Eleno Alkain eta Saioa Aginako
Psikoterapeutak

Supernia ez da heroi bat

Gaur egun psikologia izenarekin ezagutzen dugun zientziak aitzinean dauka bere jatorria. Mendeak atzera jo eta burua hautsez estalitako liburu mardul eta ulertezinetan murgildu beharko genuke horren garapen luze eta aldakorraz jabetu ahal izateko; anitzak eta askotarikoak baitira gaur egun arte psikologiaren adiera garatu eta hornitu duten aurkileak.

Historian barrena pulunpatuz, gizakia zientzia eta filosofia sortzen eta garatzen hasi zenetik dago psikologia munduan; bere garaian, giza arimaren tratatua bezala ezagutzera eman zen. Hipocrates, Platón eta Kant bezalako filosofoek eta beraien giza izaera ulertzeko teoriak, psikologiaren aitzindaritzat hartzen dira. XIX. mendera arte behaketan oinarritutako zientzia izanik, esperimentaziora pasa zen, gizakiaren jarrera eta nortasuna emaitza neurgarri eta frogagarrietan azaldu daitezkeenez. Mende horretan, oraindik ere psikologiaren munduan jarraitzaile asko dituzten izenak ezagun egingo dira, alorrean eragindako oihartzuna dela medio.

Horien artean, mundu osoan ezagunenetariko bat, psikologia ikasi ez baldin bazuen ere, eta zenbaitetan hemen ere aipatu duguna, Sigmund Freud da. Psikoanalisiaren aita deitzen diote askok, eta bere teoriak egun ere indarrean dira, aurkakoak ere badituen arren. Hala eta guztiz ere, ukaezina da berak sortutako termino ugari nagusitu direla gure kulturan: Ediporen konplexua, aro falikoa edo inkontzientea adibidez.

Hala ere, oraingo honetan gurera ekarri nahi ditugunak bestelako kontuak dira. Agian ez ditugu izena aipatuta ezagutuko, baina egunero gaude beraiekin harremanetan. Izen laburra eta esanahi konplexua dute, beraz, ahalik eta modu sinpleenean azaltzen saiatuko gara Zera, Supernia eta Nia izena hartzen duten terminoak.

Zera alde biologiko eta instintiboa da, gure biziraupena bermatzen duena, nolabait. Barne bulkadak, beharrak eta oinarrizko desioak barne hartzen ditu. Funtsezko behar fisiologikoak berehala asetzeko grinarekin harreman zuzena du, asetzeak ekarriko dizkigun ondorioetan pentsatu gabe. Bulkada multzo batzuei «bizi bulkadak» izena eman zien: gosea, egarria eta sexu grina asetzekoak. Beste batzuk, aldiz, «heriotza bulkadak» izenarekin bataiatu zituen, gizakian ere berezkoak direnak: oldarkortasuna eta suntsidura. Beraz, Zerak bulkada horiek berehala asebetetzea du helburu eta zeregin.

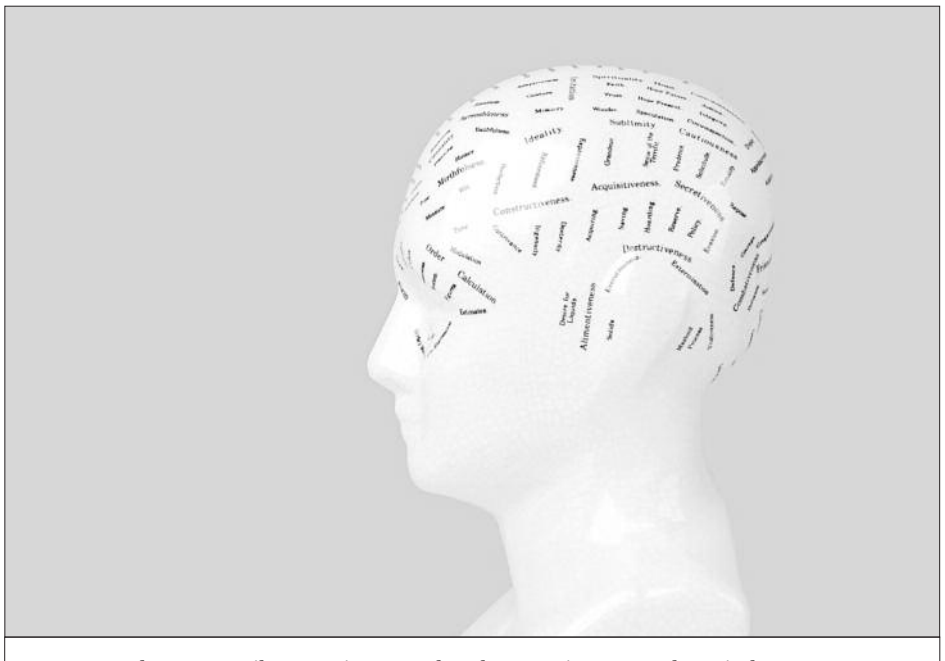
Hala ere, alde batetik gizarteko moralismoa eta bestetik elkarbizitza bermatzen duten arauak direla eta, ezinezkoa zaigu bulkada hauek agertzen zaizkigun momentu orotan adieraztea. Kontrara, nire zein besteen eskubideak bortxatu egingo genituzke etengabe, elkarbizitza ezinezko bihurtuz. Beraz, gure bulkadak menderatu ahal izateko, Supernia agertzen da jokoan. Kulturatik jasotako pentsamendu etikoak zein moralak hartzen ditu barnean. Kontzientzia moralak auto ebaluaketa eta kritika egitera eramaten gaitu.

Nia, bestalde, Zeraren eta Superniaren arteko zubi erregulatzailea da. Hau da, Zeraren desioak modu errealista batean betetzen ahalegintzen den aldi berean, Superniaren eskakizunekin bat etor daitezen saiatzen da; inguratzen duen errealitatea kontuan hartuta. Gauzatutako ekintza guztiak Niak analizatzen ditu, errealitatera gehien hurbiltzen den erabakia hartu ahal izateko.

Trinomio honen gaineko argibideekin amaitzeko, filmetan, marrazki bizidunetan eta literaturan maiz erabilitako irudi baten bitartez azalduko dugu hiruon arteko harremana. Alde batetik gu gaude (Nia) eszenatoki, testuinguru jakin batean (errealitatea), erabaki bat hartu nahi dugu eta zalantzak ditugu guretzat hoberena zein izango ote den. Bat-batean, sorbalda batean izaki txiki bat agertzen da gure gogoei kasu egiten diona (Zera) eta hauek asetzera animatzen gaituena. Baina, bat-batean, beste sorbaldan, aurrekoa bezain txikia den beste izaki bat agertzen da, arauak eta epai moralak gogorarazten dizkiguna, eta hiruron artean solasaldia hasten da, oreka bilatu arte.

Gu ere orekaren bila gabiltzala, gaurkoz amaierako puntua jarriko diogu idatzi honi, pentsamenduaren eta psikearen egituren zokoei buruz argi pittin bat zuei helarazten ahalegindu eta gero. •

durundia@gmail.com



Pentsamenduaren eta psikearen egitura apur bat ulertzen saiatzea mesedegarria da. GAUR8