orden consecuente. En la vida de los seres humanos, como sujetos de la naturaleza y sus leyes, existe la posibilidad de accionar este sistema en sus vidas. Poner la mirada en un punto a futuro, unir todas las energías para llegar a ese punto (meta) y caminando hacia él con pasos consecuentes y seguros, es un proceso que rompe todo obstáculo para llegar a la meta y ella es el sentido que cada uno le da a su vida (hacer la mejor figura de metal, escribir la mejor novela, patinar en hielo sin tropezar, entre muchas otras).

La elección es personal e intransferible: “La responsabilidad sugiere hacerse cargo de lo que pasa en nuestro derredor respetando la perspectiva del otro y pensando en que **todo** lo que hacemos (aún las omisiones) trae consecuencias a futuro”² Como vimos en el estudio realizado a estudiantes de Harvard, los jóvenes con una meta establecida eran un 97% más prósperos económicamente y más felices, pero hay factores en el ambiente que inciden en la realización de las metas y, en un sentido primario, en la construcción de metas y su seguimiento a lo largo de la vida.

El primer factor a destacar es que la parte del sujeto que lo dota de sentido es su educación, ese intercambio sensible donde, como vimos, se instauran los límites y alcances. Todas las normas creadas para los sujetos forman parte del borde de su territorio, mismo que va encausando las posibilidades de selección en la vida para llegar a un fin. La moda de vivir el momento acorta la visión, dejando a la deriva el cumplimiento de un plan a seguir para alcanzar logros, los cuales han sido parte del proceso de elegir y soltar.

¹ Íbidem

² Folleto conferencia “*Una Ética para los retos del presente*” Pág. 13

Entonces la comunicación se da en la esfera de lo conocido acentuado con lo que desconoce por sí mismo. Por tanto el conocimiento no le otorga libertad sólo lo hace partícipe de ella, puesto que al plantar el hecho de que aunque sea conciente o no de ella ésta existe, mientras más elementos pueda tomar más posibilidades tendrá de elegir.

Pues como bien se infiere en Sartre en *El ser y la nada* (1943) “La libertad se da así, en situación, mientras que toda situación se constituye como tal por el ejercicio de la libertad” La libertad entonces es un acto voluntario al que se accede después de integrar parámetros de vida o trascendiéndolos, y aún así seguirán siendo parámetros en tanto que son un punto de partida.

El desapego del pasado, convertido en maya ante la necesidad de resentir lo que ya está muerto da la posibilidad de suceder en las situaciones del presente. El modo en que se sucede ese presente es el que está narrado por los códigos iniciados desde el seno familiar. Lo cual significa la integración de poderes superiores al campo de acción como es la naturaleza, Dios o la sociedad, entre otros.

Si este continente social se da desde la familia con límites difusos, el campo de acción queda sustentado en una esfera de irrealidad incongruente llena de confusiones y se colocan más allá de los recursos con los que cuenta el sujeto para abrirse paso.

La vara queda muy alta y la voz del perfeccionista oprime al ser imperfecto dejando un círculo vicioso de incapacidad de ubicación y ésta tiene un pape fundamental porque en tanto que se pierde la localización mental del sujeto sobre sí mismo, se siente perdido y sin sentido.

Para ejemplificar este hecho pensemos en una brújula en medio del mar abierto que de pronto comienza a fallar y nunca señala al Norte con certeza, el capitán queda varado en medio de la nada llevado por las fuertes ráfagas de viento sin poder hacer mayor cosa que esperar la buena ventura y tocar tierra en algún momento antes de morir.

Así también se constituye el campo de acción cuando las actitudes de los padres son autorreferidas y observan con dureza ciertos hechos dejando de lado otros. Por ejemplo observan con gracia la borrachera de su hijo de 7 años pero con dureza que deje la luz de las habitaciones encendidas en un descuido por salir aprisa al colegio.

Así, los fundamentos donde debieran estar los cimientos de la seguridad de ese sujeto van desde el amarre total (la asfixia) de la sobreprotección hasta el abandono total en actos de indiferencia. Por ejemplo unos padres que se comportan estrictos con la hora de llegada a la

casa, pero no se ocupan de los malestares físicos que estos puedan llegar a tener, teniendo como prioridad la obediencia por encima de la conservación de la vida de sus propios hijos.

Con ansiedad incontenida este sujeto busca crear rituales que semejen la estabilidad que jamás ha tenido y construye un abstracto inasible e inasequible siendo imposible llegar a cumplir las exigencias cada vez más altas y alejadas de ese ser desprovisto de cualquier herramienta para enfrentar un descontrol tan complicado.

En la desesperación total la acción se da a partir de que el poder superior es el yo, volviéndose el pozo sin fin de un ego insuflado. Mismo que no sólo se observa como inexistente sino que no tiene nombre por tanto se convierte en una adicción (no se puede nombrar) cuyo profundidad de dolor y repetición son infinitas.

La carencia de atención se ve sustituida por la constante recreación de los hechos incomprensibles del pasado ¿Por qué tuve que hacerme cargo de lo que no me correspondía? ¿Por qué no pude salvar a mi familia? Vanas ilusiones soberbias que sólo ocasionan mayor culpa (un fuerte látigo duro de sobrellevar y al cual resistir durante años) que al convertirse en responsabilidad le da la opción a este ser de sujetarse en fuertes estructuras y no en arenas movedizas.

El sentido de la vida es pues el fundamento primario de todo ser humano en el cual se basan todas sus decisiones porque marca la meta hacia donde quiere llegar y desde dónde ha partido, pero si quienes se identifican como quienes lo arrojaron al mundo (los padres) no pueden darle un sustento válido, entonces aparecen frases suicidas como “mi vida no tiene sentido” y cosas por el estilo.

No lo tiene porque en realidad carezca de él sino porque el sentido de la vida de alguien cuya vida familiar se observa de esta manera, no está claro; y va desde no “digas mentiras pero dile al señor del banco que no estoy” hasta “debes tratar a todos con respeto pero yo mismo te golpeo a ti”.

Nadie puede dar lo que antes no le ha sido dado y el fundamento más profundo por el que se puede caminar con mayor certeza es amar. En efecto amar es el camino de vivir. La unidad mediante la experiencia directa con el mundo es la principal revolución de la conciencia. La unidad porque aún en una oleada atomizadora de pensamientos y campos de acción social, el sujeto no ha podido, realmente, desprenderse de su inherente esencial en comunión con el mundo y consigo mismo. Sin embargo, para llegar a esa unidad, es indispensable recorrer el camino del conflicto y la confusión, pues sólo en él puede surgir, en un estado auténtico, el

desprendimiento del caos para llegar a la propia contemplación del ser en el mundo y el mundo en el ser, obteniéndose como resultado la unicidad del sujeto con su interior y lo que creía era externo a él. Ya que todo subsiste en una totalidad, sólo así puede comprenderse amar en unidad universal.

Entonces el sujeto comienza a emprender un camino de multidependencias volviéndose entonces más independiente y capaz de dejarse inundar por el amor y llevarlo a cabo amando, pero si no se han recibido estas emociones desde un principio... Aunado a ello Ulrich Beck en su libro "La sociedad del riesgo" nos hace poner la mirada en la nueva realidad social en la que "en vez de vivir más allá de la modernidad, estamos entrando en una fase denominada como la segunda modernidad [...] Donde la vieja sociedad industrial desaparece para ser sustituida por una sociedad de riesgo (incertidumbre)"¹, es decir una sociedad un conocimiento firme y seguro de algo, situación que le impide una firme adhesión de la mente a algo conocible.

