



Autenticidad, vida y salud

Ricardo Teodoro Ricci

Médico Clínico. Profesor Titular (Retirado) de Antropología Médica- Facultad de Medicina. Universidad Nacional de Tucumán – Argentina.

Correo electrónico de contacto: riccirt@fm.unt.edu.ar

Recibido: 9 de Marzo de 2023 – Aceptado: 5 de Abril de 2023.

“Ser únicamente quien eres en un mundo que hace todo lo posible, continuamente, por convertirte en todos los demás, implica luchar la batalla más difícil que puede librar cualquier ser humano; y no dejar nunca de hacerlo.” (E. E. Cummings)

La cuestión de ser quien uno es constituye un asunto que va mucho más allá de las meras expresiones de deseo, de las rebeldías adolescentes y de los movimientos de autoayuda de todo tipo. La autenticidad puede ser considerada uno de los aspectos esenciales de nuestra vida, por no decir el más crucial de todos. Autenticidad significa ser y hacer genuinamente lo que corresponde como ser humano único y distinto, como organismo vivo singular dotado de inteligencia y voluntad. En una primera aproximación, ser auténtico implica originalidad, creatividad, compromiso, responsabilidad; conciencia de las diferencias y las semejanzas, percepción de las capacidades, de los dones y de los límites. Ser auténtico es vivir una vida particular en medio de la generalidad de la comunidad humana. Es ser propio *en medio*, no necesariamente *en contra*, de lo que se considera como común y se halla naturalizado como norma.

A riesgo de ser demasiado esquemático, hay dos modos de vivir: auténtica o inauténticamente. Se trata de uno de los temas centrales del pensamiento del que es considerado el mayor filósofo del siglo XX. Estoy refiriéndome a Martin Heidegger. En su

libro insignia, “Ser y Tiempo”, se explaya en este tema de manera extensa y a la vez profunda. Este filósofo alemán es considerado complejo e inaccesible. No cualquiera – mucho menos un médico sin formación filosófica sistemática como yo - puede usar sus conceptos, mucho menos sin tener un conocimiento acabado de todo su trabajo. Autenticidad e Inautenticidad son dos nociones muy llamativas y tentadoras para pensar acerca de ellas y sacar algunas conclusiones más propias de un lego entusiasta que de un especialista en Heidegger. En el fluir de este texto, estas palabras fértiles y desafiantes del filósofo, me van a permitir una interpretación propia, no filosófica de ellas mismas y su contenido semántico. En suma, en un raptó de osadía me aventuraré a interpretarlas para el propio consumo, sin pretender llegar a la altura filosófica, ni a la profundidad de pensamiento de este pensador.

Intentaré definir lo más claramente posible ambos conceptos y luego hacer una reflexión que me permita aportar contenidos para la vida y la salud de las personas.

Los términos se refieren a la actitud general ante la vida y también ante la muerte. El ser humano es el único animal que sabe que temprano o tarde va a morir, es su única verdadera certeza. Si ante esa realidad procede de una manera evasiva, con conductas de evitación o de distracción, está procediendo de manera inauténtica, si, por el contrario, opta por mirar individualmente a la muerte de frente y vivir en consecuencia, estamos ante un comportamiento propio de una persona auténtica.

Inautenticidad

Los animales no humanos carecen de la posibilidad de preguntarse acerca de las cosas en general, particularmente de aquellas cuestiones nucleares de la vida. Los seres humanos, en cambio, somos acosados por esas preguntas desde nuestra temprana infancia. La mayor parte de nuestra vida vivimos una existencia precaria a la que nos aferramos con uñas y dientes. Nuestro marco cultural, indispensable para la vida humana, nos propone un vivir estándar, una vida que se realice dentro de los cánones considerados normales, saludables, divertidos, seguros, etc. La cultura, ese contrato tácitamente aceptado por todos desde

