

DE LA LIBERTAD CÍVICA A LA LIBERTAD PSICOLÓGICA.

José de Jesús González Pérez, Coordinador académico de la Escuela de Psicología, Universidad Don Vasco, Uruapan, Michoacán, México.

E-mail: udvpsicologia@prodigy.net.mx

Digno es de ciudadanos responsables enorgullecernos de la libertad lograda por nuestros héroes nacionales.

Fueron muchas las personas que dieron su vida para que el día de hoy en nuestro país y en general en la mayor parte de los países del mundo se goce de la libertad civil.

Tanto Don Miguel Hidalgo en Guadalajara, como Don José María Morelos en Apatzingán declararon la abolición de la esclavitud en nuestra tierra (Aunque a decir verdad en la Nueva España nunca existió legalmente la esclavitud).

Pero que triste sería celebrar nuestra independencia cuando en nuestro interior no estemos viviendo un auténtico estado de libertad.

Y es que conforme ha pasado el tiempo muchas personas han ido perdiendo esa prerrogativa esencialmente humana de ser libre de sus actos.

Engañados por falsas ideas de libertad han terminado esclavizados de sus propios caprichos y antojos.

No está por demás señalar que es esta época la que más ha estimulado una de las peores formas de esclavitud psicológica: las adicciones.

Tampoco es exagerado decir que muchos individuos han entregado su capacidad racional para que sean los medios de comunicación los que piensen y decidan por ellos. Es la televisión la que en muchos casos marca las modas, la que dice lo que es bueno y malo, la que decide la forma de vida y las costumbres, en fin, la que absorbe la capacidad de decisión del individuo.

Es cierto que somos libres cívicamente, pero cabría hacernos la pregunta ¿somos libres psicológicamente?

Porque hacer lo que se nos antoja en el momento que se antoja no necesariamente es señal de libertad.

¿Cuántas personas se ven esclavizadas por sus propios impulsos del momento, que vienen a derribar sus intenciones para alcanzar un objetivo racionalmente planeado? ¿Será realmente libre la persona que solo se limita a buscar los placeres del momento?

San Agustín lo describe como la esclavitud de las propias pasiones que se vuelven necesidad y que amarran como una cadena.

Fue un gran mérito de nuestros héroes darnos libertad civil, pero debe ser una tarea personal individual luchar día con día por alcanzar la plena libertad psicológica. Liberarnos cada vez más de las ataduras que impiden que ejerzamos con plenitud ese gran don que solo a nosotros se nos ha dado: La libertad.

Es necesario entonces ahora describir la libertad psicológica a que nos referimos:

§ Es libre psicológicamente la persona que es consciente de su propia esencia y existencia, es decir, que sabe lo que es y tiene bien claro quien es. Ésta es una duda que generalmente se resuelve en la adolescencia, pero que algunas personas aun en edad adulta viven como crisis de identidad.

§ La libertad psicológica implica también el uso pleno de las facultades racionales, pues el pensamiento es la facultad que nos permite visualizar las distintas opciones que tenemos y poder decidir conscientemente en función de ellas.

§ Una persona libre es consciente de sus sentimientos y emociones, los considera y los valora, pero no se deja dominar por ellos, puesto que le da una mayor jerarquía a sus facultades racionales, que al fin y al cabo son los que le permiten tomar las mejores decisiones.

§ Para ser libre se requiere también haber fortalecido la fuerza de la voluntad, puesto que sin ello somos presa fácil de los antojos del momento que nos impide lograr nuestros mayores propósitos. Evitar la esclavitud de nuestra regalada gana.

§ Es un hecho también que el conocimiento nos permite gozar de mayor libertad, puesto que al poder visualizar mayor cantidad de opciones y tener conocimiento cierto de ellas tenemos mejores criterios para decidir. No en vano la frase evangélica de “la verdad os hará libres”. De ahí el valor de la preparación científica y humana en la universidad, que no solo nos da conocimientos, sino que nos hace mas libres.

§ El grado máximo de libertad tal vez se logra cuando somos concientes de la trascendencia que como seres humanos tenemos. Cuando nos damos cuenta de que nuestra existencia va más allá de esta vida corta y limitada y busca una meta sobrenatural en un Ser Superior. Es entonces cuando nos ponemos a trabajar y a decidir en función de esa meta trascendente que supera todos los antojos y objetivos inmediatos. Nos liberamos de las ataduras de lo puramente material y finito para buscar algo espiritual e infinito.

Es importante aclarar que no estamos hablando de una libertad plena y absoluta, puesto que esto escapa a la naturaleza humana, sino que hablamos de la libertad relativa que poseemos, pero la cual podemos llevar a mayores niveles que nos ayude a nuestra realización personal.

Al festejar a nuestra Patria vamos a gritar “Viva nuestra independencia” pero ¿podremos también gritar “Viva nuestra libertad”?