

# IDENTIDAD

*Hno Paulo Dullius*

## **1 - ESTRUCTURACIÓN DE LA PERSONALIDAD Y FORMAS DE APRENDIZAJE: indicación, identificación, imitación...**

Cada cual tiene su realidad y con ella lee la realidad. Para comprender algo de nosotros, sobre todo la forma con la que llegamos a ser lo que somos, podemos mirar las formas de aprendizaje, las cuales nos pueden ayudar pues se aplican a nosotros y a los demás, inclusive a los que nos precedieron, a las culturas... desde temprano fuimos enseñados a juzgar y fuimos comparados y también comparamos y juzgamos. Mejor o peor, por encima y por debajo, más o menos, bien o mal, elogio o reproche, éxito o fracaso, todo eso son comparaciones, para pensar en nosotros mismos, estamos condenados a confrontarnos con otros seres humanos, con sus cualidades, sus virtudes, su belleza, su inteligencia, sus méritos. En cualquier forma de valoración siempre existe 'alguien' que constituye nuestra medida, que en la confrontación se coloca al centro de nuestro ser. Queremos ser mejores, superiores, más apreciados. No hay límite para este impulso. Por eso nunca terminan las confrontaciones, los juicios. Esta comparación y juicio tiene una relación directa con nuestra autoestima y nuestro sentimiento de valor.

Podemos decir que muchas cosas sobre nosotros mismos las aprendemos. En este aprendizaje entra la libertad efectiva. Aprendemos mediante varios procesos: indicación, identificación, imitación, elaboración personal.

### **- Indicación.**

Las personas recurren bastante a la indicación para hacer pasar su parecer, su deseo, sus valores. Pasamos la vida, sobre todo nuestros primeros años, recibiendo indicaciones, sobre cómo ser y cómo no ser, sobre cómo actuar y no actuar, sobre las creencias que hay que asumir, la socialización que hay que interiorizar, las relaciones que cultivar y las que hay que evitar. Este proceso tiene como tela de fondo la cultura, los valores, los modelos identificadores. De alguna manera, los procesos morales son una manera fuerte de indicación. Cada uno de nosotros pasa también buena parte de la vida indicando. Y es imposible no usar el proceso de indicación. Las motivaciones para las indicaciones pueden ser muy justificables, pueden obedecer a una intencionalidad positiva, pero también implican al complejo personal y cultural no siempre fácil de entender y justificar. Hay una gran diversidad de maneras de indicar.

### **- Identificación**

Algunos modelos de identificación nos son más propuestos y otros más 'impuestos'. Además de eso, cada cual busca estos modelos identificadores. Ellos indican un camino 'idealizado' de ser, actuar, convivir y otras tantas variables. La tendencia de la opción de los modelos tiene alguna relación con la autoestima, con la historia personal, con los éxitos y fracasos, con los ideales del grupo y de las personas. Depende también del éxito social de los mismos modelos. Tendemos a buscar modelos que nos realizan más como personas, que garantizan la autoestima y el prestigio. En general,

los modelos dependen de tres variables: prestigio social, recursos económicos y ejercicio del poder. Evidentemente hay situaciones en las que los modelos son escogidos como reflejo de frustraciones, de agresividades y resistencias sociales. En épocas de inestabilidad social o de fragilización de los líderes hay una búsqueda proporcional de individuos y de grupos identificadores.

#### **- Imitación o deseo mimético**

La imitación como proceso de aprendizaje ha sido más profundizado por René Girard. Imitamos rituales, procesos socializantes, inclusive seguimos los rituales de agresividad, de búsqueda de chivos expiatorios en los cuales se proyectan las dificultades y las causas de las dificultades. El deseo mimético (o deseo de tener el bien del otro) es inherente a la naturaleza humana. Los hombres desean el bien y el ser del prójimo invariablemente, lo que terminará en generar la rivalidad mimética. El detentor del bien querrá defenderlo pero, al mismo tiempo, estimulará el deseo del otro, pues el bien deseado por otros potencializa su valor. Cuando alguien irrumpe con un gesto violento el otro inmediatamente el otro replica también por impulso mimético y se iniciará de esta manera un rosario interminable de represalias que solamente terminará con el sacrificio de una víctima expiatoria que traerá de nuevo la paz a la sociedad. La concurrencia, la competencia – aún entre instituciones religiosas- tienden a encontrar áreas frágiles y procesos transferenciales que conllevan a enumerar causas, situaciones, personas que – una vez eliminadas- deben reintroducir procesos de paz y prosperidad. La dinámica del “chivo expiatorio” puede bloquear algo de lo aprendido en la historia más amplia. Dentro de todo esto la persona va elaborando su personalidad dinámica.

