LA ESENCIA Y LA PERSONALIDAD EN NUESTRA VIDA

Tú, yo y todos los seres humanos tenemos un tema no bien planteado ni resuelto: nos experimentamos duales, con un cuerpo, condicionado por su realidad física y la del entorno, tendente a lo inmanente y tangible, y un alma o mente, abierta y tendente a lo trascendente, a lo intangible, incondicionado y a la libertad. Por un lado nos percibimos como **ESENCIA** y como persona individual (**YO**) y, por otro, como **PERSONALIDAD** o forma de carácter y de comportamiento variable (**EGO**).

Hay una imagen de la realidad evolutiva de la vida en la Tierra que nos puede ayudar a entender algo más lo que nos pasa. Dos cosas son ciertas: la vida procede del agua y todo ser vivo, en su el mayor porcentaje, es agua. Esto nos dice que **esencialmente** somos fluidos, abiertos, adaptables, sin límites definidos, cambiables, adaptables, realizables; mientras que nuestra **personalidad** tiende a fijarnos, etiquetarnos, cosificarnos, hacernos rígidos, limitados, cerrados, definidos y condicionados.

El niño inicia su vida en el vientre de su madre rodeado del líquido amniótico (agua), que le humedece, alimenta, protege y le pone en contacto sensorial con su madre y con el mundo exterior. Además, está unido a su madre por el cordón umbilical y la placenta a través de los cuales le llega el fluido de la sangre y las sustancias disueltas, que facilitarán su crecimiento y desarrollo integral.

Esa situación esencial primaria sufre un cambio radical en el momento en que, capacitado para vivir por sí mismo fuera del seno materno, aunque sea aún muy dependientemente, el niño nace al mundo. A partir de ahí, se inicia el distanciamiento progresivo de su **ESENCIA**, apareciendo cada vez más su **PERSONALIDAD** que, a lo largo de su existencia, estará formada por su rasgos físicos heredados y constitutivos, sus tendencias temperamentales, sus reacciones y gestos, sus aprendizajes, sus mecanismos de defensa, sus comportamientos, sus idas y creencias sanas e insanas, sus acertadas o equivocadas elecciones y decisiones, sus errores y aciertos, sus vicios y sus virtudes.

Y aquí es donde nos encontramos con un dilema existencial muy importante: En el transcurso de nuestra vida, ¿nos está ayudando nuestra **PERSONALIDAD**, rompiendo su rigidez, haciéndose flexible, adaptable y adecuándose a las demandas de crecimiento y desarrollo sanos de nuestro ser, para reencontrarnos con nuestra **ESENCIA**?, ¿o tiene nuestra **PERSONALIDAD** tal fijación y rigidez que le dificultan mucho o impiden dar el cambio y evolucionar desde nuestro **EGO** a nuestro **YO** integrado e integrador de la energía de sus centros visceral, mental y emocional?

Responder adecuadamente a estas preguntas supone una actitud valiente y sincera consigo mismo y una toma de conciencia profunda de nuestro ser y de nuestra vida. Sabemos por propia experiencia que se van a dar etapas, momentos, acontecimientos y circunstancias que nos pueden servir como oportunidades, demandas e hitos para realizar el retorno de la **PERSONALIDAD** a la **ESENCIA**.

Te doy algunas pistas En cuanto a etapas evolutivas de la vida: 1) final de la **segunda infancia** (a los 8 años) en la que el niño tiene la primera conciencia del **YO** autónomo y diferenciado de los demás y de su entorno; 2) la **adolescencia**, momento de emergencia convulsiva de todas las potencialidades con la que contar para etapas futuras. Es un momento muy delicado e importante para realizar la primera integración personal y para la acción de los padres e influencia del entorno educativo y social más cercano al adolescente. Aquí se puede dar el primer y gran giro hacia la salud o hacia la enfermedad física, mental, emocional, espiritual y relacional de la persona. 3) Importantes son también las elecciones y decisiones que tomen sobre sí mismos, sobre su proyecto de vida y sobre sus acciones en los períodos de la **primera y segunda juventud**, de los 17 a 25 años y de los 25 a los 30.

A partir de ahí, serán los distintos acontecimientos y circunstancias personales, laborales, sociales y relacionales los que nos van a servir de oportunidad y de pistas ante los que nuestra toma de conciencia o inconsciencia van a ser definitivos y definitorios en el desarrollo o deterioro de la personalidad y, por tanto, de nuestra vida.

Aquí entran en juego tu opción personal y tu libertad de decidir y actuar. Eres el responsable primario, más importante e imprescindible.

Victoriano Martí Gil. Psicólogo, Pedagogo y Profesor de Eneagrama. Murcia. España. 18 de Noviembre de 2015