

Mis circunstancias

Tenemos cuatro yoes (II)

27 de abril de 2006.- Resumiendo lo de ayer: conocido por mí y conocido por los otros, yo abierto; conocido por mí y desconocido por los otros, yo oculto; desconocido por mí y conocido por los otros, yo ciego; **desconocido por mí y desconocido por los otros, yo desconocido.** De los dos primeros ya hablamos, de los dos segundos hablaremos hoy.

Al yo ciego se le llama también yo desconcertante, porque nos parece imposible que algo de "mi yo" sea ignorado por mí y sea evidente para los demás. Es como ver mi nariz o mis ojos, son vistos por los demás pero no por mí. El ejemplo más claro lo encontramos en lo que podríamos llamar la impresión que causamos en los demás. Habitualmente **desconocemos lo que despertamos en los demás**, sobre todo lo que despertamos de negativo, porque no se nos dice. Sin saberlo provocamos en el otro cosas que desconocemos, algunas positivas y otras no, damos la impresión de seguros, o de tímidos, de listillos, de graciosillos, de pelmazos, de antipáticos... Podemos conocer este yo si tenemos amigos sinceros que nos digan lo que no nos gusta oír. Sólo en las relaciones interpersonales podemos hacernos más conscientes de los contenidos de este sector del yo. Por eso las terapias de grupo son también especialmente eficaces en descubrir al yo ciego, digamos que el grupo nos pone delante un espejo donde poder mirar a ese yo. Cuando nos informan de él solemos negarlo, nos defendemos como gato panza arriba, damos un sinfín de explicaciones, cuesta admitirlo.

El yo desconocido, ese sector que ni yo ni los otros conocen, es el inconsciente psicoanalítico. Es el sector de lo instintivo, de lo reprimido, donde bucean las psicoterapias profundas. Lo tengo dentro de mí, pero no tengo acceso directo a ello. Se manifiesta especialmente en los sueños. Si lees la Interpretación de los sueños de Freud, poco a poco, como beben las gallinas, quizás descubras aspectos insospechados de ese yo hermético y cerrado, pero que influye de la forma más decisiva en nuestra conducta, calladamente, sin que se advierta.

Eres lo conocido, lo oculto, lo ciego y lo desconocido. Pero déjame decirte una cosa: Por encima de todo, **sé tú mismo**, no importa lo que seas.

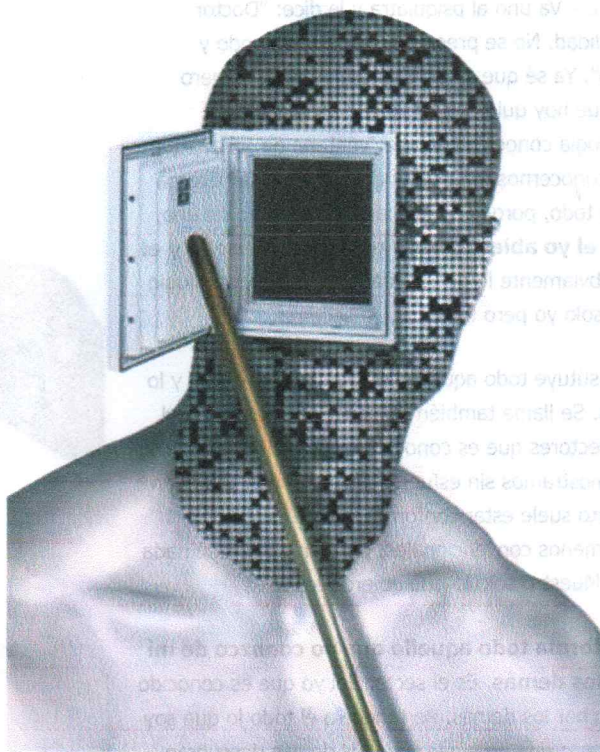


Ilustración: Ángel Pantoja