

Equilibrio psicológico y ego funcional*

Podemos decir que el ego funcional se basa en el respeto por la vida, la salud y la dignidad del ser humano.

Podemos preguntarnos si la búsqueda del provecho rápido y permanente como valor fundamental de la sociedad puede garantizar que el ego de todo ser humano busque respetar la vida, la salud y la dignidad del ser humano.

Los que se ocupan de vender armas, bebidas alcohólicas, comidas rápidas, drogas callejeras, tabaco, mujeres, niños y órganos humanos no parecen apreciar la salud, la vida y la dignidad del ser humano.

Para conducir un automóvil se acepta sin protestas que ese conducir ya está regulado y supervisado por semáforos, por reglas de conducir a la derecha de la ruta y límites de velocidad que si se sobrepasan se castigan con multa o cárcel. Además, está prohibido manejar cuando alguien ha bebido alcohol. Todo esto es muy sensato y aceptable y es la manera de mantener el equilibrio urbano en lo que se refiere al movimiento de los automóviles.

En un partido de fútbol existe supervisión basada en claras reglas que prohíben el juego sucio, el daño mutuo, y la expulsión de la pelota fuera de los límites del campo de juego. El juego está supervisado por tres jueces. El ego funcional es necesario para jugar un partido de fútbol. Alguien tiene que jugar de arquero. El problema comienza cuando el arquero compite consigo mismo queriendo ser el mejor arquero del mundo, el más rico, el más famoso. El significado del partido es pasar un buen momento y no triunfar sobre el adversario inventado.

Aceptamos estas reglas, estos límites y esta supervisión como sensatas y necesarias para conducir autos y para jugar al fútbol.

Existen roles para mantener estos equilibrios, en una sociedad superpoblada y que sufre de graves epidemias mundiales, pobreza, desempleo y desamparo de familias enteras.

El juez de línea no puede patear la pelota y participar como jugador en el partido y el jugador no puede hacer de juez. Si lo intenta, puede ser expulsado del juego, dejando a su equipo traicionado, con un hombre menos, por no haber aceptado los límites, las reglas y la supervisión de su rol.

** Fragmento extraído del libro: "MÁS ALLÁ DEL SILENCIO", de Rubén Feldman González. Puede hacer clic aquí para descargarlo gratuitamente.*

En una familia existen roles: padre, madre, hijo e hija. Los padres pueden ser amables, pero no amigos con sus hijos. En una profesión existen roles, límites y reglas: el médico no puede ser amigo o familiar de su paciente. El médico puede ser amable, pero no amante, con su paciente. La intimidad de los padres y del profesional no debe ser invadida por los hijos o los pacientes. Si esto ocurre, el rol fracasa en su función.

Los límites, las reglas y la supervisión facilitan el adecuado funcionamiento de un rol que alguien tiene que ejecutar. Una esposa fracasa en su rol si le sirve vodka a su esposo alcohólico.

Las grandes corporaciones y los bancos solían estar limitados, regulados y supervisados por miembros de los gobiernos nacionales que desempeñaban esos roles, de manera de mantener un equilibrio social y económico, así como para proteger la vida, la salud y la dignidad de los empleados y los trabajadores.

Entre los amigos existe una interdependencia emocional que no conviene que esté presente en el gobernante que supervisa a un banco, en el juez de línea que supervisa un juego de fútbol, o en un padre que supervisa y limita a su hijo con el objeto de proteger su salud, su vida y su dignidad.

En el matrimonio vemos la más profunda y amplia interdependencia entre dos seres humanos. Esa interdependencia es emocional, física, financiera y educativa. Ambos conspiran para no caer en la percepción fragmentaria del pensamiento no funcional, que a su vez conlleva rabia, miedo y tristeza.

El mismo organismo regula ciclos como el hambre y la saciedad, el sueño y la vigilia, la comunicación y el silencio, el pensamiento y la Percepción Unitaria, con el objeto de mantener el equilibrio de la vida y la salud del cuerpo.

También tiene que haber un equilibrio entre la autonomía de hacer lo que queremos y el hecho de participar en el tráfico automotriz, el matrimonio, el respeto por la amistad y la salud, etcétera.

Sabemos que necesitamos dormir un mínimo de ocho horas por día y comer una dieta equilibrada con ejercicio para mantenernos sanos. No podemos pasar veinticuatro horas sin dormir sin pagar un precio, ni beber alcohol y fumar tabaco sin pagar un precio (nuestra salud).

Estos equilibrios psicológicos se basan en el sentido común del ego funcional, en el recto pensar del ego funcional. El sentido común me dice (para salvar la dignidad de la amistad) que establezcamos nuestros planes por escrito (clara, franca y abiertamente, sin ningún misterio ni secreto) para que la memoria no nos traicione en el futuro, para que los planes tengan éxito y para proteger la dignidad del amigo.

Ocho años de entrenamiento a veces no son suficientes para que un médico, un arquitecto o un abogado aprendan a equilibrar el desapego con la responsabilidad de su rol. Con el desapego se protege la propia salud, vida y dignidad. Con la responsabilidad se protege la salud, la vida y la dignidad de los que nos rodean. Responsabilidad y desapego no están separados.

Es difícil equilibrar la distancia con la proximidad que nos dan bienestar con los amigos y los familiares. Por eso les pedimos que nos hablen por teléfono antes de visitarnos, para que no vengan y no nos encuentren, o bien para que no interrumpen una tarea urgente.

Se le pide a los psiquiatras, durante su entrenamiento, que si van a hablar de su propia intimidad, sea sólo con objetivos educativos o terapéuticos. Nunca para usar al paciente como terapeuta. También se le pide que refleje la realidad que ve (sin distorsión), no para ser un ejemplo, sino para mostrar y educar. Se le dice que haga un equilibrio entre el trabajo (doce horas por día) y la familia (dos o tres horas por día). Este será sin duda, un equilibrio difícil.

En los restaurantes se regula la propina y se solicita un diez por ciento del gasto para los mozos (meseros). Otro intento de hacer un equilibrio con la salud, la vida y la dignidad de los meseros que atienden a los comensales.

Desde dos mil quinientos años atrás se habla de que Dios le dio al ser humano diez mandamientos para proteger la vida, la salud y la dignidad de cada ser humano. Lamentablemente en esto, cada uno es su propio regulador, limitador, juez y supervisor. En esto el ego funcional debe recurrir a lo mejor de sí. Por cierto, no favorecemos el equilibrio psicosocial, económico y ecológico de la humanidad construyendo más prisiones, armamentos, harenes, prostíbulos y ejércitos privados, lo cual parece ser la tendencia a fines del siglo xx y comienzos del siglo xxi.

Sin Percepción Unitaria no hay solución para ningún problema del ser humano.

Sólo en Percepción Unitaria se activa el necesario ego funcional que permite la interacción basada en el recto pensar, capaz de percibir sus propias incoherencias y capaz de impedir la caída en el ego no-funcional, cuya acción se basa en deseos innecesarios que rotan alrededor del provecho, el prestigio y el poder personal.

El pensamiento, el conocimiento y la memoria tienen un lugar en la vida humana, bajo la Percepción Unitaria.

Fuera de la Percepción Unitaria, el pensamiento, el conocimiento y la memoria aparentan ser todo lo que existe y en esa cárcel psicológica emergen los deseos innecesarios de provecho, prestigio y poder personal. ❖