#### **- Elaboración personal**

También reconocemos el valor de la capacidad personal en el uso de la libertad y la responsabilidad de construir su propia identidad. Esto es para valorar el no determinismo, y mantener una cierta autonomía. Para esta elaboración personal entran muchos factores, no siempre fáciles de identificar en ciertos detalles, aunque se pueda tener una idea general al mirar la realidad pasada. Esto va depender de la capacidad de elaborar, de la fuerza del yo, de los valores, de los ideales, de la cultura, de los recursos, de la realidad amplia, de las oportunidades habidas en la familia, del contexto actual y del contexto de toda la vida hasta ahora. Con la solidificación de una cierta identidad, la dependencia de indicaciones, identificaciones e imitaciones serán algo no tan determinante. La persona tiene sus criterios para decidir y definir a si misma. Con esta su identidad interpreta los hechos, establece la forma de situarse en el mundo y también leer el pasado. Este conjunto del pasado se convierte en una predisposición a actuar. Paul Ricoeur habla de *precomprension*. Los cambios que se introduzcan en sí, permiten lecturas e interpretaciones cada vez diferente del pasado. El acceso a una mayor cantidad y calidad de datos del pasado, presente y futuro facilitaran una mayor objetividad. Esta misma diversidad se aplica a los contenidos y procesos culturales, sociales, religiosos, políticos y económicos: todos ellos aumentan la posibilidad de elaboraciones personales más sanas y objetivas.

## 2. IDENTIDAD

La cuestión de la identidad es fundamental en la vida humana. De esto se habla mucho actualmente lo que puede indicar alguna dificultad sobre el asunto. En sociedades más sencillas bien jerarquizadas en lo referente a la autoridad y los roles sociales, con roles definidos para los géneros – masculino y femenino -, con cierta fluidez de rituales y de tabúes y costumbres sociales... en estas sociedades la cuestión de la identidad es poco significativa. Pero estamos viviendo en una sociedad que tiene cambios en muchos ámbitos sociales... inclusive de movilidad geográfica; muchos cambios de roles sociales y profesionales... Eso reintrodujo el tema de la identidad. Hoy entró también bastante la noción del cambio y ya no se puede hablar de una identidad fija y definida. Fuera de considerar la historia personal y grupal, tenemos que considerar las constantes interferencias de las circunstancias, directa o indirectamente implicadas. Estas interferencias cambian los parámetros de los valores y de las referencias y, por tanto, de la identidad. La identidad hoy está en cambio continuo y se debe abandonar una visión más estable y definida.

Erikson estudió y estructuró el desarrollo humano a partir de centros positivos y negativos. Dentro de sus ocho fases, colocó la identidad en el quinto opuesto a la confusión de roles. Pero, hablando más rigurosamente existe una identidad en cualquier etapa y momento de la vida y no sólo en la adolescencia. Erikson se refiere más a la identidad que a la integración de la diferencia, más en la autonomía que en la interacción.

Sin embargo, el tema de la identidad es importante para tener aspectos comunes y permitirles el sentido de pertenencia. Un carisma, una espiritualidad, un club, una agremiación... tratan de prestar más atención a la semejanza y formar una especie de identidad.

**a) – IDENTIDAD IDEM – IDENTIDAD IPSE –** Identidad personal e identidad social.

- Identidad idem et identidad ipse

Podemos reconocer que somos los mismos durante toda nuestra historia pero también constatamos que cambiamos. Algunas veces este cambio es acentuado. En la dimensión física se puede ver más fácilmente la continuidad y lo mismo se puede decir de aspectos psíquicos. En general se nota mucha diferencia en la dimensión espiritual, a medida que pasa el tiempo. La idea de la identidad está centrada en la constatación de ser uno mismo. Tenemos una especificidad biológica, histórica, caminamos hacia cierta autonomía. Cuando las personas tienen poca autonomía y dependen además de lo externo y de otros, decimos que tienen una identidad frágil.