Lo anterior se encuentra definido por el egresado de la carrera de Psicología Marco Alcántara como los "falsos cuarteles de certidumbre" que los sujetos requieren para sentir paz en su vida, cuando lo más certero para el hombre siempre será la muerte, misma que autentificará su propia vida.

Tal angustia se incrementa ante la paranoia colectiva del enemigo latente en la que todos somos potenciales peligros para los otros. "La confianza en otras personas solía basarse en la comunidad local. Sin embargo, al vivir en una sociedad más globalizada, la confianza y el riesgo están estrechamente imbricadas"²

Entonces los caminos que parecen como dadores de sentido de la vida en sustitución al amor pueden ser:

- El materialismo y consumismo (dinero, riquezas, motos, coches, ropa, juegos, ordenadores, música, etc.

- Los placeres y diversiones de la vida (discotecas, fiestas, drogas, sexo, etc.).

- Otros se conforman con lo que dice la típica canción: "Tres cosas hay en la vida: Salud, dinero y amor"

- En los deportes y todo el mundo que gira en torno a ellos.

¹ Beck, Ulrich. **La sociedad del riesgo**. Pág. 847

² Giddens, Anthony. **Sociología**. Pág. 849

- En la belleza del cuerpo, en la obsesión por guardar la línea, en causar admiración, en ser una estrella, etc.

Y todos esos aspectos son muy bien manejados por los mensajes masivos funcionando como un imán frente a la brújula perdida dejando varados a sin final de sujetos amarrados a ataduras sin fundamentos las cuales dan como origen no poder nombrar las angustias y dolores que acontecen al sujeto emocional y psíquico ante una realidad tan adversa como la descrita aquí.

3 LOS REFUGIOS MÁS SOLICITADOS

Se han seleccionado una lista de adicciones por ser las más recurrentes a nivel mundial, para dar sólo un ejemplo de cómo se da el proceso en el cual toda adicción tiene un origen afectivo o emocional.

El listado es alcoholismo, drogadicción, problemas con la manera de comer, adicción a Internet y las sociedades de riesgo:

3.1 Alcoholismo

“Ingresé a los dieciocho años a Alcohólicos Anónimos por motivos de la bebida y de la droga. Cuando tenía doce años, ya era una persona rebelde, estaba en la secundaria y pensaba que todo era fácil. Al tomar mi primera copa **sentí un gran desahogo**, empecé a salir con mis compañeros a las *tocadas* y sentía que el alcohol era lo máximo; **nunca comprendí por qué sentía esa soledad** con esa puerta falsa del alcohol.

“En mi casa era una persona cohibida y nunca se daban cuenta de lo que hacía. Tenía trece años cuando falleció mi padre y me sentí más sola. Sin saberlo, ese sería mi pretexto para dedicarme más a las *tocadas* y a la rebeldía; terminé la secundaria. Como mi madre trabajaba para sacarnos adelante, tenía más oportunidades para estar con mis amigos; entré a un trabajo a los quince años, esto me permitió tener dinero para alcoholizarme y seguir en las *tocadas* que, según yo, eran lo máximo. Era una persona distinta en la calle y en mi casa, pero conocí algo más fuerte que era la droga; veía cómo mis amigos se drogaban con *chochos*, cemento y solventes, se veían felices. Para ese entonces, en mi casa yo ya era un problema como persona rebelde y, según yo, libre, porque trabajaba y solventaba mis gastos. Pero al ver la situación de mi casa quería salir y encontrar un *príncipe azul* que me sacara para tener más libertad o salir de mi casa y pagar una renta.

“En mis **desilusiones con mi madre**, siempre se enfermaba por los corajes y por esperarme cuando yo llegaba a las cuatro de la mañana. Nunca me sentí conforme con la miseria en que estábamos, odiaba la vecindad donde vivíamos, siempre creyendo que con el alcohol olvidaría mi situación. Pero cuando cambié de trabajo, me adentré en las drogas; era lo máximo, me permitía disfrutar de las alucinaciones, en ellas sentía que era más que una obrera. En la calle, y más por las noches, era cuando compartía mis experiencias fascinantes. Sentía que los obstáculos no eran suficientes para mí, anduve con muchos *chavos*, que al igual que a

mí nos gustaba divertirnos; con esto, tapaba mi soledad y mi angustia. Cada vez mis alucinaciones eran más horribles. No podía dejar de drogarme en el trabajo y en la casa; siempre cuidando que no me vieran, estaba acabando con mi familia y principalmente, conmigo misma. Mi desesperación y mis problemas me estaban volviendo loca, hasta llegué a pensar en suicidarme y terminar con mi existencia. Pero encontré a una persona que me habló del Programa de Alcohólicos Anónimos y me fascinó. ¡Ya no estaba sola! Encontré comprensión y lo mejor, pude darme cuenta que no era la única que tenía problemas, que había una solución si yo quería. Ahora estoy en un Grupo, he dejado de beber y de drogarme; lo único que pido a Dios es que me ayude a salir adelante.”¹

El **alcoholismo** es una dependencia con características de adicción a las bebidas alcohólicas. Se caracteriza la constante necesidad de ingerir sustancias alcohólicas. Así como por la pérdida del autocontrol, dependencia física y síndrome de abstinencia.

El alcoholismo supone un serio riesgo para la salud que a menudo conduce a la muerte como consecuencia de afecciones de tipo hepática, hemorragias internas, intoxicación alcohólica, accidentes o suicidio.

El alcoholismo no está fijado por la cantidad ingerida en un periodo determinado de tiempo: personas afectadas por esta enfermedad pueden seguir patrones muy diferentes de comportamiento, existiendo tanto alcohólicos que consumen a diario, como alcohólicos que beben semanalmente, mensualmente, o sin una periodicidad fija. Si bien el proceso degenerativo tiende a acortar los plazos entre cada ingesta. La OMS (Organización Mundial de la Salud) señala que es alcohólica una persona que tiene serios problemas en una o varias áreas de su vida causados por su manera de beber.

El consumo excesivo y prolongado de esta sustancia va obligando al organismo a requerir cantidades crecientes para sentir los mismos efectos; a esto se le llama “tolerancia aumentada” y desencadena un mecanismo adaptativo del cuerpo hasta que llega a un límite en el que se invierte la supuesta resistencia y entonces “asimila menos”, por eso tolerar más alcohol es en sí un riesgo de alcoholización.

Alcohólicos Anónimos (AA) define al alcoholismo como una enfermedad trifásica (física, mental y espiritual) que es incurable (se puede arrestar), progresiva y mortal por necesidad. Lo cual comprueba que toda compulsión desenfrenada camina hacia la muerte.

¹ Varios. **Libro experiencias 2005 AA.** (Versión electrónica) Pág. 63

3.2 Drogadicción

¿Qué es una droga?

