

Els jardins secrets

Josep López
Georges Escribano

Els jardins secrets

La necessitat de cultivar un espai propi
per tenir unes relacions sanes

Pròleg d'Àlex Rovira

Atrium
Pòrtic

Primera edició: maig del 2010

Títol original castellà: *Los jardines secretos*

© 2010 Josep López Romero i Georges Escribano

© del pròleg, 2010 Àlex Rovira

© de la traducció, 2010 Maria Llopis

Drets exclusius d'aquesta edició:

Raval Edicions SLU, Pòrtic

Peu de la Creu, 4

08001 Barcelona

www.portic.cat

ISBN: 978-84-9809-147-2

Dipòsit Legal: B-16.779-2010

Fotocomposició: Edilínia, SL

Impressió: Liberdúplex, SL

La reproducció total o parcial d'aquesta obra per qualsevol procediment, comprenent-hi la reprografia i el tractament informàtic, o la distribució d'exemplars mitjançant lloguer i préstec resten rigorosament prohibides sense l'autorització escrita de l'editor i estaran sotmeses a les sancions establertes per la llei.

Índex

Cada ànima té un jardí secret, <i>per Àlex Rovira</i>	9
Introducció	15
1. Drames evitables	21
2. Què és un jardí secret	29
3. Una necessitat molt humana (els orígens antropològics)	37
4. Una explicació des de la psicologia	43
5. Sentir, pensar, actuar	49
6. La difícil (però necessària) acceptació	57
7. De l'invasor a l'autista	63
8. Síntomes que alguna cosa no va bé	75
9. El lligam real i sa	83
10. El desig, la fantasia, l'objecte i la representació	89
11. Lleis amb sentit	97
12. La culpa és cosa de nens, la mentida és cosa d'adults	103

13. El jardí segons la personalitat	115
14. On se n'ha anat l'amor?	121
15. La Via de l'Alteritat	127
16. Embelleix el teu jardí secret	133
17. Més enllà de la parella: la funció social i econòmica dels jardins secrets	139

Cada ànima té un jardí secret

Tots necessitem el nostre jardí secret. A tots ens cal un espai emocional i creatiu en què puguem oxigenar el nostre ésser, connectar amb nosaltres mateixos, donar un espai al nen interior, expressar-nos en llibertat, aparcar l'ego i els seus mecanismes de defensa. Un espai en el qual puguem VIURE en majúscules, connectar amb l'alegria, deixar-nos en pau, deixar-nos ser, deixar-nos estimar i ser estimats, arribar a l'essència oblidada de nosaltres mateixos on sentim que la vida té sentit, és un miracle, val la pena ser viscuda.

Des del meu punt de vista, un jardí secret no és un lloc fosc on tot val, on ens deixem anar a qualsevol preu, on no tenim en compte l'altre per satisfer-nos a nosaltres mateixos de manera egoista, no és pas un «jo primer». Un jardí secret no és això, no. Tampoc no s'hauria d'entendre com una fugida, com un simple refugi en el qual deixem anar les nostres passions sense avaluar-ne les conseqüències, no és un lloc per a la inconsciència i

el plaer egoista que facin que oblidem la realitat que ens envolta, no hauria de ser l'explosió amb metralla de la nostra ombra. No. Potser més aviat l'hauríem d'entendre com un espai de retrobada, d'exploració, d'alegria. El jardiner estima el seu jardí, en té cura, n'està pendent permanentment. És el seu espai sagrat. El lloc en el qual es manifesta, es coneix, es reconeix, es crea, es recrea des de l'amor i la consciència. Un jardí secret és, ha de ser, per definició, un lloc bell, amb una bellesa no pas casual, sinó el resultat de posar-hi harmonia i amor des de la lucidesa. Un indret del qual sortim renovats per la llum de l'amor, en qualsevol de les seves dimensions, des de la tendresa fins a la passió.

A més, tot jardí implica, necessàriament, bellesa. Pot ser una bellesa natural, en la qual cada racó, tot i semblar silvestre, ha estat guiat i endreçat per la mà del jardiner. Un lloc en què les essències són les que defineixen, en què la intimitat és la clau d'entrada, en què la nuesa en qualsevol de les seves dimensions no té el pudor que neix de la por i emergeix de la necessitat profunda de trobada amb l'altre.

