

FAX. N°. 484.65.62. EL PERIODICO OPINION X. Campreciós

Ureta.

452

SOBRE EL RENCOR COMO ENFERMEDAD

José Agustín Goytisolo

Si usted se siente deprimido/a, descontento de su vida, de su propia imagen y sin tener proyecto alguno para orientar su futuro y seguir adelante, acuda a un médico, que podrá ayudarle: siquiatra, sicoanalista, analista, conductista... Si, se puede aliviar el sufrimiento descargando su angustia, obedeciendo a unas ~~normas~~ de conducta, sin más ayuda que sus propias palabras, ~~y las brutas del médico~~, mediante la quimioterapia.

Pero, en cualquier caso, ~~no~~ debe uno/a engañarse, buscando el origen de sus males en daños, reales o no, que en un pasado le hayan inferido -esto conduce al rencor, que aviva su dolencia-, o autoinculpándose -eso lleva al victimismo, a la autoflagelación- que dificulta la terapia y la labor del especialista, y también el efecto quimioterápico de fármacos eutímicos, ansiolíticos o antidepresivos. Hay quien prefiere rebuscar en su pasado, y desde la infancia mitificada llegar a las causas, ajenas o propias, motivantes del origen de su enfermedad, es decir, escapando hacia atrás; y otros prefieren y logran ~~conseguir~~ anular el rencor hacia los demás o hacia sí mismos, e intentar iniciar un proyecto de lo que quiere <sup>M</sup> hacer, de lo que desea <sup>M</sup> hacer. El final, en ambos casos, es la muerte; pero mejor llegar a ella embistiendo que huyendo.