



Víctor-M. Amela - Ima Sanchís - Lluís Amiguet

Robert Neuburger, psiquiatre, psicoanalista, terapeuta de parella i de família

Tinc 83 anys. De París, visc a Suïssa amb la meva parella. Tinc 3 fills i 5 nets. Jo ni diagnostico ni medico, perquè donar un diagnòstic psiquiàtric és deshumanitzar la persona. Sembla que la idea que tots els humans som iguals tendeix a desaparèixer, veiem sorgir nacionalismes per tot arreu. Soc humanista

“Com més dependències tingui un individu, més lliure és”

GILBERT BADAF



No n'hi ha prou amb néixer per existir? El que li dona a un nadó el sentiment d'existir no és el fet de ser viu sinó tenir una mare o una persona estable que el cuida i que li transmet tota una sèrie de coses que li aniran donant la noció d'existir.

Per tant, existir és un aprenentatge? Sí, aprenem a existir a través de la mirada dels pares i amb l'aval de la societat. Les relacions són l'element essencial per al sentiment d'existir.

Sense elles no som? Hi va haver un escàndol a Bulgària i a Romania perquè quan hi havia molta demanda d'adopció es van posar a criar nens com si fossin pollastres, eren criatures vives però el seu cervell no s'havia desenvolupat.

Té remei? Si en néixer un humà no és reconegut i estimat patirà al llarg de la seva vida, i és que resulta molt difícil renunciar a allò que no s'ha tingut mai.

Que trist. De manera molt ràpida el nadó sent que pertany també gràcies a la família que li dona

una identitat, una nacionalitat... No s'ha de confondre la vida, una cosa biològica, amb l'existència, un sentiment que es construeix.

Un cercle que es va eixamplant? Sí, companys, amics, parella, religió...

De vegades arribem a l'edat adulta amb el sentiment de desarrelament.

Aquesta és la definició de depressió, aquella sensació de no existir perquè hem perdut relacions importants o una pertinença, per exemple hi ha molts suïcidis entre adolescents perquè els han fet fora del grup d'amics i s'enfonsen en la desesperació.

El sentiment d'existir és fràgil. I la pèrdua d'aquest sentiment, no estar d'acord amb com es desenvolupa la nostra vida, l'hem convertit en malaltia, i no ho és, és una cosa normal. L'ésser humà sempre es troba al caire de l'abisme.

Perquè sabem que el nostre destí és la mort?

Sí, i el que anomenem depressió és el sentiment de desesperació que consisteix a deixar de percebre un futur, un objectiu en la nostra existència.

Sembla bastant comú, no? És l'essència de l'humà, tots tindrem aques-

Far per a naufragats

Neuburger distingeix entre la vida i l'existència. “La vida ens és donada. L'existència és una altra cosa. El que entenc com a sentiment d'existir consisteix a estar conforme amb la manera com es desenvolupa la nostra vida”, i és aquí on gairebé tots naufraguem en algun moment quan la vida ens posa a prova, perquè tard o d'hora el que creiem que hauria de ser la nostra existència fa aigües. Per aquest psiquiatre el que anomenem depressió és una crisi d'existència, veure's en un moment donat sense projecte, fora del temps; una cosa que no hem de convertir en malaltia i medicalitzar sinó atendre tornant a vincular-nos amb el món, ja que les relacions són elements essencials per al sentiment d'existir. Ho explica en un petit assaig, gairebé poètic: *Existir. El más íntimo y frágil de los sentimientos* (Kairós).

tes emocions de no existir, i si ho convertim en malaltia entrem en aquella idea de la pínola de la felicitat, però això no existeix.

Què fem?

D'entrada prendre consciència del que ens està passant. Hi ha molts elements que poden sumir-nos en la sensació de no existir: l'abandonament, la pèrdua d'un ésser estimat, de la feina, un accident...

Com es fa per sortir-ne?

Quan es perd aquell sentiment d'existència, arriben dos sentiments alhora: la depressió i la ira. En realitat, la depressió és una ràbia impotent.

Què suggereix que fem amb ella?

Aquesta llavor de ràbia ens permet sortir de la situació. El problema és que avui la ràbia no es veu com una cosa positiva.

Molt positiva no és.

Aquesta ràbia prendrà la forma de desesperació i llavors l'especialista la medicarà, i així la ràbia que té a dins es tornarà contra vostè perquè l'haurà reprimat.

Quina és l'alternativa?

Cal donar permís per treure-la, cridar, plorar, i després reconstruir-se un mateix mitjançant la relació amb el món.

I si el sentiment de buit ens ve de la infantesa?

En aquest cas crec que la pèrdua de confiança en la humanitat és inevitable, jo tinc aquest problema. Vaig néixer jueu, i durant la guerra em van separar dels meus pares.

Què el va reconstruir?

Convertir-me en terapeuta, la curiositat bondadosa. Molta de la gent que escriu, pinta, esculpeix, construeix o inventa ho fa per evadir-se del patiment de la realitat.

L'angoixa és inherent a la naturalesa humana?

Sí, per descomptat, l'angoixa és normal perquè tots sabem que ens espera la mort. L'angoixa no és una cosa patològica, és lògica.

De què depèn la llibertat?

Consisteix a elegir de què depenem. Com més dependències tingui un individu, més lliure és.

Sona paradoxal.

Alguns trien existir intentant conferir-se a si mateixos aquest sentiment, però cap individu aïllat no és suficient, necessitem vincular-nos amb el món exterior.

Quina és la seva conclusió?

Recuperar una dignitat de pertinença invertint en grups que s'adaptin a les nostres necessitats relacionals i valors solser més beneficiós que un tractament mèdic que ens col·loca en la passivitat. Jo no diagnostico i no medico, perquè donar un diagnòstic és tancar algú en una categoria, és deshumanitzar la persona.