Hi ha jardins secrets tendres i assossegats, espais de conversa autèntica, de trobada sincera d'ànimes que s'han sentit soles fins a la depressió. N'hi ha d'apassionats i intensos, entorns en què la pell i la carícia són camins i destinacions de la trobada. Sigui com sigui, en el paisatge d'un jardí secret hi ha potser un factor comú: l'entremesclament d'ànimes. La paraula entremesclament no és gaire habitual, però amb ella vull expressar

l'enllaçament de dues ànimes, de dos camins existencials que es troben i es trenen a l'ànima, a les paraules i a la pell, sabent que tot destí és incert, però que el que importa és el present i la qualitat que hi puguem crear. D'aquest entremesclament d'ànimes gairebé sempre emergeix una nova dimensió a la consciència: el reconeixement d'una part del nostre ésser que romania amagada i agotada per la por, el conformisme o els centenars de «nos» que hem anat fent nostres al llarg de la vida i que ens han anat enterrant en el quitrà de la resignació i la tristesa. Potser la característica comuna de tot jardí secret és la plenitud, l'alegria i la serenitat que ens ofereix quan hi som i fins i tot quan n'evocuem el record. Són l'aliment de la nostra ànima.

Escric això i ve a la meva memòria un fragment del poema *La invitació*, d'Oriah (*Mountain Dreamer*). Un fragment que és una crida a descobrir què conté el nostre jardí secret, i que diu així:

No m'interessa saber
com et guanyes la vida.
Vull saber
el que anheles
i si t'atreveixes a somiar
amb el que el teu cor deleja.

No m'interessa
quina edat tens.
Vull saber

si t'arriscaries
a semblar un babau
per amor
pels teus somnis
per l'aventura d'estar viu.

No m'interessa
quins planetes hi ha
en quadratura amb la teva Lluna...

Vull saber
si has arribat
al centre de la teva pròpia tristesa,
si les traïcions de la vida t'han obert
o si t'has pansit i tancat
per por de nous dolors.
[...]

Vull saber
si pots estar sol
amb tu mateix
i si de debò aprecies
la teva pròpia companyia
en moments de buit.

Aquest text, més oració que poema, que ens va regalar Oriah conté en cada una de les seves frases una invitació a entrar en el nostre jardí secret. En cada una de les segones parts de les estrofes que el formen, les que

s'inicien amb un «Vull», se'ns convida a mirar cap al nostre interior, cap al que és essencial, cap al nostre propi jardí. Triem-ne algunes, a l'atzar:

- Vull saber el que anheles, i si t'atreveixes a somiar amb el que el teu cor deleja.
- Vull saber si t'arriscaries a semblar un babau per amor, pels teus somnis, per l'aventura d'estar viu.
- Vull saber si pots estar sol amb tu mateix i si de debò aprecies la teva pròpia companyia en moments de buit.

Potser ens oblidem massa sovint de qui som en realitat, de quins són els anhels que té la nostra ànima, de quin és el sentit de la nostra vida, per què vivim, ens oblidem de què és el que de debò val la pena en la vida i, per damunt de tot, de qui som. De fet el jardí interior ens convida a reconèixer la pregunta essencial de la qual deriva tota la resta: qui ets? La pregunta més exigent i la que requereix més dosis de lucidesa, humilitat, amor, dedicació, consciència i intimitat. Aquí no serveixen els sucedanis, ni les mentides, ni les postergacions.

De què serveix un jardí de plàstic, un parc temàtic fictici, una impostura? El que defineix l'essència d'un jardí és la naturalitat, la bellesa original, la singularitat, l'harmonia, la llibertat que es conquereix gràcies al treball sincer en l'amor i la consciència. Un jardí secret és un espai de veritat i de llibertat. La seva conquesta pot suposar un preu molt alt, però sempre val la pena perquè ens portarà a una dimensió més plena del fet de viure.