nuestro nacimiento, nos ofrece un hábitat resguardado que particularmente consiste en un modo de observar y vivir el mundo. Nos indica cómo vivir, cuáles deben ser nuestros gustos, cómo han de ser las relaciones entre nosotros, qué se ha de respetar y por qué, que está prohibido, que es lo que se castiga y qué podemos o debemos esperar para cuando nuestra vida acabe. Si mansamente nos adaptamos a esta propuesta, y no mediando ningún sobresalto, nuestra vida transcurrirá tranquilamente y seremos unos más de esos que viven como 'se' vive. Vivir como 'se' vive, significa dejarse llevar, sumarse a la corriente, hacer lo que hacen todos. Ante la pregunta: ¿Por qué haces esto?, la respuesta sería: 'No sé, todos lo hacen así', 'Así se hace', 'Siempre se hizo así'. Podríamos afirmar que este tipo de existencia es seductora para el hombre que vive en la sociedad. Abandonarse a ella es tomar la senda que lleva a ponerse al mismo nivel que el resto de las cosas del mundo. Podríamos decir que la existencia ha caído en el mundo, que el yo ha sido sepultado dentro del 'se', de lo impropio, de lo ajeno, de lo de todos.

"El filósofo alemán, Martin Heidegger, llamó a esto «vivir en estado de interpretado», lo que significa que no sólo se vive creyendo lo que se lee y se escucha, sino que todo eso se repite a los demás. Somos el eco en una caverna, un disco rayado, un loro yaco del Amazonas."¹Dostoievski fue uno de los que nos recuerda que la existencia humana no sólo consiste en vivir, sino también en saber para qué se vive.

3

Autenticidad

Por otro lado, los hombres estamos expuestos y arrojados a un mundo en el que estamos expuestos a tensiones entre independencia y soledad, responsabilidad y miedo. Si el individuo acepta su independencia, su autonomía y, en consecuencia, su responsabilidad, se hace cargo de un modo propio de su vida. Advertirá que necesita a los demás, que su

¹Extraído de: <https://www.ruizhealytimes.com/cultura-para-todos/la-existencia-inautentica>

relación con el mundo es tan inevitable como vital. Construirá relaciones con los otros sobre la base de su autonomía y responsabilidad. De esto se trata la existencia auténtica, esa que corresponde mejor al modo de existir humano. Por ella estamos obligados a elegir y somos responsables de nuestras elecciones queramos o no. De esa autenticidad, de esa libertad y responsabilidad, surge, entre otras cosas, la auténtica identidad.

Necesariamente, una opción como esta nos expone a extrañarnos ante la convencionalidad de lo público, a no hallarnos a gusto en las normas del 'se'. Aceptando la realidad de la muerte, nos hacemos responsables de nuestros actos y de nuestra existencia en general. Vivimos de frente a la realidad apreciándola con sus ventajas y defectos. Nos desvelamos paso a paso en la búsqueda de un sentido para nuestra vida. El sentido de la vida puede encontrarse mediante la participación activa y atenta en la conversación y en el intercambio con otros seres humanos, no se lo encuentra en un paquetito coqueto a la vuelta de la esquina. El sentido de la vida brota en el seno de una comunidad, es un fruto de la interacción con los otros, con sus pedidos, con sus proposiciones, con sus intransigencias, etc. En la existencia auténtica las conversaciones son mejor escuchadas y mejor argumentadas. Es posible descubrir otras perspectivas y son más interesantes y sustanciosas en términos de contenido y vivencia.

4

Fundamentalmente, el vivir auténtico es la existencia franca y personal en lo elegido. Es posicionarse ante el mundo con una identidad original y singular, aceptando la inevitabilidad de la inautenticidad en el seno de la sociedad humana. La convivencia social obliga al hombre a normatizarse como modo por defecto de vivir, de otra manera serían imposibles la armonía y la concordia. La autenticidad, el brote de lo auténtico, es la excepción en el fluir de la vida cotidiana, de lo contrario el sistema nos expulsaría por ajenos a él. En ese contexto puede y debe producirse el destello de la autenticidad. Es la manifestación de lo auténtico lo que permite el desarrollo del mundo de los hombres hacia destinos que, reconociendo la existencia de la finitud, apuntan a más allá de ella.

La salud parece estar en el equilibrio

No se puede con las improntas del oficio. ¿Qué es más saludable, la autenticidad o la inautenticidad?. Por un lado, la respuesta parece ser obviamente la autenticidad, es como somos propiamente nosotros mismos, como somos más genuinos, como logramos expresarnos mejor. Sin embargo, alguien podría decir que la inautenticidad es mejor. Es una situación más protegida, la sociedad incluye y guarda. Siendo como la mayoría, las cosas y los acontecimientos resultan más previsibles, por lo tanto, disminuye la ansiedad y la incertidumbre y eso es salud. El ser humano siempre ha buscado el lugar seguro, la tranquilidad, lo previsible. Aborrece la exposición, el riesgo innecesario, la incerteza. Si bien la curiosidad lo motoriza, el vacío lo congela y lo incapacita.