Droga es cualquier sustancia que, una vez introducida en el organismo a través de distintas vías (inyectada, fumada o tragada), tiene capacidad para alterar o modificar las funciones corporales, las sensaciones, el estado de ánimo o las percepciones sensoriales (vista, oído, tacto, gusto, olfato). Existen muchas clases de drogas. Algunas son legales como el alcohol, el tabaco o los fármacos; otras son ilegales como el hachís, la cocaína, la heroína, etc. Todas las drogas tienen un denominador común: al ingerirlas (sea cual sea la forma) pasan a la sangre y, a través de ella, al cerebro y a todo el organismo, provocando los diferentes efectos que las caracterizan: excitar, relajar o distorsionar la realidad.

a) Riesgos

Todas las drogas afectan a la salud de las personas y su desarrollo personal. Sin embargo, este dato se potencia aún más en el caso de los jóvenes, puesto que cada vez que se recurre a las drogas como muleta para disfrutar de la vida o enfrentarse a sus exigencias, se está limitando la oportunidad de demostrar y desarrollar los recursos y las capacidades propias.

El consumo de drogas induce, por otra parte, a comportamientos “descontrolados” que se llevan a cabo bajo los efectos de las drogas, conductas, en muchos casos, en las que no se miden los riesgos, ni las consecuencias de lo que se está haciendo.

Un riesgo de las drogas (quizá el más importante) es su capacidad de crear dependencia. Todas las drogas presentan esta característica. Aunque se afirma que algunas drogas no generan dependencia física (cannabis, alucinógenos, éxtasis, etc.), éste es un asunto controvertido. En lo que sí hay unanimidad es en la capacidad de las drogas para provocar dependencia psicológica o emocional. Es cierto que la facilidad para que se cree una dependencia física depende de muchos factores, también lo es que no hay ninguna persona tan segura que pueda afirmar que controla plenamente los riesgos de hacerse dependiente.

Además, muchas de las drogas que se encuentran en el mercado ilegal están con frecuencia sometidas a procesos de adulteración. En estos casos, el posible consumidor no sabe qué es lo que está tomando y, por lo tanto, se sitúa ante unos imprevisibles riesgos añadidos.

Todas dañan la salud y, si se toman con frecuencia, algunas pueden provocar daños irreparables, biológicos o psicológicos. Asimismo, se pueden correr riesgos muy serios si se

padece algún tipo de patología, como, por ejemplo, cardíaca o hipertensión, que puede que aún no se haya manifestado o no la haya diagnosticado el médico.

Muchas veces las drogas se ingieren mezcladas unas con otras, por ejemplo; porros y alcohol, éxtasis y alcohol, cannabis y cocaína, etc., sometiendo, de esta forma, al sistema nervioso a sacudidas contradictorias o multiplicando los efectos de ambas sustancias.

También existen riesgos relacionados con comportamientos que los consumos facilitan o impiden controlar (comportamientos impulsivos).

b) Diferentes Efectos

Para determinar qué efectos pueden producir las drogas hay que considerar, en primer lugar, cuáles son sus principios activos. Las experiencias y los efectos son distintos en las personas y dependen de diversas circunstancias:

- La composición y riqueza del producto (cantidad de principio activo, presencia de adulterantes).
- Las características fisiológicas del consumidor (edad, sexo, complexión física, estado del organismo en el momento de tomar la droga, etc.).
- La personalidad del consumidor.
- Las expectativas del consumo (lo que le han dicho que produce y, por lo tanto, espera conseguir al tomarla).
- Las experiencias previas con la droga en cuestión.
- La frecuencia de uso.
- El ambiente en que se toma (espacio físico, personas con las que se consume, etc).

Algunos jóvenes piensan que limitar el consumo de alcohol o de otras drogas al fin de semana las hace inofensivas, pero no es así.

Los jóvenes que abusan del alcohol piensan que ellos nunca serán alcohólicos porque éstos son los que están tirados en la calle; los que abusan de otras drogas piensan que ellos no serán nunca drogadictos, ellos nunca llegarán a ser drogodependientes, porque cuando quieran lo pueden dejar, etc. Todas estas afirmaciones ponen de manifiesto la convicción de que se controla, lo que se transforma es un síntoma de riesgo adicional. Siempre creemos que podemos controlar todas las situaciones y, en el caso de las drogas, esta creencia puede hacer que nos confiemos y perdamos de vista los peligros de algo con lo que estamos jugando.

3.3 Codependencia

La codependencia puede ser definida como una enfermedad, cuya característica principal es la falta de identidad propia. El codependiente pierde la conexión con lo que siente, necesita y desea. Si es dulce y agradable aunque no lo sienta, es porque busca aceptación. Cree que su valor como persona depende de la opinión de los demás. Da más importancia a los demás que a sí mismo. Se crea un yo falso, pues en realidad no está consciente de quién es y está tan desconectado de sus propios sentimientos, que asume la responsabilidad por las acciones de los demás. Se avergüenza por lo que hacen otras personas y toma las cosas de una manera personal. Invierte una enorme cantidad de energías en mantener una imagen o un estatus para impresionar porque su autoestima es muy baja, ya que depende del valor que los demás le otorgan.

La codependencia se origina en las familias disfuncionales y convierte a los miembros de esas familias en personas hiper-vigilantes. Al estar el ambiente familiar tan lleno de estrés debido a la violencia, la adicción al alcohol o a las drogas, las enfermedades emocionales de sus miembros etc; la persona codependiente enfoca su atención hacia su entorno para defenderse de algún peligro real o imaginario. El estado de alerta es una defensa de nuestros cuerpos, algo temporal que nos ayuda a defendernos en momentos de peligro. Pero cuando ese estado se vuelve crónico, la persona pierde el contacto con sus reacciones internas, ya que todo el tiempo su atención está afuera de sí misma.

Los niños necesitan seguridad y tener modelos saludables para imitar, para poder entender sus propias sensaciones internas. También necesitan aprender a separar los sentimientos de los pensamientos y a generar autoestima ellos mismos desde su interior. Si el niño pierde el contacto con sus sentimientos, tratará de llenar sus necesidades con estímulos externos y se convertirá en un adulto codependiente.

Cuando una persona vive su vida a través de los demás y a costa de sus legítimas necesidades, va más allá de lo que exige el verdadero amor. Se quema hasta el punto de no quedar ya nada de ella.

Parece un noble empeño ayudar a otras personas que se están autodestruyendo, como en el caso de las esposas o novias de los alcohólicos o adictos a la droga, al juego o al sexo. Sin embargo, olvidamos ayudar a los codependientes.

Todo amor que no produce paz, sino angustia o culpa, está contaminado de codependencia. Ese tipo de amor patológico, de obsesión, es sumamente destructivo. Al no producir paz interior ni crecimiento espiritual, no lleva a la felicidad.

La codependencia crea amargura, angustia, enojo y culpabilidad irracional. El fruto del amor debe ser la paz y la alegría. Si no es así, algo anda mal. Somos imagen y templo de Dios. No debemos albergar en nuestro corazón ni angustia ni ninguna otra emoción dañina y si quiere verse desde un enfoque menos espiritual, somos la casa de nuestro futuro construida con materiales del presente.

La codependencia nace de un hambre ineludible de estar siempre en compañía de un mismo sujeto, quizás provocada por un ambiente familiar en que uno no se sentía amado. Se puede tener un hambre tan desordenada de amor, que nos impida dejar una relación humana negativa.

El dolor en la codependencia es mayor que el amor que se recibe. Hay que tratar de mantener una relación sólo hasta donde debamos y podamos. Si una relación humana resulta perjudicial para la salud física, moral o espiritual, hay que cortar.