I aquesta és la proposta original, lúcida i valenta que ens ofereixen Georges Escribano i Josep López. Per a mi tots dos són grans amics i em plau profundament que s'hagin trobat en aquestes pàgines per oferir-nos reflexions summament poderoses sobre la vida, la intimitat i l'amor. Aquest és un llibre honest, valent i lúcid. No us deixarà indiferent. Teixeix un discurs bell i bo, amb la potència que només neix de l'experiència i el coneixement. La seva lectura atrapa i deixa empremta, provoca molts moments de reflexió i tot sovint resulta reveladora i alliberadora. És un llibre bell i bo. Vull que gaudiu tant de la seva lectura i relectura com ho he fet jo i, per damunt de tot, desitjo que aquesta lectura sigui la clau de la porta cap al vostre propi jardí interior.

Saludo el vostre cor.

ÀLEX ROVIRA

Introducció

Quan una parella se separa o es divorcia, normalment algun dels protagonistes (o tots dos) diu coses com ara: «És que em faltava l'aire!». O bé: «Necessitava el meu propi espai!». O fins i tot coses més concretes com: «Ni tan sols em deixava escoltar la música que m'agradava!». O: «S'enfadava si sortia una nit amb les meves amigues».

En aquests casos, com en la majoria de les separacions, tant si són de mutu acord com si s'han tirat els plats pel cap, la realitat és que un dels dos abandona la llar comuna i intenta construir-ne una de nova, on cerca l'espai i l'aire que sembla que li mancaven. Això, com és fàcil de suposar, duu associades una sèrie de conseqüències, evidentment emocionals (les més difícils de pair i de gestionar, sobretot si hi ha nens pel mig), però també socials i econòmiques.

Tot sovint l'enyorança o la inexistència d'aquell «espai propi» s'esgrimeixen com a arguments de pes, com una raó que sembla que justifica la separació. O bé, sen-

se arribar a la separació, aquesta manca d'espai apareix indirectament en forma d'agressivitat o tristor, i fins i tot de malaltia, segons les diferents estructures de la personalitat. O, dit d'una manera més senzilla, segons la manera de ser de cadascú. La malaltia, per exemple, es dona sovint en parelles que no volen arribar a l'extrem sempre dolorós de la separació, però que, d'alguna manera, moltes vegades inconscientment, perceben que alguna cosa no va prou bé en la relació. Aquesta cosa gairebé sempre té a veure amb la manca d'un àmbit de desenvolupament personal o amb la seva estretor.

El que ens proposem exposar en aquest llibre és que aquest espai, que nosaltres anomenem jardí secret (ja es veurà per què), és una cosa no sols bona per al desenvolupament de la persona, sinó fins i tot imprescindible perquè les seves relacions, especialment les de parella però també les familiars, les laborals i les socials en general, siguin adultes, sanes i constructives.

Cal dir abans que res que si no teniu problemes de parella, o de relació en general, no us heu d'amoïnar: és força probable que ja tingueu el vostre jardí secret, o que considereu que sou feliços sense tenir-ne cap (tot i que això últim potser amagui un autoengany, una estratègia adaptativa). Aquest llibre està indicat per als que sí que tenen problemes o n'han tingut. O per als qui els volen prevenir, perquè ja sabem que acostumem a recordar-nos de santa Bàrbara quan trona, i encara més quan ha fet un bon diluvi i estem amb l'aigua fins al coll.

La novetat que aspirem a aportar és la constatació

empírica i l'explicació científica de la necessitat d'aquest espai propi en totes les persones. I la descripció, a partir de casos reals, de com es pot aconseguir una millor relació de parella (independentment de l'origen, el nivell social o l'orientació sexual), cosa que, extrapolada, fins i tot pot servir per a les relacions entre països i cultures.

Les neurociències, juntament amb la psicologia en les seves diferents variants, han aportat prou dades i experiències els darrers anys sobre l'ésser humà i sobre el funcionament del nostre cervell per poder afirmar, amb una sòlida base de coneixement (és a dir, més enllà del que ens dicta el tot sovint enganyós sentit comú, farcit de càrregues culturals ancestrals), que als éssers humans, per ser-ho de debò i de manera adulta, ens cal construir el nostre propi jardí secret, físic o psíquic. Dit d'una altra manera, el jardí secret és una necessitat humana, i la seva existència, la seva cura i el seu respecte permeten relacions sanes i equilibrades en les parelles. No sols això, la creació d'aquest lloc és indissociable de l'evolució de l'individu cap a la maduresa i un símptoma de bona salut mental.

