

000 173 212
009 1119

Es un libro para leerlo muchas veces. O quizá, irlo leyendo de a poco, y no necesariamente en el orden de sus páginas. Es posible que quien teme a la vejez —porque está viviendo sus primeros síntomas, o porque la proximidad de un achacosos lo ha obsesionado con su propio futuro inevitable— se quede en las últimas páginas. Allí donde "El temor y la felicidad" (Ed. Universitaria, 1989), prepara al viejo para sabio. "Incluso la normal pérdida de la memoria para los hechos recientes, que contrasta con el recuerdo más nítido del pasado, característica del siquismo del anciano, permite que la conciencia se vuelva más a lo ya vivido; de este modo,

que requiere apoyarse en lo femenino. De ahí tal vez la fascinación de Juana de Arco, símbolo del alma que se pone de pie y que, desde la ternura femenina, coge la espada viril de la acción y del combate.

No todos los temores, sin embargo, son negativos. Los hay también positivos, como el temor a la deshonra, el dano ajeno, a la propia cobardía, e incluso el miedo sobrenatural a Dios.

Los malos miedos, si así pudiéramos llamarlos, surgen de ciertas fuentes que el angustiado debe dominar. Quizá la más importante es la imaginación anticipada de la soledad, la vejez, la pobreza, la muerte; cuando lo anticipado ocurre, su enfrentamiento es mucho menos terrible que lo supuesto. Saber de antemano inevitable, hace el miedo mucho menor, o éste desaparece. Y lo evitable —soledad, pobreza, por ejemplo— debe combatirse en vez de quedarse inerte, sin sembrar para cosechar.

El exceso de memoria —agudísimo en las personalidades neuróticas— puede ser otra fuente de miedos: el recuerdo de una dicha pasada impide otras dichas quizá menores, pero dichas al fin, del futuro; y un dolor antiguo, que la memoria mantiene como una herida abierta, conforma también un escollo imposible para la plenitud de próximas etapas vivenciales. Bendito ese cierto olvido, que no tiene por qué avergonzarse ni a la viuda más amante del marido ausente, ni a la hija que adoró a la madre o padre perdidos prematuramente.

El amor a los demás, suele esconder algunas trampas. La más peligrosa de entre ellas es la dependencia del otro.

El hombre pleno —plantea el siquiatra Peña y Lillo— sólo se apoya en su propio Ser y vive lo ajeno y lo exterior como un regalo del que se puede prescindir, porque no nos pertenecen: chocante verdad, que una vez digerida, ¡por Dios que nos abre otras perspectivas!

Ser verdadero y moralmente autosuficiente, en consecuencia, resulta la mayor cualidad del hombre. Entre quienes han ensalzado la honestad humana, nadie quizá lo haya hecho con tanta sencillez y belleza, como el poeta Omar Khayyam (1040-1123):

"Todo el mundo sabe que jamás murmuré la menor oración. Todo el mundo sabe también que jamás traté de disimular mis defectos. Ignoro si existen una Justicia y una Misericordia. Si las hay, estoy tranquilo, porque siempre fui sincero".

Convencido, con Unamuno, que el hombre, más que un animal racional es un animal sentimental, el doctor Peña y Lillo decidió escribir "El temor y la felicidad" para aniquilar lo primero y estimular lo segundo. Tener su libro es como tener al siquiatra al alcance de la mano. ¿No es fantástico? □

ADIOS TEMORES:

**TODAS SOMOS
HIJAS DE NUESTROS
ESPECIALES TEMORES,
QUE EL SIQUIATRA
PEÑA Y LILLO
NOS AYUDA,
EN UN SENCILLO
LIBRO, A VENCER
Y DOMINAR.**



puede irse desinteresando de un mundo en el cual ya no participe y polarizar la atención hacia sí mismo, favoreciendo el balance de una vida que se aproxima a su fin".

El doctor Sergio Peña y Lillo escribe con la autoridad del siquiatra que ha escuchado muchos dolores no siempre tan dolorosos como lo sentía el paciente. Y que ha ayudado a cientos de hombres y mujeres empujados por un escollo interno, a salir adelante de lo que él llama "el revés negro de la vida". Es decir, a reencontrar la felicidad, que a su juicio, consiste en la plenitud de esa vida en cada una de sus etapas. Para lo que él sitúa toda experiencia entre "el temor y la felicidad", que considera las experiencias polares de la existencia del hombre, razón por la cual así tituló también su libro.

"Sin la esperanza de la dicha no existiría el temor y sin el vencimiento de éste, no hay dicha posible": alegría y dolor son complementarios. El valor —de acuerdo al pensamiento del doctor Peña y Lillo, elaborado tras mucha lectura, reflexión y práctica clínica— no es la ausencia del miedo, sino su vencimiento. No es valor la imprudencia del niño que penetra inconscientemente en la cueva del león, sino la del padre, que temblándole las piernas, entra a buscarlo. Como tampoco es el valor un rasgo mayoritariamente masculino, sino genérico de la especie,

POR GRACIELA RÓMERO

Adiós temores [artículo] Graciela Romero.

Libros y documentos

AUTORÍA

Romero, Graciela

FECHA DE PUBLICACIÓN

1989

FORMATO

Artículo

DATOS DE PUBLICACIÓN

Adiós temores [artículo] Graciela Romero. il.

FUENTE DE INFORMACIÓN

[Biblioteca Nacional Digital](#)

INSTITUCIÓN

[Biblioteca Nacional](#)

UBICACIÓN

Avenida Libertador Bernardo O'Higgins 651, Santiago, Región Metropolitana, Chile