Una de las características de la persona codependiente es que no confía en la otra persona a la que trata de influir. Esto lo demuestra persiguiéndola, tratando de controlarla, diciéndole lo que tiene que hacer, etc.

La sobreprotección, signo de codependencia, a veces nace de la situación de una madre que ha perdido a su esposo. Hay madres que usan a sus hijos para llenar un vacío. El codependiente no sabe quién es, lo que siente, cuáles son sus necesidades; vive como un ser vacío.

El verdadero amor promueve el crecimiento mutuo. El fin de todo ser humano no es complacer siempre a otro o ser lo que el otro espera de uno, sino ser el producto de su experiencia responsable, cuyo fin es cumplir con sus propias metas en la vida.

La codependencia aparenta ser amor, pero es egoísmo, mutua destrucción, miedo, control, relación condicionada: "Te amo si cambias"; "Si no haces lo que digo, te recrimino, te persigo, me siento tu víctima." En la codependencia hay una gran cantidad de manipulación. Es una relación descontrolada: hagamos todo lo que sea para que esa persona se acomode a mí. En momentos de frustración, la codependencia es abusiva o de tremenda tolerancia del abuso.

La persona codependiente permite tanto que no reconoce el abuso cuando lo sufre. Ha

llegado a tener una autoestima tan baja, que ya no se da cuenta de que están abusando de ella.

El codependiente necesita dar continuamente para no sufrir culpabilidad, ansiedad, enojo, miedo, etc. Necesita dar, sentirse necesario para tener autoestima. Está dominado por sentimientos enfermizos y no por la razón.

El amor humano debe ajustarse a la razón (razón-apasionada)¹. Los codependientes se dejan llevar solamente por sus sentimientos. Su autoestima depende del comportamiento o reacción de los demás.

El codependiente debe recibir ayuda profesional y espiritual. Debe amarse ordenadamente a sí mismo, atendiendo a sus necesidades básicas.

La codependencia es una condición específica que se caracteriza por una preocupación y una dependencia excesivas (emocional, social y a veces física), de una persona, lugar u objeto. Eventualmente el depender tanto de otra persona se convierte en una condición patológica que afecta al codependiente en sus relaciones con todas las demás personas.

El codependiente tiene su propio estilo de vida y su modo de relacionarse con los demás debido a su baja autoestima. Se enfoca siempre en los demás y no en sí mismo. La persona codependiente no sabe divertirse porque toma la vida demasiado en serio. Se le dificulta llegar a tener intimidad con otras personas porque teme ser herida por ellas. Necesita desesperadamente la aprobación de los demás y por ello busca complacer a todo el mundo. Siente ansiedad cuando tiene que tomar decisiones porque teme equivocarse. Niega sus propios sentimientos.

¹ Cfr. Antonio Delhumeau

3.4 Problemas con la manera de comer

Las víctimas de este desorden, tienden a caracterizarse como “adictos” a la comida, utilizando los alimentos y el comer como una forma de protegerse y de huir de sus emociones, así copan el vacío interno y manejan el estrés diario y los problemas en su vida.

Quienes son comedores compulsivos suelen estar en sobrepeso y son conscientes de la anormalidad de sus hábitos alimenticios. Sin embargo la tranquilidad que encuentran con sus comportamientos resulta ser mínima y efímera, por la tendencia social a estereotiparlos como simples “individuos en sobrepeso.”

Frases como “sólo debes hacer dieta”, son tan devastadoras emocionalmente para un comedor compulsivo, como para un anoréxico lo sería el decirle “¡Sólo come!”.

Las víctimas de este desorden no están en menos peligro que un Anoréxico o un Bulímico. Los riesgos para su salud incluyen, entre otras cosas, ataques cardiacos a edades prematuras, alta presión sanguínea, colesterol elevado, daños al o pérdida de un riñón, artritis y el constante deterioro del sistema óseo.

Hombres y mujeres comedores compulsivos se esconden algunas veces detrás de su apariencia física, creando un bloqueo de acero entre ellos y la sociedad (muy común en víctimas de abuso sexual). Se sienten culpables por no ser lo suficientemente “buenos”, tienen vergüenza de su sobrepeso, y generalmente tienen una muy baja auto-estima. Utilizan la comida como forma de manejar y evadir sus sentimientos, lo cual sólo los lleva a introducirse en un ciclo interminable donde la comida es la única respuesta a la angustia, el estrés y el dolor. Con una baja auto-estima, acompañada de una necesidad aguda de aceptación, validación y cariño, los episodios de atracones y los momentos en los que come, se convierten en una obsesión y en una forma de olvidar el intenso dolor que les produce el no ser aceptados, y el afán de ser queridos.

Así, el sobrepeso funciona como una sobre-protección (será un fuerte) hacia el contacto íntimo. Evitando la simbólica fragilidad del peso acorde a la estatura. Esto nos habla de una integración deficiente del cuerpo con los canales afectivos donde subyacen los vacíos. Los huecos afectivos se ven llenos por el aplomo que otorga el peso en una circunstancia de volatilidad afectiva y una sensación de debilidad frente a la realidad hostil que se presenta.

BULIMIA Y ANOREXIA

La **Anorexia** es una enfermedad que se caracteriza por el deseo de verse muy delgada, y esto se logra a base de ayunos prolongados y restricciones alimentarias. La enfermedad suele tener un comienzo lento, progresivo, que , a menudo suele pasar desapercibido para los padres, logrando tomar conciencia de la enfermedad ya cuando su hija se encuentra demasiado delgada y ha perdido una importante cantidad de peso, presenta una negativa a comer rotunda o perciben que se les ha retirado la menstruación.

La **Bulimia** se caracteriza por alternar períodos de restricción alimentaria, con episodios de ingestas copiosas, llamados **atracones**, y seguidos de vómitos autoinducidos o provocados por la misma paciente o por el uso de laxantes o diuréticos. Estos episodios de sobrealimentación descontrolada unen el descontrol y el placer. La presencia de este atracón es justamente lo que define a la enfermedad.

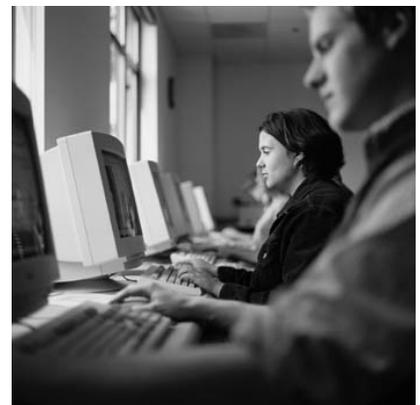
La **Anorexia** y la **Bulimia** pueden comenzar como una adicción a la dieta. Estos trastornos de la conducta alimentaria se dan principalmente entre mujeres entre 11 y 18 años, pero pueden aparecer también en mujeres de hasta 25 años. Actualmente, en el campo clínico suelen verse varones con este tipo de padecimientos y mujeres con algunas características de la enfermedad que superan los 30 años.

La dieta, en sí misma, es una práctica beneficiosa, porque permite una buena alimentación, colabora con la salud del organismo y purifica el cuerpo. Pero cuando la dieta se transforma en una cuestión esclavizante, no puede salir de ella nada positivo.