Algú pot dir que aquest és un invent més de la societat egòtica (centrada en l'ego) del segle XXI, una creació intel·lectual al servei d'uns impulsos poc o gens intel·lectuals. Dit d'una altra manera: la justificació d'algunes persones per no haver de comprometre's o per «fer la seva vida» sense haver de donar explicacions a la parella. Això queda ben lluny de la realitat, que s'encarrega de manera obstinada de demostrar, tant dins com fora

de la consulta del psicòleg, que el respecte absolut envers l'espai íntim de l'altre o l'altra no sols és compatible amb l'amor, l'altruisme i la compassió, sinó que és una condició *sine qua non* perquè una parella funcioni de debò com a tal. I és així perquè la persona que coneix la seva pròpia intimitat i la valora és capaç de construir des d'aquesta intimitat, mentre que la que no en té (perquè la ignora o perquè hi renuncia) pot aportar ben poca cosa o gens ni mica a la intimitat de la parella. Tot això, com veurem, no parteix d'una simple teoria, sinó que és el producte d'anys de pràctica professional en l'àmbit de la psicoteràpia i de la psicoanàlisi, com també d'una observació i d'una anàlisi de les relacions socials. Aquesta doble observació, la psicològica i la social, dona com a resultat un fet: aquelles parelles amb jardins secrets per totes dues parts tenen una relació més satisfactòria i duradora.

En francès, l'expressió *jardin secret* ('jardí secret') ja evoca un lloc íntim propietat de cadascú i que no s'acostuma a compartir amb ningú o gairebé ningú. També hi ha una pel·lícula, *The Secret Garden* (1993, dirigida per Agnieszka Holland i produïda per Francis Ford Coppola, basada en un llibre de Frances Hodgson Burnett molt anterior, del 1910), titulada així perquè de manera al·legòrica es refereix a un espai tancat als altres, un espai secret en el qual els protagonistes, un grup de nens, troben un lloc per al seu creixement personal. En altres idiomes potser parlariem d'intimitat, en el sentit de «conjunt de sentiments i pensaments que cada per-

sona guarda en el seu interior» (segons el *Diccionario de uso del español* de María Moliner), tot i que a aquesta definició li faltaria, juntament amb els sentiments i els pensaments, les accions privades, incloent-hi la creació i la cura d'espais propis.

En tots els casos i idiomes, l'expressió normalment es limita a l'àmbit de l'individu, i s'oblida que els éssers humans existim també en relació amb els altres; és a dir, formem part d'una societat. Com va dir Plató, som «animals socials». Per això hem volgut pluralitzar el *jardín secret* i titular aquest llibre *Els jardins secrets*, ja que creiem que perquè les relacions funcionin bé, ja sia en l'àmbit de la parella o en d'altres encara més complexos, incloent-hi les relacions entre països, cada part ha de tenir el seu propi espai, el seu propi territori. És a dir, hi ha d'haver més d'un jardí. Només així es poden crear relacions entre iguals. És a dir, relacions saludables i potencialment duradores.

1

Drames evitables

*Crec que una de les raons per les quals
el meu matrimoni ha funcionat és
perquè tots dos som estrangers, tots dos
sabem que l'altre somia en un idioma
que no coneixem.*

NANCY HUSTON,
lingüista i novel·lista

Com a éssers humans, som una curiosa barreja de ment i cos (i potser també d'ànima, però aquest és un tema que no tocarem aquí). Som, a més, individus, és a dir, éssers autònoms, ja que cada un de nosaltres disposa d'una ment i d'un cos que, si més no a priori, són diferents de la resta de ments i cossos, que sumats conformen la nostra espècie. Això és el que ens diu l'observació, l'experiència i el sentit comú. Ara bé, no som individus sense més ni més, sinó individus «relacionals», és a dir, essencialment gregaris. I això ho complica tot.

