Dra. Ma. Luisa Rivera García
Facebook: Ma. Luisa Rivera
Correo electrónico: marialuisa0505@gmail.com

# Vivir sin máscaras

Generalmente asociamos las máscaras al carnaval, a los disfraces, al desenfreno previo a la Semana Santa. Porque es verdad algo nos pasa, pensamos que podemos dejar salir lo “obscuro” y pasar desapercibidos.

El origen de utilizar una máscara, un antifaz, un disfraz para el festejo del carnaval, era eso, dar rienda suelta a la carne, al pecado, a la lujuria, antes del agobio propio de la Semana Mayor.

Pero seamos honestos. Usamos máscaras todo el tiempo, nos disfrazamos de diferentes maneras, pero hacemos lo posible porque no se noten mis defectos, mis dificultades, mis obscuros y no necesariamente desde lo consciente; en general lo hacemos de manera inconsciente. En la estructura psíquica de cada uno, encontramos entre otros componentes, al “yo ideal”, ese ser que con toda conciencia quisiera ser y también está un “ideal del yo”, que también me determina, también es ideal (no real), pero es inconsciente (me determina, aunque no pueda dar cuenta de él).

Tanto el “yo ideal” como el “ideal del yo” se conforman de lo que alcanzo a captar de mis experiencias de vida, en mi relación con mis seres cercanos (padres, familia, etc.); el ambiente o lugar en donde crezco y lo que introyecto como leyes ó límites a mis propios deseos.

O sea, en la confrontación entre lo que he aprendido como correcto o permitido y lo que quiero, surge un ideal al que quisiera arribar. Como el ideal no se construye desde lo que soy sino en una proyección abstracta, generalmente no es posible llegar a él. Y entonces me miento, excluyo ó niego aspectos de mi o de mi vida que no corresponden al “cuento” que me he contado de mi o de mi circunstancia. Por ejemplo, si en mi idealización ser generoso es algo a alcanzar, me será muy difícil aceptar que hay cosas que no quiero compartir, entonces lo “disfrazo” de la mejor manera en que me sea

posible, “lo olvidé” ó “se me perdió”, etc. Me disfrazo (ahora) de distraído que es más fácil de aceptar, que el egoísmo ó el apego.

En ese devenir se presentan dos paradojas:

La primera, puedo convencer a todos los de mi alrededor, de que realmente soy distraído… pero una parte de mi sabe que no fue “olvido”, fue egoísmo o al menos un acto no generoso. Por tanto, quedo “lejos” de mi ideal, lo que resulta doloroso. Entonces por aliviar el dolor, recurro a otra “artimaña”, podría ser, empezar a convencerme (recordemos que todo esto sucede dentro de mi mismo) de que no es que yo no sea generoso, es que la persona no se merecía que compartiera ella. Y así nos vamos enredando y enredando, sintiéndonos incomodos cada vez más y más. Lo que quería evitar, se vuelve peor cada vez.

La segunda paradoja es que, si alguien considera la generosidad como ideal, es porque algo tiene en sí mismo de generoso. Recordemos la película de Jim Carrey “La máscara” en donde encuentran una máscara “mágica” que, al usarla, le surgen “poderes” diferentes a cada uno, a alguno lo hace más valiente, a otro más feroz o al personaje principal más galante.

Si te pones una máscara, es porque tienes lo que se necesita, para usarla, no al nivel de tu ideal, pero lo tienes, solo que no lo ves, no te lo ves.

El asunto pues, es trabajar en mirarme con la mayor objetividad posible, desde el amor y aceptación, pero con toda la honestidad sin antifaces, sin máscaras. Si, si encontraremos nuestro “obscuro” pero también nuestra “luz” y todo esto me conforma. Lo oscuro no me hace peor, solo más humano y lo complicado de no verlo es que entonces, me puede gobernar, no hay nada que sea peor, que lo que no veo, lo que no reconozco, lo que no hago mío, de mi mismo.