

## Para tiempos de crisis

¿Qué se puede decir en tiempos de crisis? Cuando tenemos dificultades no somos permeables a los consejos, más bien éstos nos resultan distantes y carentes de comprensión, lo que sí es evidente es que toda crisis, sea individual o colectiva, puede despertar preguntas que nos obligan a pararnos en el devenir automático de la vida que nos ha conducido hasta el momento actual. Salvo los hechos aparentemente fortuitos de nuestra existencia, que son muy pocos, en todas las situaciones somos altamente responsables de lo que vivimos. En alguna medida provocamos lo que nos ocurre por múltiples motivos, entre ellos los más habituales son el automatismo que dirige nuestras vidas, la inconsciencia en la que nos instalamos y la tendencia a culpar a otros para no hacernos cargo de la responsabilidad que tenemos, ya que esto último, nos llevaría indefectiblemente a introducir cambios en nuestras vidas.

La tendencia más general es considerar que la causa de nuestras “desgracias” es algo ajeno. De fondo está siempre aquello de Sartre de que “el infierno son los otros”, y de este modo expresamos nuestras quejas en términos de algo incomprensible que se cierne sobre nosotros como si nada tuviéramos que ver en ello.

En los últimos días he escuchado a varios pacientes expresando su situación de crisis personal en estos términos, como si hubiese una confabulación cuya única misión es atentar contra su comodidad, contra su irresponsabilidad e inconsciencia. Sin embargo, no es sólo en el marco de la consulta donde escucho esta forma de queja, también en otros ámbitos y en el contexto general de la crisis que está sacudiendo las bases de nuestro sistema de vida, éste que hemos montado a espaldas de otros. La causa siempre está afuera, en los gobiernos, en los bancos, en la sociedad, como si cada uno de nosotros no tuviéramos nuestra parte de responsabilidad en lo que ocurre.

Toda crisis, individual o colectiva, tiene siempre contenidos valiosos para promover cambios, en sí misma indica que algo no va bien y que debemos hacernos algunas preguntas sobre nuestras actitudes y nuestro modo de vivir. Quizás en este momento se nos hace evidente que no podemos seguir manteniendo una forma de vida en la que nos beneficiamos de las ventajas del mundo globalizado sólo en un sentido, el que nos permite aprovecharnos de las riquezas naturales de otros, quienes a su vez viven en una situación de extrema pobreza.

En esta parte del mundo nos creemos ciudadanos de primera, con todos los derechos y pocos deberes. Hemos olvidado la sana costumbre de mirar hacia atrás, de contemplar otras realidades y dejarnos impregnar por ellas, y con ello nos hemos vuelto más individualistas, menos solidarios y también más infelices.

En tiempos de crisis a mis pacientes les invito a situarse más allá de la queja, en la realidad global que nos coloca como sujetos responsables, mirando el entorno desde una perspectiva más amplia que incluye reconocer lo que somos y tenemos y sin perder de vista la cantidad de gente en este mundo que viven en situaciones de extrema pobreza, simplemente por haber nacido en otro lugar.

Por cierto, hablando de otras realidades, los niños que trabajan en las minas de coltan en la República Democrática del Congo, ganan 20 céntimos de euro al día por jornadas de 14 horas. Es un dato para planteamos nuestras crisis desde otra perspectiva.

Dra. Inmaculada González-Carbajal García  
Oviedo, marzo de 2009

## Pa tiempos de crisis

¿Qué pode dicise en tiempos de crisis? En cuantes que tenemos delles dificultaes nun somos permeables a los consejos, más bien resúltanos distantes y faltos de comprensión, lo que sí que ye evidente ye que toa crisis, seya individual o coleutiva, pode despertar delles entrugues que mos fuercen a paranos nel desurdir automáticu de la vida que nos desendolca'l momentu actual. Salvo los fechos aparentemente fortuitos de la nuestra esistencia, que son mui pocos, en toes les estayes somos altamente responsables de lo que vivimos. En della midía provocamos lo que nos pasa por munches causes, que davezu son l'automatismu que dirixe les nuestres vides, la inconsciencia na que tamos allugaos y la tendencia a culpar a otros pa nun facenos cargu de la responsabilidá de nueso, ya qu'esto último llevaríamos en sin dulda a introducir cambios nes nuestres vides.

El vezu más xeneral ye'l considerar que'l motivu de les nuestres desgracies ye algo que nos ye ayenu. Nel fondu siempres ta aquello de Sartre: “l'infiernu son los otros”, y asina somos a espresar les nuestres quexes en términos dalgo incomprensible que se cerne sobre nos como si nun tuviéremos que ver nello un res.

Nos últimos díes escuché a dellos pacientes espresando la so situación de crisis personal nestos términos, como si hubiere un amagüestu cola sola misión d'atentar escontra la so comodidá, escontra la so irresponsabilidá e inconsciencia. Por embargu, nun ye na más nel marcu de la consulta au siento esa forma de quexa, tamién n'otros ámbitos y nel contestu xeneral de la crisis que ta sacudiendo les del nuestro sistema de vida, esi que montamos a espaldes d'otros. La causa siempres ta fuera, nos gobiernos, nos bancos, na sociedad, como si caún de nos nun tuviéremos la nuestra parte de responsabilidá no qu'ocurre.

Toa crisis, individual o coleutiva, tien siempres conteníos valiosos pa desendolcar cambios, ella mesma indica que daqué nun va bien y tenemos de facenos delles entrugues al rodiu les actitúes de nueso y del nuestro mudu de vivir. Quiciabes nesti momentu faésenos evidente que nun somos quien a siguir calteniendo una forma de vida na que tamos beneficiaos de les ventaxes del mundu globalizao na más nun sentíu, el que nos permite aprovecharnos de les riqueces naturales de los otros, los que viven nuna situación de probeza estrema.

Nesta parte del mundu creémonos ciudadanos de primera, con tolos drechos y pocos deberes. Escaecimos el sano vezu de mirar p'atrás, de contemplar otres realidaes y dexanos impregnar d'elles, y con ello volvímonos más individualistes, menos solidarios y, tamién, más infelices.

En tiempos de crisis a los mis pacientes invito-yos a ponese alloñe la quexa, na realidá global que nos asitia como suxetos responsables, mirando l'entornu dende una perspectiva bien amplia qu'incluye'l reconocer lo que semos y tenemos y en sin perder de vista la cantidá de xente d'esti mundu que vive en situaciones de probeza estremada, namás que por nacer n'otru llugar.

Por ciertu, falando d'otres realidaes, los neños que trabayan nes mines de coltan na República Democrática del Congu, ganen 2 céntimos d'euro al día per xornaes de 14 hores. Ye un datu pa planteamos les nuestres crisis dende otra perspectiva.

Dra. Inmaculada González-Carbajal García  
Uviéu, marzu del 2009

Traducción: Xícu Xesús F.-G. Muñiz