Resulta que ens necessitem els uns als altres, i això ens porta a actuar de vegades de maneres poc raonables, allunyades de la sàvia naturalesa i del que seria una simple i clara relació entre animals (cosa que també som,

no ens n'oblidem). La teranyina que confeccionem amb les nostres relacions, especialment a través de les diferents formes en què ens comuniquem, és tan enrevessada que de vegades perdem de vista aquestes afirmacions tan elementals, és a dir, que som éssers individuals i que la nostra ment i el nostre cos són d'ús privat, llevat que decidim lliurement una altra cosa.

Passem un moment a l'escenari pràctic per veure com de vegades oblidem tot això. Imaginem, per exemple, el diàleg següent entre una parella al caire d'una (evitable) separació:

—Però, com m'has pogut ser infidel?!

—Va ser només una relació d'una nit, una cosa intranscendent. No significa res, t'ho prometo.

—Com que no significa res? Deu ser per a tu! Per a mi és una traïció amb majúscules!

—És que va ser un impuls, no ho vaig poder evitar.

—Si m'estimessis, ho hauries evitat.

—És clar que t'estimo! Allò d'aquella nit va ser una bestiesa, no té res a veure amb l'amor. Jo t'estimo a tu, ja ho saps.

—I com vols que et cregui ara, després del que has fet? Mai més no podré confiar en tu. Ens hem de separar.

—Separar-nos?! Però això és una bogeria. T'ho repetixo: jo t'estimo. A més, hi ha els nens, la casa...

—Sí, ja veig que t'importa tot menys jo. No sé per què et vas casar amb mi llavors. Quan et cases deixes de ser una sola persona, formes part d'una família. I tu sembla que no ho sàpigues.

–Però casar-se no vol dir anul·lar-se.

–Tu mai no t’anul·laries. Abans t’estimes més anul·lar-me a mi, oi?

–Estàs fent demagògia. Tu saps que aquestes coses passen en les parelles cada dia i no cal que se separin. De fet, si no haguessis ficat el nas en el meu mòbil, ni tan sols parlariem d’això ara mateix. Ha estat una gran falta de respecte...

–Sí, és clar, i jo em passejaria amb unes banyes de dos pams i sense saber-ho. Et sembla bé? Si fos al revés, no et faria cap gràcia, oi que no?

–No, és clar. Per això jo prefereixo no saber el que fas o deixes de fer.

–Sí, tu sempre igual: d’allò que els ulls no veuen el cor no se’n dol... El que passa és que ja no t’importo i per això t’és igual el que faci. Si t’importés, no m’hauries fet això.

–No, no és això. Estàs donant al tema una importància que no té.

–Que no en té?! Ara veuràs si en té. Vaig a fer les maletes.

–Però, amor...

–No em tornis a dir mai més amor.

–Però...

–Ni però ni res. Me’n vaig. Ja rebràs notícies del meu advocat.

I així podríem continuar fins al cop de porta final, o fins més endavant, quan es veuen davant del jutge o davant del notari o en el taulell d’una immobiliària mi-

rant de buscar un pis de lloguer o de vendre la casa comuna. O, encara pitjor, envoltats d'advocats i negociant a quatre bandes la custòdia dels fills, parlant d'horaris inversemblants i de despeses que ningú no pot o no vol assumir.

Un petit incís: quan heu llegit el diàleg anterior, heu identificat immediatament l'infidel com a home i la traïda com a dona? Si és així, fixeu-vos que en cap moment no s'especifica el sexe dels dos membres de la parella que parla: podrien ser dos homes, dues dones, una parella heterosexual en què ell ha tingut una relació extramarital o bé aquesta mateixa parella en què la infidel ha estat ella. Amb això ens agradaria avisar-vos sobre els prejudicis que tenim tots i que, sempre que fos possible, hauríem d'aparcar per treure profit d'aquest text, en el qual hem intentat no fer servir clixés sinó situacions concretes per fer palès que les circumstàncies poden ser infinitament variades i totes igual de vàlides.

