

Enfermos de esperanza

Por Olga Pujadas

El ser humano, además de cuidados básicos como la alimentación y la higiene, necesita obviamente algo indispensable para su supervivencia: amor. Pero el amor no abunda, y ésta es la razón por la que todas las personas somos, en mayor o menor medida, neuróticas. Como crecemos sin el afecto suficiente, nos esforzamos durante toda la vida -a veces desesperadamente- por conseguirlo. Primero, la aprobación de nuestros padres. Después, la de nuestra pareja, amigos, jefes, sociedad en general... Mucho de lo que pensamos y hacemos en nuestras vidas está destinado, en efecto, a llamar la atención y lograr esa aprobación: por ello somos sumisos, somos complacientes, imitamos y competimos para no ser menos, queremos exhibirnos y destacar, queremos triunfar siempre... Somos como niños queriendo siempre atraer (o conservar) el cariño de nuestros padres.

Pero este esfuerzo, necesario hasta cierto punto, puede convertirse en una trampa. Porque a menudo, para conseguir supuestamente la aprobación que necesitamos, debemos idealizar ("quitar importancia") a los defectos de los demás, reprimir nuestros verdaderos sentimientos (dolor, miedo, rabia, tristeza), hacer cosas que realmente no nacen de nuestro corazón, etc., todo ello con la esperanza consciente o inconsciente de que se "produzca el milagro". Pero el milagro no suele producirse, ni en la edad infantil, ni en la adulta. Porque cuando alguien no nos quiere o, desde su neurosis, no puede querernos, nada en el mundo podrá cambiar ese hecho.

Es muy importante darnos cuenta de esto, si no queremos quedar atrapados, a veces durante décadas, en relaciones muy frustrantes y dolorosas. O en estilos de vida que no nos conducen a ninguna parte. Por ejemplo, no será suficiente con expresar nuestra pena y nuestra rabia porque tenemos muy claro que nuestros padres o nuestra pareja no nos quieren, etc. Necesitamos además descubrir que somos nosotros mismos quienes estamos aferrados, como niños desesperados, a la esperanza imposible de que, si "lloremos y pataleamos lo suficiente, quizá llegemos a conseguir que nos quieran"... ¡Seguimos enfermos de esperanza! Y esto es lo que realmente hay que solucionar.

Sólo cuando a través de una psicoterapia o por puro agotamiento las personas llegamos a descubrir nuestra orfandad desesperada, y caemos por ello en un pozo oscuro de soledad, abandono, tristeza, rabia, terror..., sólo entonces, paradójicamente, comenzamos a ver la luz al final del túnel. ¡Comienza nuestra curación! Porque habiendo perdido toda esperanza de ser amados, logramos por fin desapegarnos de quienes nunca nos amarán. Y, así, ya no necesitaremos seguir negándonos a nosotros mismos, ni fingir, ni sufrir, ni complacer, ni aguantar, ni depender inútilmente de nadie... ¡Nos sentiremos libres por fin!

Y éste será el comienzo de nuestra maduración.

fuelle: <https://olgapujadas.blogspot.com/2014/03/enfermos-de-esperanza.html>