Es entonces cuando necesitamos valorar los aspectos que permanecen y los que cambian. Para que se siga hablando de una buena identidad, los cambios exigen ser asimilados en el conjunto de la persona. Si las personas dependen demasiado de los demás, su identidad carece de continuidad sólida. Algunos aspectos de continuidad dependen de opciones propias. Se trata de los aspectos hereditarios, genético, familia-

res, culturales, étnico, económicos, sociales que nos fueron “entregados” al nacer que no tuvimos gran posibilidad de escoger. Muchos cambios en el tiempo obedecen a esta cuestión. Se acentúan los aspectos de semejanza con el pasado. Paul Ricoeur llama a esta dimensión *identidad idem*.

Pero somos nosotros los que encontramos oportunidades en la vida que nos son impuestas y otras escogidas como las escuelas, cambios de lugar, encuentros con personas, con grupos... y todo esto hará parte de nosotros, luego lo elaboramos, interpretamos y nos lo asimilamos. Nuestra responsabilidad crece con el tiempo y podemos utilizar nuestra libertad para tomar decisiones y compromisos que nos atan desde el pasado hasta hoy. Podemos prometer fidelidad a pesar de los cambios. Este aspecto es definido por Ricoeur como *identidad ipse*. Como depende mucho de la persona decidir mantener una continuidad definida en una época anterior, ella toma estas opciones según sus condiciones personales de estructura personal y en el marco de las situaciones sociales. De esta interacción entre estructura personal y situaciones sociales se deriva una comprensión o pronóstico de fidelidad. La capacidad de fidelidad a una promesa hace parte de la estructura ontológica.

Eso explica el deseo manifiesto de compromisos, de promesas, de votos... y a la reacción negativa frente a traiciones e infidelidades. La traición es una violación de la identidad personal y grupal, especialmente en la dimensión de la identidad ipse. De esta forma, las promesas pasajeras que implica el proyecto de vida de una persona son difíciles de explicar de forma convincente.

Puede ser que haya cierta semejanza en la línea del tiempo entre las primeras experiencias de identidad idem y lo que sigue en el tiempo, y la identidad ipse. Pero también se puede dar la posibilidad de diferenciar bastante ambas identidades, sobre todo cuando hay muchas “lagunas” humanas en la identidad idem. De alguna manera, se debe pensar bien la identidad ipse para reequilibrar una estructura humana saludable.

#### **- Identidad personal e identidad social – sentido de pertenencia.**

Podemos completar este aspecto recordando que hay una identidad personal y una identidad social. Sobre la identidad social se ha reflexionado menos. Todos tenemos que garantizar la fidelidad a nosotros mismos y no delegar algo tan importante a los demás. Por más interesante que sea un proyecto asumido, si la persona huye de sí misma no podrá encontrar una paz duradera y profunda. Pero la identidad es también contextual, al incluir aspectos de los demás y de las circunstancias, la línea divisoria que garantice la identidad personal y la que muestra una identidad fragmentaria, esta línea es muy variable, pero tiene su límite. También dependemos del grupo. Éste puede reforzar nuestra identidad, nuestros ideales y nuestras aspiraciones y valores. También podemos explicitar más o menos nuestro compromiso con diversos grupos. La pertenencia a grupos identitarios es importante, sobre todo si hay grande sintonía entre la persona y los grupos por semejanza de valores, de ideales y estilos de vida. Una identidad personal buena se beneficia con buena pertenencia a grupos semejantes. Cuando las personas son muy frágiles y de frágil identidad tienden a buscar grupos que

les compensen lo que les falta y les garanticen seguridad, prestigio y estructura saludable y poder. Tales personas necesitan mucha estructura e identidad social. Con todo, es importante desarrollar un sano sentido de pertenencia para tener una vida saludable y evangélica.