3.5 Las adicciones a y en Internet

“En el año 2006 creció 18 mil por ciento el número de usuarios en Internet”¹ Esta cifra supera todas las expectativas y parámetros contemplados desde la llegada de la Red Mundial a las computadoras que millones de personas tienen no sólo en su casa sino en su trabajo o en cualquier parte pagando precios muy accesibles e incluso de manera gratuita en diferentes instituciones educativas.

No se menciona la adicción a Internet porque el fenómeno es mucho más complejo que eso porque ese “espacio” contiene hasta lo que no podemos imaginarnos. La



¹ Telebus. 16 de mayo de 2007.

solución a todas las búsquedas adictivas: desde grupos anoréxicos de apoyo, páginas pornográficas gratuitas, casinos en vivo, videos y programas inicialmente hechos para la TV, música, radio, salas de charla y mensajeros personalizados.

El fenómeno ha llegado a todos los lugares donde puede estar un ser humano la mayor parte del día, su casa, el trabajo, los hoteles, el teléfono celular, etc. Pareciera que se puede acceder a esta vida virtual desde cualquier lugar.

Así el encuentro de un mundo alterno dotado de cualquier exceso se vuelve atrayente terminando en el uso abusivo de la herramienta, hecho comprobado en varias encuestas donde los usuarios manifiestan estar "Chateando" (manteniendo una plática en tiempo real) que haciendo deberes escolares o incluso trabajando.

Una adicción se reconoce cuando el sujeto adicto deja de lado los compromisos de su vida cotidiana por permanecer realizando la actividad que le provoca estados de placer, hasta ahora se desconocen las consecuencias más graves que puede llegar a ocasionar esta compulsiva permanencia en el teclado y la pantalla de las computadoras pero uno de los primeros avisos es el constante dolor de espalda, cabeza y ojos por la postura fija frente al monitor y la mala postura producto del cansancio ocasionado por permanecer sentado durante largos periodos de tiempo.

Al construir el espacio de vida en una completa inexistencia y entablar ahí las relaciones intersubjetivas, los adictos comienzan a perder la capacidad de interactuar con los sucesos de la vida cotidiana, porque consideran más seguro poder alejarse de cualquier cosa que les produce malestar oprimiendo un botón de apagado que en las relaciones sociales reales.

La mayoría de las personas que llegan estar durante horas en la red manifiestan sentirse solas, tristes y sin tener con quien charlar y buscan estímulos afectivos en la red para satisfacer sus necesidades, ya que en un vínculo fuerte se establece una relación recíproca de dar y recibir en un ir y venir de aprendizajes, mientras que en Internet sólo se obtiene lo que cada cual quiere, es decir es una práctica ególatra de obtención de satisfactores predeterminados por los usuarios.

La capacidad adictiva polifacética del Internet involucra al sujeto a otro tipo de adicciones incluso el alcoholismo, la drogadicción o cualquier otro tipo de adicción, pues al prestarse servicios de compra venta sin regulación alguna, cualquier objeto se vuelve de fácil acceso, desde una botella de licor hasta un arma de largo alcance.

La capacidad de retención de este instrumento se expande a todas las funciones de la herramienta desde apoyo para el trabajo hasta instrumento de entretenimiento. La realidad exterior queda sustituida por la realidad virtual, una realidad aunque enteramente surgida de otro ser humano, poblada por ideas y pensamientos de personas que sí existen, está carente de localización física. La pérdida de dimensiones es total y da cabida a cualquier alucinación que quiera ser resguardada en el ámbito secreto de una computadora y el poderío de acceder a cualquier antojo con una facilidad tan grande que hasta un niño de 2 años puede llevar a cabo.

El proceso se da de la siguiente manera:

Un patrón patológico del uso de Internet, que conlleva un deterioro o malestar clínicamente significativo, expresado por tres o más aseveraciones siguientes en algún momento de un periodo continuado de 12 meses:

1) Tolerancia, definida por cualquiera de los siguientes:

- Una necesidad de incrementar notablemente la cantidad de tiempo en Internet para lograr satisfacción.
- Notable disminución de los efectos con el uso continuado de la misma cantidad de tiempo en Internet.

2) Abstinencia, manifestado por cualquiera de los siguientes:

(a) El característico síndrome de abstinencia:

- * Cesación o reducción de un uso de Internet que ha sido grande y prolongado
- * Dos o más de los siguientes, desarrollados algunos días durante un mes antes:

Agitación psicomotora

Ansiedad

Pensamientos obsesivos acerca de lo que estará sucediendo en Internet

Fantasías o sueños a cerca de Internet

Movimientos de tecléos voluntarios o involuntarios

Los síntomas causan malestar o deterioro en el área social, laboral u otra área importante de funcionamiento.

(b) El uso de Internet o un servicio similar esta dirigido a aliviar o evitar los síntomas de la abstinencia.

3) Se accede a Internet con más frecuencia o por periodos más largos de lo que inicialmente se pretendía.

4) Deseo persistente o esfuerzos infructuosos de controlar o interrumpir el uso de Internet.

5) Se emplea mucho tiempo en actividades relacionadas al uso de Internet (Por Ej., comprando libros sobre Internet, probando nuevos navegadores, indagando proveedores de Internet, organizando fichero o descargando materiales).

6) Actividades sociales, ocupacionales o recreativas se dejan o reducen a causa del uso de Internet.

7) Internet se continúa usando Internet un pesar de saber que se tiene un persistente o recurrente problema físico, social, ocupacional o psicológico que parece ser causado o exacerbado por el uso de Internet (privación de sueño, dificultades maritales, llegar tarde a las citas por las mañanas, abandono de los deberes profesionales, o sentimientos de abandono de personas significativas, donación de personas significativas).

Los procesos de inversión energética del objeto se dan en ausencia del propio objeto a través del medio cancelando la vida socio-familiar a cambio de la nueva vida virtual acompañada de un infinito saco de recompensas de cualquier tipo. Incluso varios usuarios señalan haber comenzado la adicción a otros objetos a raíz de la adicción a Internet. Por enlistar algunos está las compras compulsivas en línea, adicción al sexo, ingestión de bebidas alcohólicas o compulsión a permaneces durante horas en juegos electrónicos por computadora.

3.6 Ludopatía

La ludopatía consiste en una alteración progresiva del comportamiento por la que un individuo siente una incontrolable necesidad de jugar, menospreciando cualquier consecuencia negativa. Se trata de una adicción.

La Ludopatía es un trastorno reconocido por la Organización Mundial de la Salud (OMS) que en su clasificación Internacional de Enfermedades en el año 1992. Sin embargo, esta no fue la primera vez que, como categoría diagnóstica y con el nombre de Juego Patológico, se reflejó en los ámbitos profesionales. Ya en 1980 aparece en el Manual Diagnóstico y Estadístico (DSM III). Para detectar casos de Juego Patológico en población normal (normalmente con el fin de conocer la prevalencia e incidencia del problema) se utilizan diversos instrumentos estadísticos como el South Oaks Gambling Screen o la Escala Breve de Detección de Juego Patológico.

El juego puede llegar a ser algo más importante en la vida de un jugador que su familia, trabajo o bienes materiales. Tan fuerte puede ser la dedicación al juego que la alimentación, sexo o relaciones sociales pasan a constituir algo secundario.