Tornem a l'exemple. Segur que gairebé tothom ha viscut una situació semblant a la representada, ja sia en carn pròpia o en la d'algun amic o familiar, i per això tots sabem que aquesta mena de drames quotidians estan a l'ordre del dia i suposen grans complicacions tant als protagonistes directes com els qui en reben les conseqüències com una carambola.

Però rebobinem un moment i analitzem el diàleg anterior des del punt de vista del respecte a la individualitat. Què hi veiem? En primer lloc, sembla evident que tenim dos individus que en un moment determi-

nat van decidir formar una parella i que no van establir clarament on acabava cada un d'ells i on començava la parella. És a dir, els límits. Un dels dos, a més, dona per fet que en casar-se es dilueixen els límits del que és individual per passar a formar part d'un ens anomenat *família*, i amb això obvia el fet que no necessàriament ha de ser així llevat que algú decideixi arrencar de soca-rel la seva pròpia individualitat i llençar-la al contenidor dels residus orgànics (suposant que la individualitat sigui orgànica).

Per tant, tenim un primer problema detectat: no establir els límits entre individu i parella. És això i cap altra cosa el que porta un d'ells a considerar que l'aventura és una *traïció*, consideració falsa, ja que sols hi pot haver traïció si abans s'ha establert un contracte en el qual figuri clarament què donarà l'un a l'altre (i què no). Ni tan sols el famós «prometo ser-te fidel en les alegries i en les penes, en la salut i en la malaltia» del matrimoni cristià no parla, si més no de manera explícita, de la prohibició per als esposos de tenir relacions extramaritals.

D'altra banda, en el transcurs de la discussió entre la parella apareix un altre element important: un d'ells ha tingut una *aventura* i se'n justifica davant de l'altre assegurant-li que no té cap mena d'importància, que només va ser «un impuls». És evident que podia haver reprimat l'impuls, i també és evident que si ens deixéssim endur sempre pels nostres impulsos encara viuríem en un estat selvàtic (els que sobrevisquessin, que serien

ben pocs). Ara bé, s'havia de reprimir? Aquesta repressió formava part del contracte establert per formar la parella? I anant encara més lluny, hauria estat sa reprimir l'impuls? Com segurament deu haver endevinat el lector, la resposta a aquesta última pregunta és no: no és sa reprimir un instint llevat que cerquem una manera satisfactòria de canalitzar-lo. Això té una explicació plena de sentit que, si ens permeteu, donarem una mica més endavant per no entretenir-nos amb explicacions científiques feixugues.

Ara ens ocuparem del tercer aspecte destacat de la discussió d'aquests futurs separats: com se sap que un d'ells ha tingut un *affaire*? Doncs perquè l'altre ha ficat el nas en el seu mòbil i hi ha descobert probablement algun SMS del tipus: «Va estar molt bé allò de l'altra nit; quan vulguis, ho repetim». Deixant de banda el possible debat entre si és lícit o no que un membre de la parella miri els SMS o els correus de l'altre (evidentment nosaltres creiem que no ho és), el que crida l'atenció en aquest assumpte és que avui dia moltes parelles no estableixen pautes clares sobre el seu espai propi dins de la relació, o obliden d'incloure-hi els àmbits de comunicació privada que ens proporcionen les noves tecnologies. Dit d'una altra manera, el mòbil, el correu electrònic i qualsevol altre aparell que serveixi per a la comunicació d'un individu amb altres individus formen part del seu jardí secret, d'un espai propi que ha de ser respectat. Ningú no s'ha d'ofendre si la seva parella protegeix amb un número secret el mòbil o si no li revela la contra-

senya d'accés al seu correu electrònic. No sols això, ningú assenyat no pot pretendre que la seva parella sigui transparent i oberta com una copa de vidre: tots tenim un costat opac i, en contra del que alguns creuen, això no és una falta de respecte o de consideració envers la parella, sinó una necessitat vital (literalment parlant, com veurem).

