

La crítica, con amor. El amor, con crítica.

22/11/2022

Cayetana Cabezas.



Cayetana Cabezas

Utilizamos la expresión “tiene la piel muy fina”, casi como un insulto, para definir a la persona que no soporta la crítica o el dolor. Olvidamos, sin embargo, que es quizás esa misma finura la que permite un intercambio de información sutil y misterioso entre el fuera y el dentro, puesto que la dermis, en tanto que puerta, además de entrada es salida. No es una imperfecta frontera creada por nosotros, pretenciosos humanos, que levantamos barreras donde la naturaleza las borra de un plumazo. **Nuestra piel es un mecanismo de diseño perfecto que permite poner en relación lo que pasa con lo que nos pasa.** Y además, lejos de callarse, ella nos muestra, nos ilustra y nos cuenta lo que le ocurre, lo que nos ocurre, cuando es atravesada por la vida en una u otra dirección. Se sonroja, se eriza, se amorata. **En nuestro cuero puede leerse braille; es el órgano que con mayor rapidez avisa y con más información se regenera.**

Las cicatrices, tanto las visibles como las que no lo son, existen a fin de que el olvido no cumpla su tarea. Nosotros, empeñados en controlarlo todo, imponemos tatuajes al pellejo, queriendo hacerle el trabajo a la memoria. Pero la piel sabe más que la tinta, bobos, nos grita el tiempo; es ella y no vosotros quien escribe la versión fidedigna de cada una de vuestras historias, ella quien decide qué queda y qué debe marchar, ella quien avisa para no ser traidora. Y aún así nos clavamos agujas, cuestionando que nuestro cuerpo sepa retener lo importante, lo necesario, lo bueno, no confiando en que lo dañino vaya a ser rotundamente rechazado, vencido y borrado por nuestra sabiduría innata.

La elaborada relación de los humanos con el dolor requiere de un manual a la altura de la violencia de nuestros ritos y costumbres. Nos convencen en la infancia de que hay que aguantar; cada uno en el rol que, según los parámetros establecidos, determinará su éxito. El estoicismo es un valor permanentemente en alza. La sensibilidad, cosa de artistas, débiles y niñas. Así que los niños engruesan su fina piel para no ser niñas y las niñas lo hacen para convertirse en niños o en mujeres abnegadas. **Ensayamos el dolor de pequeños para que de mayores duela menos. ¡Como si uno pudiera acostumbrarse, como si no doliese cada nueva vez distinto! Y en lugar de cuidar nuestras sensibilidades como la joya que son, las ponemos a prueba. El límite de nuestras fuerzas nos confirma que estamos preparados para salir al mundo.** Ese mundo, como dice Rilke, interpretado, en el que no nos sentimos seguros.

Según la doctora e investigadora Elaine Aron, veinte de cada cien personas son altamente sensibles (PAS); tienen una reactividad emocional, una empatía, y una consciencia de las sutilezas por encima de lo aceptado como “normal”. “Normal” es un término que define igual el todo que la nada. Algunos estudios hablan incluso de un 30% de la población. Ahora, la gran mayoría de las PAS no son conscientes de este rasgo o no lo nombran. Es más, probablemente trabajen para vencer lo que viven como una debilidad o incluso como una minusvalía, ya que “sentir demasiado” incapacita para moverse con normalidad en un sistema que requiere rentabilidad, eficacia y rapidez.

Un día normal en, por ejemplo, Madrid centro, puedes cruzarte fácilmente con trescientas personas altamente sensibles. Trescientas personas que atraviesan la ciudad, seguramente sobresaturadas ante el exceso de ruidos, de olores, de movimientos o de contactos. Trescientas personas muy probablemente desbordadas por las situaciones de injusticia o por su propias emociones. Trescientas personas, para bien o para mal, singularmente vulnerables, como desarrolla la filósofa Adriana Cavarero en su ensayo *Inclinaciones*, porque cada una es estimulada en su cuerpo único.