## **b) - CUESTIÓN DE MEMORIA Y DE HISTORIA**

Una de las circunstancias humanas consiste en la capacidad de mantener datos vivos. Para lograrlo emplea la memoria y la historia. Mientras están vivas las personas son testigos de los hechos; después de la muerte estos datos pasan a ser parte de la historia. La historia y la memoria permiten mantener la continuidad y la preservación de lo que se vivió. Los métodos de esta conservación pueden ser más de forma oral – narrativas – para costumbres, arte (música y obras de arte), culturas, creencias, procesos educativos, rituales; también se conserva la historia a través de escritos y narrativas de hechos o ficciones.

- identidad y diferencia – mito de la igualdad y la diferencia

La historia de un pueblo tiene algunas características con las cuales las personas se identifican. Están presentes en la lengua, las costumbres y roles ligados a la familia, al género, a la educación, a los procesos de comunicación y orden moral. Hay también semejanzas circunstanciales que desencadenan igualdad como en momentos especiales tales como las guerras, cambios climáticos brutales, victorias. En estos momentos se omiten las diferencias y se crean lazos a partir de semejanzas.

Nosotros todos actuamos teniendo presente lo idéntico que tenemos con los demás pero también la diferencia. Todos queremos ser al mismo tiempo diferentes e iguales. La igualdad obedece al movimiento de unión que es una fuerza permanente. Con todo, el proceso de crecimiento requiere la diferencia. Una diferencia exagerada puede provocar envidia y rechazo; la igualdad exagerada es una fuerza pasiva, por tanto, contraria a la realidad humana. Las sociedades primitivas resaltaban más las diferencias y valoraban los héroes. Esta valoración – prestigio – garantizaba la autoestima del que se destacaba. Las religiones defienden mucho la igualdad, la 'fraternidad' la 'hermandad' y tienden a criticar las diferencias.

Las grandes diferencias crearon revoluciones sociales pero, de alguna manera, desean tener privilegios propios. Históricamente las sociedades aceptaron 'pasivamente' privilegios por líderes religiosos y políticos.

### **- Memoria – olvido – reconocimiento**

La capacidad de la memoria es importante pues permite mantener el proceso histórico-dialéctico con relación a lo sucedido. Una valoración crítica de la historia permite destacar las principales características humanas y abre también la posibilidad de evitar errores históricos y preservar los aciertos que ha realizado la humanidad. Muchas memorias ya no existen porque fueron destruidas por guerras, por destrucción de las memorias expresadas en el arte, la cultura, la escritura. Algunas de ellas pueden ser recuperadas con metodologías adecuadas. Muchas causas terminan con decisiones judi-

ciales, donde todo tiene un proceso y una conclusión por parte del juez que da una 'sentencia' en favor o en contra. Para el historiador de profesión no hay nunca una causa cerrada. Siempre se puede retomar, retornar, reinterpretar. Muchas memorias se pueden eliminar por tranferencia geográfica, por procesos represivos usados contra personas desde el punto de vista psíquico y moral. El olvido hace parte de la memoria. Si no fuese así no sería recuperable.

La memoria personal es importante para conocerse a sí mismo, como tendencia a actuar, como sistema de valores, de deseos y como potencialidad para actuar, como uso de libertad efectiva significativa. "Quien no conoce la historia, la suya, la de los demás, la de la cultura, está condenado a repetirla". Todos podemos mejorar el acceso a nuestra historia y eso nos permite darle mayor sentido a la vida.

### **- Abusos de la memoria**

Paul Ricoeur<sup>1</sup> habla de los abusos de memoria que se presentan en personas e instituciones.

### **Nivel patológico-terapéutico: la memoria censurada**

La memoria puede ser censurada en la historia de las personas. Las culturas organizan sistemas de censura proyectados en comportamientos deseados, esperados de las personas. En este nivel hablamos de memoria herida y enferma. Todo el sistema psicoanalítico considera este hecho como represión y bloqueo de la memoria personal y grupal. Para tener acceso a la verdad interior y comprenderla, la liberación saludable de la censura es de gran valor aunque que falte una indicación y decisión para seguir un camino nuevo. Eso nos pone en un contacto más objetivo con los hechos y se puede iniciar un proceso de superación de los sufrimientos padecidos. La energía dirigida hacia el pasado puede ser usada para las necesidades actuales y las del futuro. Necesitamos ciertos algunos sistemas de control que puedan tener como finalidad cierta funcionalidad social y personal. El proceso de recuperación de la memoria de manera saludable sin censuras negativas es largo, complejo y difícil, pero necesario. Algunas censuras señalan un camino para seguir, otras bloquean el crecimiento.