Per què, doncs, si sembla que tots entenem i acceptem això, es donen situacions com la que hem descrit abans? Per què es produeixen faltes de respecte en l'àmbit de la parella que de vegades acaben en violència psicològica o fins i tot física? Què hi ha en el fons de tots aquests drames quotidians (i perfectament evitables) que esquitxen la nostra vida i de vegades la trastocuen de manera irremissible? Aquí teniu la resposta: les nostres necessitats com a éssers humans, la necessitat de protecció i d'amor, però també de llibertat i d'experimentació. Ho veurem de seguida sota la lupa de l'antropologia i de la psicologia. Però abans de parlar del que ens mou ens aturarem un moment en el nostre objecte d'estudi, és a dir, en la definició del que és (i el que no és) un jardí secret.

2

Què és un jardí secret

És vital donar espai als altres i donar-te'l també a tu mateix. L'amor no pot florir sense espai.

ECKHART TOLLE, *El poder de l'ara*

Les conseqüències d'una separació són gairebé sempre doloroses. Evidentment hi deu haver algú que se senti alegre o alliberat, però és evident que una separació, si més no en la primera fase, comporta pèrdues (afectives i materials, socials i econòmiques), i les pèrdues provoquen sofriment. De fet, en els molts rànquings que des dels anys setanta s'han elaborat en els països occidentals sobre els fets que provoquen més estrès en la vida d'una persona, la separació i el divorci sempre ocupen un lloc destacat en el *top ten*, en general el primer o el segon després de la mort d'un ésser estimat.

Les causes de les separacions o els divorcis són d'allò més variades, ja que, com se sol dir, cada persona és un món i cada parella és un món encara més complex, perquè és molt més que la suma de dos mons. Per tant, no

ens dedicarem a descriure-les, ja que acabariem perduts en una pregunta sense resposta o, encara pitjor, amb gairebé tantes respostes com casos. El que sí que gosem afirmar és que moltes d'aquestes separacions, bona part d'aquest sofriment, són evitables, i s'evitarien si s'entengués i fos acceptada per tothom la funció del jardí secret a la parella (i, d'una manera més àmplia, en qualsevol relació interpersonal). No és que la funció dels jardins secrets consisteixi a fer que la gent no se separi, però la seva existència, la seva cura i el seu respecte poden evitar més d'una separació. O facilitar que, arribats al cas de la separació, si és que es considera necessària i bona, les persones l'afrontin de manera madurada i adulta.

Dit això, entrem amb una mica més de detall en la descripció del que és el jardí secret, que ja hem apuntat, però molt més àmplia i complexa que el simple concepte d'*espai propi*.

Un bon amic nostre diu sovint, amb un somriure malèvol, que «el jardí secret és la part més interessant d'una persona». Evidentment vol dir que el que amaguem als altres acostuma a ser la nostra part més autèntica o, si més no, la més morbosa, la més emocionant o divertida. Tot i que no hi ha dubte que de vegades és així (pensem, per exemple, en algú que faci d'executiu de dia i de *drag queen* de nit, com hi ha casos), no sempre el jardí secret és tan atractiu ni té a veure amb la nostra sexualitat.

Vegem un parell de casos reals. El primer es relaciona amb el sexe i el segon no, però tots dos tenen a veure

amb el jardí secret. En el primer tenim l'Andreu, un noi de vint-i-cinc anys i que en fa tres que festeja amb una noia. Va a la consulta del psicòleg perquè té desitjos i fantasies homosexuals que, segons ell, l'assetgen. Diu que «no sap què fer», ja que, tot i sentir desig per ella, els desitjos homosexuals són més forts. Assegura que no vol ser homosexual, ja que això li «complicaria molt la vida». A més, la seva família no ho acceptaria i per això decideix anar al terapeuta: per *curar-se*.

El treball amb l'Andreu va consistir a ajudar-lo a delimitar la seva interioritat, que en prengué consciència, i després a explorar els fonaments del seu desig. Un dia l'Andreu va decidir experimentar una relació homosexual per *saber*. Va viure l'experiència amb molt de plaer. A poc a poc va començar a conèixer millor el seu cos, a acceptar els seus desitjos, a assumir-se. Va entendre que ell era l'únic amo de la seva vida, dels seus gustos, els seus desitjos, els seus plaers. Va deixar d'enganyar-se i va decidir posar fi a la relació amb la seva xicota. Va pensar, a més, que no li semblava que calgués parlar-li de la seva homosexualitat, que era una cosa que li pertanyia sols a ell i que en parlaria amb les persones que ell decidís. Al cap de poc temps va conèixer un noi amb el qual actualment té projectes de vida en comú.