El jugador compulsivo es manejado por un impulso incontrolable para aceptar riesgos, hecho que va minando toda su vida. En muchas ocasiones, el jugador tiene que recurrir a actividades ilegales o contra su propia naturaleza para obtener el dinero que escapa de sus manos. También presenta un elevado riesgo de cometer suicidio.

Los ludópatas pueden manifestar otras enfermedades de origen psicosomático. Suele estar aparejada con otras adicciones como el alcoholismo y el tabaquismo. Las familias suelen tener un patrón característico de funcionamiento, de manera que el propio afectado por el problema no suele ser la persona que solicita ayuda a los servicios profesionales y/o las asociaciones de autoayuda. Indicios de juego compulsivo:

Su comportamiento produce en la familia síntomas de depresión o desesperación.

Amenaza a los recursos económicos familiares.

Desatención al trabajo e incursión en actividades ilegales para poder jugar o bien para reintegrar el dinero a amigos, familiares, entidades financieras, etc.

La paradoja que se ha encontrado en el manejo positivo (diario) de una adicción que se frena o arresta “es que el sujeto tiene que derrotarse” ante el poder de su objeto de sujeción. Sólo si considera más poderoso a su objeto de sujeción (adicción) que a su propia voluntad es posible dejarlo atrás. Y ello lo logra al reconocer un poder superior a él mismo, que puede ser la naturaleza, la sociedad, Dios o en su caso la asociación de adictos en recuperación a la cual se integra (poder superior por lo que hace a la enorme experiencia acumulada y que el nuevo asociado aún no posee, es decir qué hicieron ellos que yo no para poder salir de su condición destructiva). Para llegar a ese nivel de derrota del ego se requiere haber tocado un fondo de sufrimiento profundo.

3.7 Sociedades de riesgo

Mucho se habla de las sociedades de riesgo pero en realidad todo ser humano que llegue a evadir una emoción por mínima que esta sea, se pone en riesgo de crear una relación energética con un objeto. De hecho es una actitud constante y visible, tienen que ver con la retención de cualquier pensamiento y el volver a sentir una y otra vez una emoción que no fue expresada (vivir en el resentimiento). Desde que el bebe se encuentra receptivo a la vida emocional de su madre ya comienza a recibir descargas que no reconoce de forma psíquica, pero las percibe de manera sensible.

“Las conductas compulsivas y obsesivas son en sí mismas formas de adicción; de estas difícilmente se escapa alguno de nosotros si de verdad se es sincero y realista”¹ Basta recordar el final de la película Inocencia interrumpida cuando la narradora describe cómo todos tenemos en mayor o menor grado rasgos de cualquier enfermedad emocional.

El valor que implica poder emprender el trabajo de la percepción de uno mismo frente a los refugios que cada quien puede llegar a solicitar es el resultado de la más fructífera batalla, más aún cuando se da bajo la mirada de otros sujetos, capacitados para mirar en otros lo que acontece en sí mismos hasta que un día sin pensarlo pueden nombrar las cosas que los acechan.

Como se verá en el tema siguiente la expresión de las cosas conforme van sucediendo es la clave para ir desatando los nudos que nos hemos atorado. Como en esa frase coloquial “ya no ata ni desata” cuando se refieren a alguien que ha caído en la locura, es decir, ya no puede tomarse de otras lianas ni soltarse de las que lo sujetan.

¹ DE CASTILLO, María Esther B., **Libre de adicciones**. Pág.15

3.7 Sin palabras...

Todas la a-dictio, como su nombre lo indica tienen en común ser una conexión (relación) silenciosa con un objeto de manera compulsiva, que produce repetidos estados de euforia, de esta forma cualquier objeto puede ser una adicción (es decir un secreto a voces placentero para quien se vuelca en él).

La adicción va desde comer un dulce de más hasta no dejar de mirar el celular para revisar si no han llamado, llamar todo el tiempo a los amigos. Básicamente en todas aparece la incapacidad de convivir con uno mismo y contemplarse sin caer en la tentación de encender la radio o el televisor, o llamarle a alguien.

Una comedora compulsiva de un grupo comentó que “a mí me gustaba mucho ir a comer sola pero siempre terminaba hablándole a alguien a mitad de la comida” porque no hay un reemplazo real para las interacciones humanas. Aprender a ser humano es establecer vínculos emocionales con otros humanos sin temer expresar (en el lugar y el momento que se presenta) todas las emociones en el devenir cotidiano de la vida, porque el río seguirá fluyendo aunque la piedra permanezca enmohecida.

4 CAMPAÑA SOCIAL:

“ENFRENTA TUS EMOCIONES LIBÉRATE DE ADICCIONES”

ANTECEDENTES

Para Freud existe un mecanismo inconsciente en el que las negaciones se convierten en afirmaciones, lo anterior significa que las campañas contra las adicciones basadas en la negación a las mismas como “Di no a las drogas” (sería igual a di sí...) o en la crítica hacia ellas, despierta en los sujetos adictos una actitud reactiva; pero si en lugar de llevarse a cabo de esa forma, se abordan desde la afirmación (de la libertad, el amor, el sentido de la vida, la coherencia y la responsabilidad [o cualquier otra afirmación hacia la vida]) se lanza un mensaje promotor de la proacción.

La historia de las adicciones nace en el momento en que surge la evasión emocional y con ello los sujetos de las emociones, muestra de esto son los ejemplos en la propia biografía de grandes de la literatura: “Dostoievski y Góngora eran ludópatas (adictos al juego); otros personajes de la historia como los reyes Carlos I y V, bulímicos, y Felipe IV, sexo adicto, así mismo podemos ver la presencia de personajes adictos en los propios personajes de la literatura como madame Bobary (compradora compulsiva) y el adicto hiperfágico (comedor compulsivo) Ernesto de la obra maestra del gran Oscar Wilde “La importancia de llamarse Ernesto”, quien reaccionaba con tremendas ganas de comer cuando se sentía embargado por una emoción negativa.”

Aunado a lo anterior la gente actual ansía desmesuradamente relajarse mediante todo lo que tenga a su alcance, desde la adicción a diversos fármacos (drogadicción), hasta diversos objetos como Internet, el trabajo o cualquier otra cosa que le permita evadir las situaciones emocionales que van surgiendo y carecen de cabida en un mundo cada día más acelerado y con menos oportunidades de reflexión y detenimiento ante la presencia de “el estrés abrumador y distorsionante (distrés)” (ALONSO-Fernández, Pág.15)

Así, partiendo de la idea de que las adicciones surgen ante la incapacidad de enfrentar y solucionar las emociones, se pretende hacer una campaña social con el fin de sensibilizar a la población en el sentido amplio del término, ya que en medida que se pierde la sensibilidad, existe mayor sensación de angustia y sin ello aumenta el riesgo de desear fervientemente evitar el dolor que esto produce antes que enfrentarlo.

A su vez es un esfuerzo por crear un mensaje publicitario alternativo que haga un claro llamado de atención ante la posibilidad de llevar la vida de manera diferente, porque la

exigencia social de lo que no existe en realidad provoca mayor frustración y represión en las personas que, en muchos de los casos, no son capaces de ver lo que les está ocurriendo.