### **Nivel práctico: la memoria manipulada.**

Este nivel se ha construido por la gran cantidad de selección de la memoria hecha por aquellos que tienen el poder. Por tanto, es una memoria instrumentalizada. "Hay demasiada memoria en una determinada región del mundo, lo que acarrea el abuso de la memoria; y no hay suficiente memoria en otros lugares, lo que acarrea el abuso del olvido"<sup>2</sup>. Quienes determinan esta diferencia, son en general, los que controlan la información y se atribuyen la autoridad para asumir tales cambios. Esto sucede no sólo en un contexto social, sino también en la familia y la comunidad. En situa-

---

<sup>1</sup> En: Ricoeur, Paul. *La Mémoire, l'Histoire, l'Oubli*. Paris, Éditions du Seuil, 2000, p 99-128 y 632-645 (Refiriéndose a la relación que existe entre el olvido y la memoria censurada, el olvido y la memoria manipulada e el olvido impuesto por la amnistía.

<sup>2</sup> Ricoeur, P. *La Memória, la história, el olvido*, p 116

ciones difíciles hablando socialmente - y también a nivel personal - hay una selección de la memoria, causada sobre todo por las ideologías y los hechos. La identidad de un grupo social y de una institución puede depender en gran parte de los contenidos de la memoria manipulada. Pero no dejará de ser una identidad frágil debido a la complejidad que hay entre el exceso de memoria y la falta de memoria, porque entonces ya no se tiendra la objetividad deseada.

En la **memoria manipulada la ideología** tiene un rol importante. El proceso ideológico es opaco en dos sentidos: permanece disimulado. Contrariamente a la utopía, es inconfesable; se enmascara transformándose en denuncia contra los adversarios en el terreno de disputa entre ideologías. Por otra parte, el proceso es de extrema complejidad porque incluye tres niveles operativos: la distorsión de la realidad, la legitimación del sistema de poder, la integración del mundo común y corriente a través de sistemas simbólicos imanes a la acción. En la memorización forzada aumentan las conmemoraciones convenientes. Éstas, en general, se dirigen al pasado filtrado. Socialmente muchas sociedades y civilizaciones comenzaron con un acto de violencia fundadora y, por lo tanto, con consecuencias en la memoria futura. Muchos valores de la 'oposición' son negados, destruidos y reprimidos.

#### **Nivel ético-político: la memoria impuesta**

Este abuso se refiere al silencio que es impuesto contra algunos, sobre todo para los que no tienen voz ni voto y que esperan algún tipo de justicia. En la amnistía aparece esta dinámica. Debido a una fuerza política se silencia la memoria y los hechos como si no hubiesen sucedido. Con todo, algo se ha silenciado que hubiera tenido derecho a ser considerado. Se trata de algún tipo de manipulación para garantizar una paz fragilizada. Lo que acontece con las personas y que se recupera con intenciones positivas se debería aplicar a la realidad institucional. Las personas tienen que superar las artimañas de la transferencia, salirse de las situaciones que las alejan de los objetos de su amor, y también alejarse de lo que odian. Existe la 'tentación' de aplicar un estilo de 'amnesia' en la realidad humana y religiosa a través de 'olvidos' forzados por desplazamientos geográficos, por 'no querer pensar más en eso', por cambio de profesión, por compromiso en grupos extremos opuestos en los cuales surgen emociones fuertes contrarias que conllevan a 'olvidar' heridas anteriores. Es temerario pensar que se puede anular el pasado. Podemos quizás olvidarlo pero permanecen los efectos en predisposiciones para actuar, en sentimientos, prejuicios, deseos, facilidades y tendencias...

No es saludable para una institución forzar el olvido o esconder hechos porque recuerdan conflictos. Se puede aprender de todo y no hay estructura que no pueda integrar plenamente la verdad y el bien.

