

# CONVERSANDO CON LA ANGUSTIA

Por EDUARDO TRISTÁN

Tenemos miedo a alguien...o a algo. Amamos u odiamos algo, alguien. Nuestros sentimientos se trasladan a lo externo: una persona, una idea, un trabajo, una situación. Siempre tenemos un objeto, un motivo. Sabemos por qué sentimos.

“Estoy angustiado y no sé por qué”, solemos escuchar. “Todo está bien, no hay mayores problemas” “Pero siento angustia” La respuesta es simple: La angustia es el único afecto humano que no tiene objeto en qué apoyarse porque es un objeto que debe construirse. O sea que la angustia está en lugar de un objeto por descubrir, por construir. Sintetizando, la angustia es una pregunta que busca una respuesta.

Está claro que hay diferentes modalidades de angustia, cuyas respuestas se resuelven cotidianamente, pero nos vamos a dedicar a una: la que usualmente denominamos Angustia Existencial.

El Ser Humano debe construir su vida; es el único animal que se pregunta por su Ser. Los demás participantes del reino animal, simplemente, son. Nacen, viven, mueren, siguiendo un argumento biológico inalterable, El Ser Humano vive biológicamente pero también Existe. Vivir y Existir no es lo mismo. Todos vivimos, el Humano, además, existe. Es este existir quien genera la Angustia, un afecto estrictamente humano. La Angustia es condición humana, escribe Jean Paul Sartre, el creador del término Existencialismo.

Al nacer, caemos en un colchón de palabras y de ahí que Heidegger diga que la palabra es la morada del Ser. A partir de ahí, la palabra va construyendo la existencia. Pero claro, es la palabra del otro: la familia, la sociedad, la cultura; es el deseo del otro. ¿Alguna vez nos hemos preguntado por qué no pudimos elegir nuestro nombre? Algo tan personal, tan íntimo, que nos identifica y diferencia del mito familiar que está en el apellido. Nuestro nombre es el deseo del otro. Y así se va construyendo nuestra personalidad, que no es otra cosa que un montón de palabras. Nos juzgan, nos definen, y según quién, es cómo somos...palabras, palabras.

Es así como nuestra existencia se va construyendo a partir de la mirada del otro, comenzamos a ser para el otro, abandonando nuestro ser. Entregamos nuestro Ser al deseo familiar, a la sociedad de consumo, a las religiones salvadoras. Vivimos la vida del otro, somos seres para otro, para la mirada del otro.

Ahí va apareciendo la Angustia Existencial, que no es otra cosa que el preguntarnos ¿“Quién soy?” ¿Alguna vez dejaré de ser lo que los otros quieren? Pero, ¿qué quiero ser?

Esta es la existencia: Una lucha entre el deseo del otro y los nuestros que, en ocasiones, no coinciden. Es por eso que Sartre dice que la Angustia es condición humana: porque es la pregunta por el ser que necesita una respuesta: Quién soy, qué quiero.

Ante la existencia de este afecto, la cultura, la sociedad, nos ha enseñado a evitarla a través de medicamentos, del consumir; a llenarnos de objetos que alivien ese vacío de Ser. La naturalizamos e incorporamos a nuestra cotidianeidad. Deberíamos hacer lo contrario: conversar con ella y no eliminarla. Animarnos a preguntar qué queremos, cuál es nuestro deseo. Es el conflicto entre el deber ser y querer ser.

La angustia es la entrada a la libertad de ser y eso nos coloca ante el tema de la responsabilidad, de hacernos responsables de nosotros y no a apoyarnos en la palabra del Otro. Cada uno elige: O somos el deseo del otro, o nos arroja a la aventura de ser nosotros.

Viene a mi memoria las palabras que canta David Bowie en ese bello tema "Héroes": *"Yo desearía pudiéramos nadar como delfines, como ellos nadan. Y aunque otros no nos dejen, podemos derrotarlos. Podemos ser héroes, aunque sea un día"*