El público objetivo, por lo tanto, son todos aquellos que en algún momento de su vida hayan sentido que sus sentimientos no son escuchados o no se hayan atrevido a nombrar a sus demonios para salir de su a-dictio (sin palabra o secreto doloroso) y puedan expresarla de alguna manera ¿cómo? No se trata de darles la solución creando un programa gubernamental deportivo o de capacitación laboral sino de provocarlos a emprender el trabajo de conocer (entrar en empatía emocional con) lo que llevan dentro y así iniciar en ellos el conocimiento y la reafirmación de cada uno, sin tratar de homologar un estilo de vida conveniente para un tipo de pensamiento.

Para ello se ha propuesto como primera fase de la campaña (lanzamiento) la publicidad móvil y fija en toda la Red de Transporte Colectivo Metro de la Ciudad de México así como en lugares de trabajo.

El diseño Web de una página en Internet donde puedan acceder a diferentes cuestionarios cuyo objetivo será presentar cada mes cómo fue la vida de algún personaje para conocerse y llegar a sus metas, así como la utilización de cuestionarios que irán directo a una base de datos estadísticos para futuras investigaciones y la propia evolución de la Página Web.

La estrategia creativa propuesta a continuación corresponde a la ardua investigación previa que contienen los capítulos anteriores y pretende provocar al público para invertir tiempo en su autoconocimiento personal.

La campaña se compone de los siguientes elementos:

Problema de comunicación

La necesidad de contribuir activamente en la transformación de la percepción del problema de las adicciones.

Misión

Captar la atención de la audiencia provocando un acto reflexivo

Visión

Provocar un cambio de acción en la vida cotidiana de algunos sujetos que forman parte de la audiencia total

Objetivos

Comunicar la posibilidad de liberarse de las adicciones

Sensibilizar a través de una imagen

Fortalezas

Ninguna campaña ha tratado el tema de las adicciones como la ausencia de la comunicación de los problemas

Oportunidades

La importancia de la libertad para la audiencia

Debilidades

Carece de una Institución que la avale

Amenazas

Dificultad de canalizar a la audiencia a alguna solución práctica y tangible.

Promesa Básica

Si enfrentas tus emociones no habrás de cubrirlas con adicciones entonces podrás liberarte.

Razonamiento

El desarrollo del problema visto como la ausencia del relato de los conflictos, teoría que será detallada ampliamente en la página Web haciendo uso de un lenguaje coloquial y accesible.

Foco de venta

Enfrentar tus emociones te libera de adicciones porque aunque necesites padecer por un momento las inevitables contrariedades de la vida, podrás ir desatando nudos y conociendo otras alternativas o posibilidades de acción que irán enriqueciendo tu vida.

Imagen

Liberación que te permite actuar con mayores posibilidades

Gimmick:

El gancho se hará de manera visual al utilizar la imagen de las esposas que quedan abiertas pues las manos han sido liberadas.

PLATAFORMA CREATIVA**Posicionamiento**

Es muy importante reconocer las emociones y poder así ser libre, siendo muy importante que quede clara la noción de liberación de una esclavitud a la cual están sujetas las propias manos, mismas que pueden liberarse si deciden soltar las cadenas.

Tipo de campaña

Lanzamiento, porque no existe una campaña previa con las misma intención.

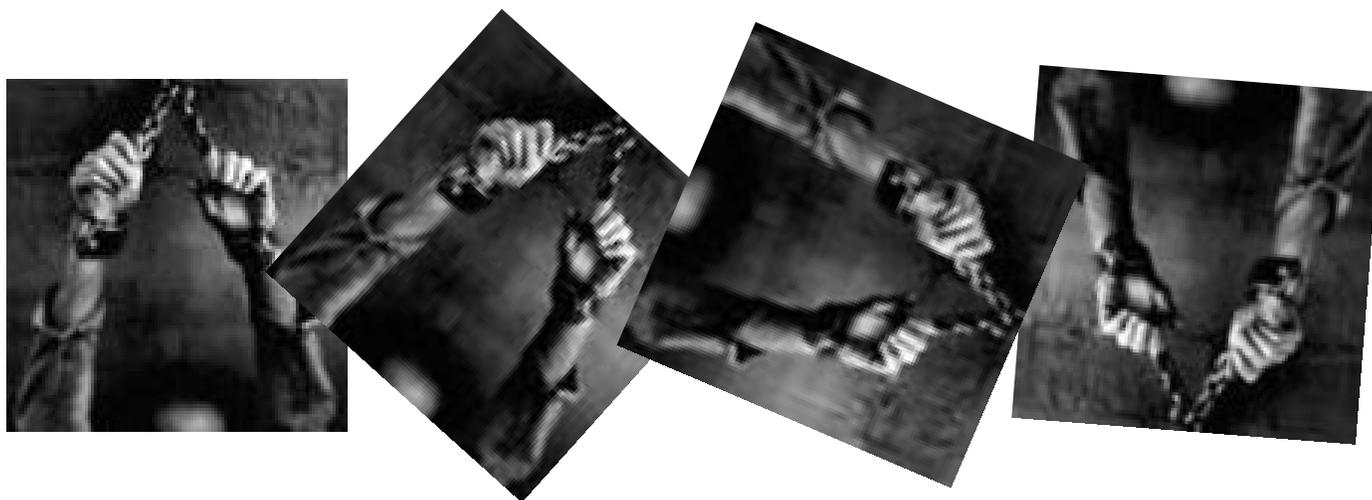
Slogan

“Enfrenta tus emociones, libérate de adicciones”

Tipo de mensaje

Imperativo y en mayúsculas con signos de admiración haciendo énfasis en tomar una acción en torno al problema.

PLATAFORMA VISUAL DUMMY DE PUBLICIDAD MÓVIL



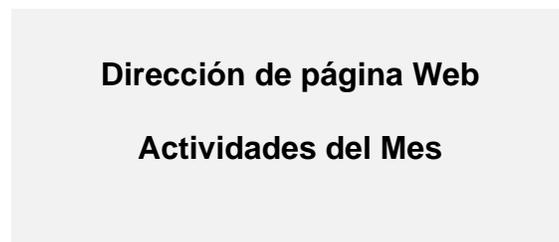
DUMMY DE IMPRESOS

Postales

FRENTE



ATRÁS



ESPECTACULARES



**¡ENFRENTA TUS
EMOCIONES
LIBÉRATE DE
ADICCIONES!**



Revistas

**¡ENFRENTA TUS
EMOCIONES
LIBÉRATE DE
ADICCIONES!**



Pág. Web...

CONCLUSIONES

Como resultado de la investigación se obtuvo un documento teórico – vivencial que retrata no sólo el despliegue de la noción sujeto-al-objeto en su relación con la falta de nombramientos o a – dictiare carencia de dictio o palabra como una nueva aportación teórica. Tal investigación teórica sentó las bases fundamentales para desarrollar una campaña publicitaria con el fin de promover una vida libre de dependencias, ya que a mayor diversidad de actividades cotidianas mayor in-dependencia y a menor versatilidad y continuidad de actividades mayor co-dependencia.

Así, el material obtenido tanto de fuentes directas como de las otras herramientas de recolección de datos, dieron como resultado la comprobación en torno al origen socio-subjetivo (sujeciones sociales) de las adicciones y, al final, de su impacto social y con ello se reafirma la importancia de llevar este tipo de temas a la mirada pública para generar así, nuevas y enriquecedoras discusiones que abran camino a maneras distintas de encarar este tipo de adicciones como problema de interacciones promotoras del acatamiento no dialogado de acciones dentro de las redes sociales.