En los procesos creativos, y crecer lo es, se confunde la curiosidad con la pasión, creyendo que es esta última la que da calidad o fuerza a una obra, cuando, lo que sólidamente construye, es la disciplina del figoneo. Subordinarse a la curiosidad no mata sino todo lo contrario. Es el arrebató el que aturulla y nubla, puesto que pretende poseer el mundo en lugar de conocerlo, acotar en vez de expandir. Las pasiones mueven, sí, pero al empresario ambicioso o al amante posesivo. El motor del artista, del vividor, del creador en el sentido más fértil y menos productivo del término, es la búsqueda particular. **Y la alta sensibilidad no es, como creen algunos, sinónimo de pasiones descontroladas e intensidades al tuntún. La alta sensibilidad es una delicada forma de curiosidad, un extra bonus de vitalidad precisa, que coloca a la persona sintiente en el filo, donde el vértigo arraiga al**

suelo y permite que aparezca la belleza de una fragilidad única en cada individuo. La vulnerabilidad es tesoro, no castigo. Conmoverse demasiado es el premio por estar demasiado vivo. Y amar, en tanto que alto sentir, es una confesión de debilidad, una ofrenda confiada, que grita a los cuatro vientos: Aquí tienes mi piel, sé que no vas a aprovechar mi desnudez para arrancármela a tiras, al igual que tú sabes que, si lo haces, el problema será tuyo, puesto que el dolor horada la piel en ambas direcciones. **Amar es una diaria curiosidad por el bien del otro, a pesar de que el mundo no termine de considerar la bondad como algo útil.** Tampoco el amor. Se alaban, sí, las formas que lo representan; la pareja, la familia, el matrimonio. Pero como se bonifican fiscalmente las iniciativas solidarias o como se aplauden las banderas, sin conocer la particularidad de cada una de las personas que hay tras o huyendo de ellas.

Sentir no es rentable; este mundo no alaba la pureza de los vínculos que genera. Quizás sea porque, como escribe Marguerite Duras, «*"Puro" es una palabra de la soledad, una de esas palabras sagradas en todas las sociedades, en todas las lenguas, en todas las conciencias, en el mundo entero.*» Demasiada responsabilidad para una palabra. Tal vez demasiada también para un vínculo. Más a día de hoy, que hemos desarrollado nuevas formas de protección ante el excedente de vida que provoca el sentimiento. El alejamiento social, el fingido desinterés y la impunidad de hablarnos entre desconocidos bajo nombres inventados, sin piel de por medio, facilitan que el narcisismo moderno encuentre poderosas herramientas en las maneras virtuales de relacionarnos. Y también poderosas nuevas formas de agresión, a través de críticas, comentarios o mensajes escritos que llegan a nuestros dispositivos móviles. Vivir implica un intercambio sensorial social inevitable y estos ya imprescindibles aparatos, que nos mantienen tan acomodados en la distancia, se han convertido casi en nuestra segunda piel. Se puede destruir a alguien sin un solo golpe. **La piel no requiere contacto para ser herida. Tampoco para ser amada. Por eso es la palabra, herramienta afilada, un poder que conviene usar con el compromiso vital que sentir(nos) otorga.**

f 0 t 0 G+ 0 in 0 p 0 ♥ 4 📄 0

¿Te ha parecido interesante?

 (+4 puntos, 4 votos)

TAMBIÉN TE PUEDE INTERESAR

Liberty estudia con Bank of America la venta de sus negocios...

Comentario de Apertura | DiarioAbierto

Seis terrones de azúcar en el té | DiarioAbierto

¿Qué ventajas tiene par empresas usar un softw de fa...

Fundación Pelayo empodera a las refugiadas ucranianas | Diar...

El poder de no tener nada más que tiempo. | DiarioAbierto El...

Las catástrofes naturales restan una décima al PIB de 2021 |...

Defensa alerta a sus ba tras el paquete sospech recibi...

STROSSLE

ALSO ON DIARIOABIERTO

- | | | | |
|---|---|---|---|
| <p>Muere Marty Balin y deja sin azúcar a la ...</p> <p>hace 4 años · 1 comentario</p> <p>Poeta, cantante y compositor se encargaba de endulzar el ácido de ...</p> | <p>El Gobierno estará atento al pleno del ...</p> <p>hace 5 años · 1 comentario</p> <p>El Parlamento catalán celebra un Pleno este jueves en el que se ...</p> | <p>Delicadezas barrocas DiarioAbierto</p> <p>hace 4 años · 1 comentario</p> <p>Appaloosa y BMX Bandits representan la exquisitez del folk y el pop con ...</p> | <p>Préstam ¿mereci</p> <p>hace 5 años</p> <p>Pedir ...</p> |
|---|---|---|---|