Intentando interpretar adecuadamente el pensamiento de nuestro filósofo podemos decir que: “el sentido originario de la salud consiste en la posibilidad del ser humano de realizarse en la vida fáctica. Esto significa que la salud es un modo de ser.”² Sin embargo, conviene advertir que la enfermedad también constituye otro modo de ser en el mundo. Por lo tanto, desde ambos estados es posible construir un proyecto, para que, desde la finitud de la existencia, crear nuevas y diferentes solidaridades con los que nos circundan y trascender el denominado ‘mundo circundante de lo útil’. “El poder – ser es, en efecto, el sentido mismo del concepto de existencia.”³ Uno de los modos de ser es el ‘ser – sano’, otro el ‘ser – enfermo’, de modo que es el hecho de estar instalado en la existencia, el concepto

5

²Rillo, A. G. “Aproximación ontológica al sentido originario de la salud desde la hermenéutica filosófica” RevHumMedLa cuestión de ser quien uno es constituye un asunto que va mucho más allá de las meras expresiones de deseo, de las rebeldías adolescentes y de los movimientos de autoayuda de todo tipo. La autenticidad puede ser considerada uno de los aspectos esenciales de nuestra vida, por no decir el más crucial de todos. Autenticidad significa ser y hacer genuinamente lo que corresponde como ser humano único y distinto, como organismo vivo singular dotado de inteligencia y voluntad. En una primera aproximación, ser auténtico implica originalidad, creatividad, compromiso, responsabilidad; conciencia de las diferencias y las semejanzas, percepción de las capacidades, de los dones y de los límites. Ser auténtico es vivir una vida particular en medio de la generalidad de la comunidad humana. Es ser propio en medio, no necesariamente en contra, de lo que se considera como común y se halla naturalizado como norma. Camaguey más

³Heidegger, M. “Ser y Tiempo”. Trotta, España, 2003

básico para entender el sentido originario de la salud humana. En ambos casos se ponen en evidencia las características básicas del Ser – en – el – mundo, la apertura y la posibilidad.

Se ha insistido recurrentemente, que el ser humano ha sido arrojado al mundo en el cual establece relaciones con las cosas, con los otros y consigo mismo. En ese contexto se patentiza el desarrollo de su proyecto en la vida circundante. “Si permanece frente a estas relaciones sin tomar conciencia de ellas, aunque determinen su existencia, está en la inautenticidad de la vida fáctica y, en consecuencia, niega toda posibilidad de apertura para comprender al otro y lo otro.”⁴ “Por el contrario, si al hacer consciente estas relaciones admite la finitud de su propia vida, se sitúa ante el mundo circundante como proyecto que hace frente a la posibilidad de abrirse al mundo entero dentro de la autenticidad de la vida fáctica.”⁵

De este modo estaríamos en condiciones de afirmar que la vida del hombre oscila entre la salud y la enfermedad, del mismo modo que oscila entre la autenticidad y la inautenticidad. La pertenencia al hábitat humano reclama del hombre una cierta aceptación y asimilación de la vida común, la vida de todos, el referido mundo del *se*. Por otro lado, el otro modo de ser en el mundo, la autenticidad, le permite instalarse en el mundo de manera singular, creativa y diferenciada. Podríamos hipotetizar que la salud consiste en ‘vivir en el mundo y no ser del mundo’. Esta frase, que resuena a Evangelio, quiere decir que necesariamente debemos vivir en la inautenticidad de la pertenencia al mundo de las cosas, de la cultura, del contrato social y de los convencionalismos. Sin embargo, que vivamos allí, no invalida que nuestro ser más genuino y más auténtico se manifieste en la originalidad que permite ver al mundo como otro, y brillar en él con una luz tan finita como propia.

6

⁴Gadamer, HG. “Acotaciones hermenéuticas” Trotta, España, 2002. Citado en Los términos se refieren a la actitud general ante la vida y también ante la muerte. El ser humano es el único animal que sabe que temprano o tarde va a morir, es su única verdadera certeza. Si ante esa realidad procede de una manera evasiva, con conductas de evitación o de distracción, está procediendo de manera inauténtica, si, por el, A. G.

⁵Idem.