

A CABA de aparecer mi libro «¿Quién eres?», un manual de psicología de la personalidad y sus trastornos. Ambos, nuestro cuerpo y nuestra personalidad, compañeros permanentes de viaje inseparables, que constituyen dos ingredientes fundamentales. La personalidad se puede definir como la forma de ser, pensar, sentir y reaccionar de cada uno. Pautas de conducta fuertemente arraigadas que se mueven entre lo hereditario, lo adquirido y la experiencia de la vida. Estructura organizada y dinámica en donde residen los aspectos físicos, psicológicos, sociales y culturales.

Una de las máximas del héroe griego es conocerse a sí mismo, saber los propios límites, las aptitudes y las limitaciones, también en esa época se puso de relieve la importancia de la *sofrosine*, alcanzar el equilibrio y la armonía interior. Tener una personalidad equilibrada es una tarea, lenta, gradual, progresiva, paulatina, de aprendizaje por ensayo y por error. Años de esfuerzo por ir uno mismo puliendo y limando las aristas y recodos de la forma de ser. La personalidad es transparente y opaca, mediterránea y continental, lúcida y críptica, apolínea y dionisiaca.

Aprender a conocer la ingeniería de la personalidad abre el apetito de saber más. En última instancia, la personalidad es un patrón de comportamiento que significa una forma de relacionarse consigo mismo, con los demás y con la realidad. Si uno está bien estructurado psicológicamente, va consiguiendo poco a poco una administración inteligente de la vida. Los griegos decían que existían tres etapas en la vida: una primera en la que uno es autor y que mira hacia el futuro; una segunda en la que uno es actor y se instala en el presente y una tercera en la que uno es espectador, en donde la óptica se dirige hacia el pasado. Las etapas de la vida se van remansando dentro de nosotros y van dejando una huella que marca la personalidad.

Si se repasan las grandes creaciones de la Historia, la forma suprema de la creación está representada por la vida ejemplar: que es una y mil veces mas educadora que los mejores libros... es un proyecto vivo, hecho realidad, atrayente y aleccionador. Por ese derrotero se da uno cuenta que no han desaparecido los héroes. En esos umbrales descubre uno la importancia del modelo de identidad, que puede definirse como un prototipo humano que sirve de ejemplo y empuja a seguirlo a imitarlo en sus distintos aspectos. El modelo es una lección abierta que resulta sugerente y produce un sentimiento de admiración y provoca una reacción de copia y reproducción aproximada. En psicología hablamos de aprendizajes por observación: «cuando yo sea mayor me gustaría ser como... quisiera parecerme a...». Todos debemos buscar ejemplo y estilo y modos que sean tentadores y que muestren suficiente garra para seguirlos. Si educar es convertir a alguien en persona libre e independiente, el modelo de identidad sirve de espejo en donde uno se mira y busca un destino más o menos parecido. Los cuatro ingredientes del modelo son las vertientes física, psicológica, social y cultural. De cada uno de ellos se desprenden el modelo estético, afectivo, intelectual, profesional y cultural. De ahí se irá vertebrando la identidad de uno mismo. Pero no debemos olvidar que el hombre es un animal descontento, menesteroso, sinfonía incompleta con necesidad siempre de más de un retoque. Lo importante es que las ganancias compensen las pérdidas o, dicho de otro modo, saber mirar las cosas nuevas y viejas con ojos jóvenes.

El hombre inteligente es capaz de recoger algunas flores que nacen en los estercoleros y rescatarlas de la crueldad de un mundo que ha ido per-

ENRIQUE ROJAS

CATEDRÁTICO DE PSIQUIATRÍA

¿Quién eres?

«No es fácil llegar al fondo inequívoco

de la persona, hay antes que pasar por una

selva espesa, desbrozando senderos»



diendo el rumbo y no sabe a dónde se dirige. Tener un centro de gravedad es elaborar unos argumentos consistentes, una vida con sentido, en donde uno es capaz de engranar y armonizar lo de fuera y lo de dentro. Ortega decía que el hombre tiene medio cuerpo fuera de la realidad.

Si hoy el ser humano de los países más desarrollados vive en precario, está en el filo de la navaja como en la célebre novela de Somerset Maugham y los puntos de referencia brillan por su ausencia. El todo vale es la culminación de ello. La superficialidad es el envoltorio frívolo que nos rodea; el drama es que ella nos lleva de la mano al aburrimiento, a un tedio curioso y singular, que invita a replegarse sobre uno mismo y a la indiferencia

por saturación de contradicciones.

La persona es fachada e intimidad. Lo de fuera está al alcance de cualquier análisis. La intimidad necesita una labor de espeleología: descubrir la vida por dentro, lo que ha pasado, los hechos que la jalonan. La persona es transparente y opaca, mediterránea y continental, nítida y oscura, diáfana y borrosa. En esa dualidad circula la condición psicológica. La persona tiene ventanas, pero también cerrojos. El último reducto de cada uno alberga quién es, a lo que aspira, lo que le gustaría llegar a ser, sus fracasos y conquistas. No es fácil llegar al fondo inequívoco de la persona, hay antes que pasar por una selva espesa, desbrozando senderos.

