
Concepto del ser y del ego

Elia Izaguirre León

Son conceptos antagónicos en nuestra civilización occidental. Los franceses los plantean en términos de ser y estar, clasificando las afecciones mentales como enfermedades del ser y enfermedades del estar (ejemplo: “yo soy un enfermo” / “yo estoy enfermo”).

Ya ellos señalaban que tratar a un ser humano como un subser es no darle la dignidad que tiene y merece en algún rincón de sí mismo, por devaluado que se encuentre.

El auténtico nexos entre dos seres parte de buscar cuidadosamente aquella partícula que conecte al uno con el otro y desde ahí rescatar su integridad. A veces los libros de autoayuda, de autoestima o acerca de técnicas de afectividad son necesarios como muletas del ego, cuando el ser se ha descalificado en un mundo de valores competitivos.

Ser *-self-* sí mismo equivale a la esencia del ser humano, autenticidad de la humildad, de la dignidad, de la libertad. Esencia, naturaleza. Modo de existir (ejemplo: cuando a una periodista italiana le preguntaron por el ser más libre que hubiera conocido, ella dijo que sí, que lo conocía y estaba en la cárcel).

Ego-yo, corazas, defensas, vestiduras, mesianismo, omnipotencia (pecho afuera). Sustancia inferior al yo espiritual, personalidad. Alexander decía que si la historia de Edipo pudiera servir de profecía, esta consistía en que al lograr éxito y poder (Edipo rey y esposo, un simple mortal) solo se corre el riesgo de encontrarse con la disociación, la ruptura o el quebrantamiento del fondo individual.

El verdadero colapso del mundo reside en el empobrecimiento de la vida interior o emocional de sus habitantes.

El desafío del hombre es desafiar y reconciliar los aspectos de su personalidad. A nivel corporal es un animal, a nivel de ego es un semidiós.

Erich From habla de la naturaleza paradójica del hombre: mitad animal, mitad humano. Gusanos y dioses que se expresan en términos de ego y de cuerpo, de autoconciencia del hemisferio izquierdo y de inconsciencia del hemisferio derecho que se desarrolla a través de un proceso histórico en el que el hombre primitivo baja de los árboles a la llanura. Allí, precisamente, empieza el problema; su naturaleza dual lo hace vulnerable a la enfermedad mental.

Tenemos la antítesis
Triunfar y no ser persona
Énfasis en el éxito y poder
Meta es hacer más y sentir menos
Sexualidad (+acción) y (-pasión)
En cuanto a personas somos fracasos
Hablamos de paz y nos preparamos para la guerra
Reexigen al niño comportamientos culturales
Egocéntrico va unido al título de rico y famoso ¿Gandhi?

Estar cansado es una protesta del cuerpo, hay que darse tiempo para respirar y sentir
Aceptar el dolor
Buscar paz interior, estabilidad y placer
Disfrutar el trabajo.

El enfoque integral de Jung plantea cuatro grandes áreas de personalidad del ser:
Pensamiento-mental
Emoción-represión
Conducta-acción
Cuerpo-intuición

La última es la más importante, pues en el cuerpo nos redescubrimos. La intuición que reside en el cuerpo, en nuestras células, es algo visceral: “salió de mis tripas”, “tener piel”, etc.

El individuo neurótico teme abrir su corazón al amor, teme ser auténtico, teme luchar.

Ser uno mismo es abandonarse al sentimiento y entonces el dolor disminuye. Llorar es el mecanismo más primitivo que tiene el cuerpo para aliviar las tensiones y el dolor. Resguardarse en el ego, sonreír, enderezarse para ocultar la tristeza no funciona a largo plazo, en algún momento el cuerpo más sabio se quiebra (ejemplo: un infarto, un tumor).

Se dice que el cuerpo no engaña porque encierra la verdad más íntima.

La comprensión se relaciona con los procesos sensibles del cuerpo y con lo íntimo, es un sentimiento corporal, desde abajo.

En este momento se plantea cada vez de manera más sólida que todas las enfermedades nacen de un problema emocional que ocurrió en algún momento de la vida.

Coleridge dice que la comprensión es el “poder de relacionarse con las impresiones de los sentidos y componerlas en un todo”. Esto es lo que hacen los polluelos cuando comen algunas cosas y desechan otras.

Ellos comprenden qué es bueno y qué no lo es. Los niños poseen la misma habilidad. Por cierto esta comprensión se limita a aquellas impresiones sensoriales cuyo significado ha

aprendido la gente a través de la historia evolutiva de las especies. Comprender significa saber “qué hay detrás”.

Detrás de un niño, en este caso detrás de un pollo, hay millones de años de evolución que han informado al cuerpo, lo que significa ser un niño o un pollo.

La comprensión se difunde a través de los tejidos del cuerpo que siente y responde inteligentemente al medio ambiente natural.

Seifritz, quien estudió durante años el légamo (ciénaga, barro), comentó: “No puedo decir que el protoplasma sea inteligente, pero con seguridad hace cosas inteligentes”.

Una categoría del ser única e irremplazable es el encuentro, tiene por raíz semántica “contra”... encuentro quiere decir que dos personas no solo se hallan juntas sino que se experimentan una a la otra con la totalidad del ser.

En Gestalt se usa la terapia de la silla vacía o silla caliente, donde el énfasis está en la emoción y en darse cuenta de ella.

En la medida de su encuentro con otros seres, el ser humano alcanza su mayor nivel de madurez y este encuentro, en su aspecto profundo e íntimo, solo se da en el ser y no en el ego.