#### **c) IDENTIDAD NARRATIVA**

##### **- EL HOMBRE COMO SER CAPAZ DE CONTAR SU HISTORIA, DE COMUNICARSE**

Cuando nos encontramos con personas y queremos establecer algún tipo de relación empezamos contando algo de nuestra vida. Si deseamos una relación más sign-

ficativa, el nombre entra en esta comunicación, lo que hacemos, algunos detalles de la vida. La narrativa es una forma de recuperar la historia vivida tanto desde el punto de vista personal como institucional. Nosotros nos reconocemos en la narrativa de nosotros mismos. La lectura de textos es mucho más la lectura de nosotros mismos. En el proceso de la comunicación de la experiencia se encuentra cierta incomunicabilidad objetiva pues la experiencia es unitaria y en la comunicación de esa experiencia la fragmentamos de alguna manera. El mismo fenómeno sucede en la traducción. Podemos hacernos entender, pero nunca totalmente. Cuanto mejor es la comunicación, mejor se realiza la narrativa.

En la narrativa histórica tenemos que considerar los datos de los vencedores, de los vencidos, de los que ejercen el poder y de los que no tienen rostro. Todos nos narramos, no sólo con palabras sino con todo el proceso de comunicación: lenguaje corporal, posturas físicas, presencias ausencias, expresiones del rostro - sonreír, llorar, movimientos – la narración incluye todo el sistema de empatía, intuición, soledad.

La narrativa requiere acceso a la historia, a la cultura, a los sentimientos, deseos, valores, oportunidades. Pero obedece a una interpretación. Esta depende de la elaboración hasta el momento presente. Es el uso de la estructura cognitiva. Esta narrativa está ligada a la identidad ídem e a la identidad ipse. Tiene en cuenta toda la estructura de la persona como se puede apreciar arriba: su dimensión física, psíquica, espiritual, su afecto, inteligencia y voluntad, sus relaciones, éxitos y dificultades, las opciones tomadas, los deseos e ideales que motivan y tantas cosas más. Esta narrativa considera los hechos reales y las construcciones de la fantasía y de la ficción, tanto para los individuos como para los grupos. Hoy en día es necesario descubrir más y más la unidad entre los hechos y su contextualización. Las narrativas también revelan la visión antropológica y psicológica que anima a las personas y a los grupos. Puede acentuar mucho algunos aspectos y omitir otros, puede depender más o menos del grupo, puede revelar la satisfacción personal y la vida realizada como vida buena con y para los otros en instituciones justas.

La narrativa tiene esta finalidad de comprensión de la realidad pasada y orientar hacia un futuro con mayor sentido. Las emociones y sentimientos son más momentáneos y, como tal, no hacen conexión con los hechos. El sentimiento general – como la alegría, la tristeza, la depresión – puede indicar una continuidad, pero no necesariamente una comprensión. En general, son la inteligencia y la memoria las que realizan la conexión con los hechos. Los sentimientos y hoy están cargados de memorias pasadas y de hechos que no siempre están presentes conscientemente. Si los sentimientos pueden representar rupturas, la inteligencia – a través de la memoria - realiza la continuidad.

Los hechos aislados, aun cuando sean consecuencias de la emoción en general y de los síntomas, no hacen sobresalir la continuidad y el sentido. La inteligencia los liga, pero todavía no se ha elaborado el sentido y la complejidad de la continuidad para el conjunto de la persona. Por eso es importante narrar. La propia persona se construye ella misma dándose cuenta de que ella es la protagonista de todo lo que fue narrado y



sucedido. Ella, al reconocerse en esta narrativa, empieza a lanzar luces sobre sí misma y sobre su proyecto de vida. La narrativa interpretada configura lo sucedido. Si esta narrativa es compartida con otras personas que también narran. Todo queda entonces más significativo. Constatamos semejanzas y diferencias que ayudan a comprender los sentimientos sobre sí y los demás. Este compartir tiene repercusiones en el juicio de sí, en la comparación que se realiza, en los procesos identificadores y en tantos aspectos. No es que por eso vaya a cambiar la realidad, pero sí cambia la interpretación y la comprensión de sí y de los demás, de los grupos. De esta manera es como se abre la puerta para otro sentido de la vida.

Por eso cada narrativa desencadena procesos de crecimiento, otra forma de interpretación. Si fuere compartida, aprenderíamos sobre nosotros y sobre los demás y habría más objetividad en la vida propia y en la de los grupos. La Lectura Orante es una práctica saludable de narrativa. La narrativa propia corresponde a un deseo humano de comunicarse y ser comprendido.