Sentimientos y costumbres. Pasiones y hábitos. La vida como memoria y como fuente de vivencias agrupadas. Y el porvenir, solemne, ante nosotros. Porque sólo se vive una vez y hay que saber sacarle el máximo jugo a la existencia.

Hacer psicología significa hacer preguntas acerca de los porqués y los cómo. No aceptar las cosas porque sí, sino indagar su sentido. Ser capaz de ir contra corriente, cuando la masificación sigue un derrotero vulgar. El mundo personal debe tener un fondo jerárquico: hay una serie de valores estratificados que nos ayudan a tener una cartografía adecuada. Muchas de las crisis conyugales de hoy no son en sentido estricto propias de la pareja, sino crisis personales, en sujetos mal configurados. De ahí, que cuando se inicia una relación afectiva entre dos personas, lo que confluyen son dos proyectos y dos psicologías. Si cada persona es una historia singular de amor y dolor, cada desajuste de la personalidad es un desvío anómalo por no haber sabido poner sobre el tapete de la realidad lo mejor que uno tiene.

Las cabriolas zigzagueantes de la moda suelen tener un curso caprichoso. Sus árbitros van cambiando, de ahí el riesgo de apostar fuerte y seguir su curso, pues lo que hoy es, mañana no tiene buena prensa. Esas personas, arrastradas por la corriente de la moda, llegan a pensar que lo importante no es la dirección del río, ni la calidad de sus aguas, sino estar en medio de la corriente.

¿Qué puede uno esperar de su psicología si la ha ido trabajando y puliendo con esmero de artesano?

La aspiración no es otra que ser uno mismo, atreverse a escalar las mejores cimas posibles, tener un buen equilibrio psicológico y a la larga, estar contento con la forma de ser propia. Tener la virtud de las ideas sencillas y los objetivos claros.

Por esos caminos se va uno a ir encontrando de bruce con la felicidad. La felicidad no está en los cien pájaros volando y no en el que tenemos en la mano, por eso la felicidad es ilusión, pretensión, aspiración de llegar. El tiempo. Ese gran escultor va pasando a nuestro lado eligiendo lo que debe perdurar y renunciando a lo que merece deshacerse en espuma ceniza y viento. Si el tiempo amarrilla las fotografías y hace borrosos los recuerdos, acrisola mejora y ennoblece la personalidad y la llena de coherencia y de amor.

Amor y personalidad, sentimientos y psicología. El amor es alquimia y magia y códigos secretos y complicidad: química y hechicería. La personalidad es nuestra residencia, el lugar donde habitamos, el espacio donde nos sentimos en profundidad con nosotros mismos.

MEDARDO FRAILE

ESCRITOR

Mejor un volcán

L OS orioles de la pequeña isla caribeña de Montserrat —«Icterus oberi»— se extinguían en ese reducto paradisíaco de millonarios que, al escribir a su administrador, mocionaban su correspondencia con sellos del oriol macho —amarillo y negro— o de su hembra, ataviada siempre de verde oliva. Languidecían a ojos vistas, como la princesa de Rubén, sin que los ornitólogos consiguieran averiguar la causa. Para agravarlo todo —a hombres y pájaros—, se produjo la erupción del volcán Soufrière hace cuatro años, que acabó con la esperanza de que esa especie única de oropéndola sobreviviera. La isla y su pequeña capital, Plymouth, son hoy poco menos que un erial de lava y ceniza y los científicos con la cabeza a pájaros, eligieron echarse a volar también y explorar la isla a distancia, con fotografías tomadas en helicóptero.

A un lado del volcán, no demasiado lejos del cráter, vieron una pequeña mancha de selva que había resistido a la devastación y allí encaminaron

sus desvelos en busca del pájaro que creían extinto. Otra cosa les parecía imposible. El oriol tendría que haber superado altas temperaturas, gases letales, ríos de fuego y bombardeo de rocas para sobrevivir, lo que no habían conseguido muchos seres humanos, pero los alicaídos científicos se quedaron de una pieza contemplando, durante tres horas, la vida y milagros de diez orioles, machos y hembras con sus crías, que garantizaban el futuro de su rara stirpe.

La vida normal —la vida entre nosotros— le va mal a los orioles, que andan de rama en rama desganados, sin entender muy bien por qué o para qué seguir viviendo. Pero un volcán es, para ellos, como una guerra pasajera contra todos y nadie, que un día empieza y otro día se acaba. Eso no ocurre con el hombre, que ha sido y continúa siendo el rayo que no cesa. Un volcán es un aliado gigante para esas criaturas canoras, tan febles como duras, porque les deja a solas el mundo para ellas, y ellas lo vuelven a convertir en nido.