De esta forma, cualquier persona interesada en el tema de la relaciones dentro de sujeciones sociales contará con elementos que le permitan desarrollar nuevas miras hacia la descripción social y el estudio de las interacciones humanas. Esta investigación es un paso más en el punto de partida de la observación social hecho en un esfuerzo multidisciplinario porque contiene datos bio-psico-espirituales de la conformación de las llamadas ataduras o lianas para construcción y tránsito del ser humano en la vida.

La experiencia de especialistas y lo sujetos de la vida cotidiana fueron los hilos utilizados para hilvanar el cierre, no sólo de la investigación misma, sino del proceso de poner la última colcha en el camino de la titulación. Tal experiencia ha dejado como lección final que sólo la autoafirmación del sentido trascendental de la vida puede dotarnos de armas para construir el camino y transitar hacia el éxito entendido como la obtención de la tranquilidad y el contentamiento (fuera de todo extremo eufórico o depresivo), estados del cuerpo-mente-espíritu asequibles sólo en el camino de en medio. Las pasiones son las sujeciones del hombre, mientras que las virtudes son las lianas para sujetarse y caminar libre de adicciones.

BIBLIOGRAFÍA

1. ABBAGNANO, Nicola. **Diccionario de filosofía**. 3ª Edición. Edit. FCE. México, 1998
2. ABOITES, Vicente. **El láser**. Edit. FCE. México, 2004
3. ALONSO-Fernández, Francisco. **Las nuevas adicciones**. Edit. TEA, España, 2003
4. ARISTÓTELES. **Ética nicomaquea**. 20ª Ed. Edit. Porrúa. México, 2004
5. BECK, Ulrich. **La sociedad del riesgo**. Edit. Paidós. España, 2006
6. BERGER, Peter y Thomas Luckmann. **La construcción social de la realidad**, Edit. Amorrortu. Argentina, 2006
7. BOBBIO, Norberto. **Diccionario de política**. 11ª Ed. Edit. Siglo XXI. México, 1998
8. COMPANYS, Antoni. **Pregúntale a Krishnamurti**. Edit. Tikal. México, 1998
9. DE CASTILLO, Ma. Esther, Elia Ma. B de Maqueo y Tesha P. de Martínez Báez. **Libre de adicciones**. Edit. PROMEXA. México, 1991
10. DELHUMEAU, Antonio. **El hombre teatral**. Edit. Plaza y Janes. México, 1983
11. ECCO, Humberto. **Cómo se hace una tesis**. Edit. Gedisa. España, 1977
12. ELÍAS, Joan y José Mascaray. **Más allá de la comunicación interna**. Edit. Gestión. España, 2000
13. FREUD, Sigmund. **Esquema del psicoanálisis** Edit. Debate, México 1998
14. Freud, *Formulaciones sobre los dos principios del acaecer psíquico*. **Obras completas**, Vol. 12, Edit. Amorrortu, Buenos Aires, 1996.
15. GIDDENS, Anthony. **Sociología**. 4ª Ed. Edit. Alianza. España, 2002
16. GÓMEZ de Silva, Guido. **Breve diccionario etimológico de la lengua española**. Ed.4ª Edit. FCE.
17. GREEN, André. **Concepción psicoanalítica del afecto**. Edit. S. XXI. México, 1975
18. HAEUSSIER, Isabel. *“Desarrollo emocional del niño”*, incluido en Grau Martínez A. y otros. **Psiquiatría y psicología de la infancia y la adolescencia**. Edit. Médica Panamericana, España, 2000.
19. HERNÁNDEZ Sampieri, Roberto, Carlos Fernández Collado y otros. **Metodología de la investigación**. Edit. Mc Graw Hill. México, 2001
20. HIGASHIDA, Bertha. **Ciencias de la salud**. 3ª Ed. Edit Mc Graw Hill. México, 1998.
21. IMASHLY – Gandhi, Rashna. **La psicología del amor**. Edit. Fata – Morgana. México, 2004.
22. KRISHNAMURTI, Jiddu. **La libertad primera y última**. 6ª Ed. Edit. Sudamericana. Argentina, 1974
23. KRISHNAMURTI, Jiddu. **La libertad reto esencial del hombre**. 3ª Ed. Edit. Orión. México, 1977.
24. KRISHNAMURTI, Jiddu. **La mutación psicológica**. 4ª Ed. Edit. Orión. México, 1974
25. ROJAS Soriano, Raúl. **Guía para realizar investigaciones sociales**. Edit. Plaza y Valdés. México, 1992
26. ROSENTAL, Mark Moiseevich. **Diccionario de filosofía**. Edit. Akal. España 1975
27. SARTRE, Jean Paul. **El ser y la nada**. Edit. Losada. Argentina, 2004
28. TOURAINE, Alain y Farhad Khosrokhavar. **A la búsqueda de sí mismo**. Edit. Paidós. España, 2002
29. VARIOS. **Diccionario de política**. Edit. Valletta. Argentina, 2001

CIBERGRAFÍA

1. Instituto de Terapia Cognitiva. “La temible soledad”. **URL: <http://www.inteco.cl/temas/t0104a.html>**. Fecha de consulta 30 de octubre de 2006
2. Real Academia Española. *Diccionario de la Lengua Española*. 20ª Ed. Versión Internet. **URL: <http://rae.es/>**
3. Rivero Zúñiga, Jorge. “El sentido de la vida”. **URL <http://www.gestiopolis.com/canales7/rrhh/motivacion-e-incentivacion-para-el-trabajo.htm>**
4. Varios. Libro experiencias 2005. Fuente, AA (Versión electrónica en formato pdf.)
5. Wikipedia la enciclopedia libre. **URL: <http://es.wikipedia.org>**

FUENTES TEATRALES

1. BONILLA, Héctor. **Defendiendo al cavernícola**. César Bono (Estelar). Morris Gilbert y Federico González Compeán (Producción). Jaime Matarredonda (Dirección)

VIDEOGRAFÍA

1. CHERRY, Marc. **Esposas Desesperadas (Desperate Housewives)**. Teri Hatcher, Felicity Huffman, Marcia Cross, Eva Langoria y Nicolette Sheridan (Protagonistas). Cherry Alley Productions. USA, 2004
2. GORDON, Mark. **Grey (Grey's Anatomy)**. Ellen Pompeo (Protagonista). Mark Gordon Productions. USA, 2005
3. 20th. Century Fox (Diversos directores). **Bones**. Emily Deschanel y David Boreanaz (Protagonistas). 20th Century Fox. USA, 2005

FUENTES DIRECTAS

1. Reunión de Grupo de Alcohólicos Anónimos
2. Conferencia testimonial de CONADIC en el Colegio de Ciencias y Humanidades Plantel Sur
3. Entrevista con el Dr. Jorge Vivanco, especialista en teología
4. Conferencia de Hans Küng *Una ética mundial para los retos del presente*. 26 de Marzo de 2007. Ciudad de México
5. Observación participante de dinámicas familiares
6. Conferencia “*Conformación familiar para el reto del nuevo milenio*” por Lauro Estrada.
7. Conferencia “*Incluir las diferencias: un debate sociológico para un futuro posible*” por José Pérez Adán. Transmisión en vivo vía Internet.