### **3 - PASOS DEL CRECIMIENTO INTEGRAL**

Siempre sucede algún tipo de cambio y de crecimiento. Necesitamos pensar en lo que podrá ser un obstáculo o un contenido que retarda el crecimiento, al poner una diferencia indebida entre la edad física, psíquica y espiritual. Este desfase, engeneral, se sitúa más en el campo afectivo. Tenemos poca autonomía para controlar el crecimiento físico. Pero podemos ser objeto de interferencias psíquicas y espirituales puestas por nosotros mismos o por el contexto y que crean este desajuste o discrepancia armoniosa.

Un verdadero crecimiento necesita influenciar fuertemente en la estructura cognitiva. La estructura cognitiva significa una visión de la vida, el conjunto de motivaciones, ideales, valores, sentimientos, emociones... que caracterizan a la persona y que interfieren en sus opciones diarias y en las demás opciones generales de su vida.

Se habla de crecimiento porque se trata de un itinerario que se refiere a los aspectos que hay que desarrollar y hacer crecer, como también de los aspectos que hay que mejorar y que retardan o bloquean el crecimiento. Se habla de crecimiento interal porque se necesita interferir en todos los aspectos antropológicos importantes de la persona y de los grupos. La estructura cognitiva necesita seguramente considerar todos estos aspectos y desarrollarlos según la verdad, el bien, la belleza el amor, y manifestarlo según la edad, la opción del estado de vida, y según el contexto social.

Considero que estos pasos son secuenciales, o sea, que uno debe seguir al anterior y realizarlo después de que el anterior haya sido bien realizado. El efecto positivo o el éxito del siguiente va a depender de la calidad del precedente.

#### **a). EL OLVIDO PARA LA MEMORIA – Memoria para la comprensión**

- **La memoria y el olvido.** Métodos e importancia, conexiones.

Ya hemos hablado que no hay olvido total en la vida de la persona. Podemos no recordar los datos pero tenemos conocimiento de las consecuencias bajo la forma de sentimientos, predisposiciones, rasgos físicos, etc. Fuera de esto, a través de buenos métodos técnicos podemos tener acceso a los datos pasados, lo que significa que no quedarán destruidos, sino que están en algunas de las partes de la memoria.

Si deseamos conocer lo que sucedió necesitamos encontrar la manera de tener acceso al pasado. Nosotros somos el resultado y una continuación del pasado. Tal como organizamos lo que vivimos, de igual manera interpretamos lo que somos hoy. La identidad narrativa facilita este acceso: por diálogos significativos con personas que conocemos, también personas especializadas en interpretar la estructura humana y la historia pueden ser de gran utilidad. También podemos acudir de nuestro 'hoy', de lo que somos, sentimos y queremos. Luego mirar hacia el pasado y tratar de saber donde nos hemos basado para organizarnos como somos. Para eso se necesita mucha sinceridad y honestidad. Seguimos la estructura de la personalidad, la psicodinámica, por el camino, desde el más conocido hasta al menos desconocido: iniciamos con los comportamientos externos saludables o menos saludables; luego, por nuestros sentimientos y emociones; por nuestros deseos, valores; nuestros mecanismos defensivos; después, por los sentimientos, deseos y motivaciones más profundas que expresan respecto a la autoestima y el autorrespeto.

Con esta mirada progresiva consideramos las interferencias de otras circunstancias, instituciones y personas. Tomamos como referencia la estructura de seres humanos a diferentes niveles, potencialidades... a partir de la dialéctica del amor/deamor. Con todo esto podemos conocer lo que nos pasó, como reaccionamos, como somos hoy.

- **Comprensión:** de sí, de los demás, del contexto.

