

## El discurso del “yo engañado”- Laura Gutman

Al construir nuestra biografía humana, aparece una dificultad común: hablamos desde nuestro lugar de **identidad**, que tiene elaborado un **discurso engañado**, liderado por nuestro “yo consciente” o **personaje**. Ese es un obstáculo, ya que el “personaje” es ciego, se da la razón a sí mismo. El “yo engañado” no toma en cuenta ninguna otra perspectiva, por eso, entre todos los “yoes”, es el que menos comprende **cómo son las cosas objetivamente**. El “yo engañado” tiene miedo de asomarse al otro lado, porque sabe que tendrá que quitarse las máscaras que lo mantienen calentito en su refugio de cristal. Básicamente, en el armado de una biografía humana –con el que pretendemos buscar material sombrío- aquello que **decimos**, es decir, lo que el “yo engañado” proclama, **no interesa**. Es información que el terapeuta estará obligado a **descartar**.

De hecho, la función del terapeuta es **mostrar los beneficios y también las desventajas** de cada personaje, porque el costo es algo que sentimos pero que no podemos detectar con claridad. Otro objetivo interesante es que nos ayude a traer la voz del **otro**, sea quien sea ese otro: nuestro hijo, partenaire, vecino, compañero de trabajo o ex suegra; y agregar **ese** punto de vista. Una vez que todos tienen voz y voto en el armado de nuestro escenario y observando el panorama completo en el que estamos involucrados, preguntaremos: “¿Y ahora qué hago?”. La respuesta honesta de nuestro guía será: “no lo sé”.

Lo que sí puede hacer el terapeuta es ayudarnos a trazar algún camino que sea **integrador de la sombra**. Para eso, es preciso entender nuestro personaje (que en verdad es nuestro mejor **refugio**), comprender la necesidad de permanecer allí escondidos, los peligros que nos puede acarrear el salir de nuestra cueva, los desafíos que tenemos por delante y los puntos de vista de nuestros hijos, de nuestro cónyuge, de nuestros empleados o de nuestros enemigos (si los tenemos). Sólo entonces podremos decidir si moveremos alguna pieza o no, a favor de todos. Esa es una **decisión personal** y no le compete al terapeuta. En todo caso, si decidimos arriesgarnos y cambiar, el terapeuta podrá acompañar esos movimientos.

¿Es así de fácil? ¿Se construye la biografía humana y luego ya somos capaces de hacer movimientos que nos traigan mayor felicidad? No. Pero -desde mi punto de vista- no podemos pretender encontrar soluciones a nuestros problemas sin saber primero, cuál es el personaje que actuamos, sin tener claro el discurso de nuestro “yo engañado”, sin comprender por boca de quién hablamos, ni el nivel de miedo frente al abismo de abandonar el refugio que nos da identidad.

La metodología para la construcción de la biografía humana con la intención permanente de revisar los discursos engañados, requiere **entrenamiento, arte, empatía y experiencia**. Es un trabajo ingrato. Porque generalmente los terapeutas nos encontramos con realidades mucho más hostiles, violentas, inhumanas y feroces de lo que imaginaban los consultantes antes de iniciar este proceso. Estamos en condiciones de asegurar a quienes deseen emprender este camino, que **buscar sombra siempre es doloroso. Pero permanecer ciegos duele mucho más**.

**Laura Gutman**