Los terapeutas muchas veces dicen que el primer objetivo de la terapia es ayudar a la persona a conocerse y que el segundo es ayudar a la persona a aceptarse. Entre conocerse y aceptar hay un trecho muy grande: la persona necesita comprender lo que sucedió. La comprensión tiene en cuenta las circunstancias predisponentes, el contexto, las motivaciones y las razones que las personas tuvieron al entrar en contacto con nosotros. Comprender la cultura, los valores, la situación económica, el contexto inmediato y tantos otros asuntos. Comprender es tener acceso al interior profundo de las personas y de los grupos que interactúan con nosotros. Sin esta comprensión nos quedamos en el comportamiento externo y reaccionamos a partir de él y también interpretamos a partir de lo que vemos. Todos tenemos ideales y expectativas y hay que entenderlos. Una comprensión más amplia facilita relativizar los hechos, facilita evaluar la energía empleada en relación con el pasado. La comprensión también ayuda a prescindir de ciertos sentimientos negativos por ser el resultado de interpretaciones parciales. Esta comprensión evalúa los límites, las pérdidas. Prepara a la actitud de separación de lo que nos hiere y nos causa cierto vacío existencial, pues está basada en parte de la realidad y no en toda la realidad.

Cuando hay una amplia y buena memoria acompañada por una buena comprensión, se abre el espacio par el amor gratuito. Comprendiendo podemos amar y perdonar.

**b) – COMPRENSIÓN PARA LA RECONCILIACIÓN** – reconciliación para la **pacificación**.

- **Reconciliación**, distanciamiento, comprensión, luto, separación, **celebración**.

La comprensión dispone e invita a una evaluación objetiva y sincera de nuestras evaluaciones del pasado y de nuestros sentimientos relativos a las personas, a los grupos y a las instituciones. La constatación de posibles equívocos nos conduce a una realidad y actitud de reconciliación. La reconciliación significa prescindir de interpretaciones equivocadas y de sus consecuencias en nuestra vida. Una buena comprensión conlleva a constatar que las personas en general quieren hacer el bien y que en su profundo interior quieren amar y ser amadas. Sus heridas pasadas pueden dificultar la capacidad de amar y explican las heridas que se causan a los demás. Asimismo, este “darse cuenta” es un proceso de renuncia a sentimientos, ideas, y convicciones que nos hieren y que, en parte, son poco verdaderos. De esta manera se inicia el proceso de ‘luto’, de separación del pasado que ya no existe, de personas que ya son diferentes, de situaciones que fueron y que pueden ser comprendidas de otra manera. Es la reconciliación con la historia, con la cultura, con la institución. Esta reconciliación es más fácil si la comprensión pudiera ser amplia. Esta reconciliación es de poca duración si la comprensión del propio actuar y el de los demás es superficial.

La comprensión nos pone también en contacto con una realidad positiva, una amor recibido, un acompañamiento amoroso, un cuidado y otras tantas formas. La comprensión de esta intensionalidad positiva provoca un deseo de gratitud y de celebración. Entonces, en vez de reconciliación incluimos la celebración del bien, de la verdad, del amor que hace parte de nosotros. La celebración alcanza hasta la cultura, a los antepasados, a los próximos y a tantos otros.

- **Pacificación y memoria feliz**

El último paso de ese contenido y proceso secuencial de crecimiento integral consiste en el paso de la reconciliación a la memoria pacificada o feliz. Es pacificada cuando integramos los contenidos negativos y llegamos a buen término con la recuperación de su memoria, mediante la comprensión y la reconciliación. Este deseo de pacificación es intenso y es el punto culminante de un proceso de reconciliación. “La paz esté con nosotros” es el gran anhelo dirigido por Jesús a los Apóstoles. Es lo que todavía hoy deseamos en lo profundo de nuestro corazón, para nosotros y para todos los que amamos o para quienes no amamos todavía lo suficiente.

Es una memoria feliz cuando podemos leer, con agradecimiento y reconocimiento, la cadena de amor que está dentro de cada uno desde la concepción hasta hoy en día, incluyendo las oportunidades, la vocación, la fe, la congregación, la familia y las

oportunidades que nos fueron ofrecidas. La felicidad, como la reconciliación, es el punto de llegada de un proceso positivo de crecimiento. Paz y alegría (felicidad) son las ansias humanas más profundas. Pero ambas requieren un proceso secuencial de crecimiento.

Este proceso de crecimiento integral debe hacerse en profundidad al menos una vez en la vida. También debe retomarse. Las buenas experiencias no retomadas se debilitan y mueren. Si no llegamos a la memoria reconciliada y/o feliz tenemos que examinar atentamente el proceso recorrido, nuestras resistencias y dificultades al nivel psíquico y/o espiritual.