Així va assumir l'Andreu la seva homosexualitat i, més important encara, la seva llibertat de sentir. El jardí secret li va permetre contactar i assumir el seu veritable desig sexual. Això no obstant, el més interessant del cas és que, en construir el seu territori psíquic, el seu jardí

secret, va assumir la responsabilitat sobre si mateix, i això el va portar encarar-se amb la realitat i a actuar en funció de les situacions i de les persones.

Tenir un jardí secret no necessàriament suposa tenir aventures sexuals fora de la parella i no explicar-les, tot i que, per què ho hem de negar, aquest és el cas més morbós, sobretot des que molts mitjans de comunicació el potencien en parlar dels *affaires* de famosos i famoses. En tot cas, els jardins secrets poden ser de molts tipus i poden tenir dimensions múltiples. Vegem-ne un exemple real que no té res a veure amb el sexe: la Paulina, una noia tímida, somiava de ser cantant, però no s'animava perquè deia que desafinava i li feia vergonya el simple fet d'imaginar que cantava en públic. No ho gosava fer, paralitzada per la idea de fer el ridícul, però desitjava fer-ho, era la seva vocació reprimida. Aquest xoc d'idees l'aclaparava tant que va acudir a la consulta d'un psicoterapeuta a la cerca d'ajuda. Després de les explicacions pertinents, el treball terapèutic va consistir en l'acceptació de si mateixa, és a dir, a acceptar primer els seus límits i després qüestionar-los. Va redescobrir que, de petita, havia cantat en una festa infantil i que se n'havien rigut, cosa que molt probablement era l'origen de la seva vergonya. A poc a poc va començar a acceptar que desafinava, però que, malgrat això, sentia un gran plaer en cantar. Així, va començar a cantar sola a casa seva i va poder constatar per ella mateixa el gran plaer que això li donava. Alhora, en admetre i assumir que desafinava, va acceptar la realitat i va poder qüestionar-

se els límits. Això la va dur a fer classes de cant, on va disposar de l'espai i del temps (conceptes sempre vinculats d'alguna manera) per descobrir la seva veu, el seu to i aprendre a cantar. Avui dia el cant és per a ella una afició que li proporciona molt de plaer. I no sols a ella: també als seus amics, per als quals canta en reunions o sopars.

En aquest exemple veiem com la Paulina accepta el seu jardí secret, el seu desig artístic, i això la duu a prendre decisions, a millorar i a gaudir, en comptes de mantenir-se en l'autolimitació i la frustració.

Si ens fixem en un referent cinematogràfic recent, és el mateix cas del paper que interpreta Richard Gere a *Shall we dance?* (*Ballem?*, 2004). Per als qui no hagin vist la pel·lícula, en resumim l'argument: la vida i el matrimoni de John Clark, un advocat americà una mica obsessionat per la feina, fa un gir inesperat el dia que, després de molts dubtes, s'inscriu en una acadèmia de ball. A mesura que en John supera les seves maneres matusseres en part de la mà d'una professora preciosa (Jennifer López, per a més detalls), descobreix la passió pel ball i continua amb les classes, però ho amaga a la seva família i als companys de feina per por de semblar-los una persona poc seriosa. Fins que un dia, mentre participa en un concurs, la família (la dona i la filla) ho descobreix.

La pel·lícula no és cap obra mestra, però té moments deliciosos. Per exemple, la imatge d'aquell advocat gris que fa uns primers i matussers passos de ball a l'acadè-

mia, amb el mateix vestit i la mateixa corbata que duu en el bufet. O l'estranyesa de la seva dona en veure'l content sense saber que de fet és perquè ha començat íntimament a admetre que el que més l'apassiona a la vida és ballar.

Quina hauria estat per a ell la solució que li hauria evitat els problemes que al final té amb la família per haver-li amagat la seva afició al ball? Simplement admetre la seva vocació de ballarí, dir al seu entorn (només a qui ell considerés necessari) que aquella era una activitat que l'apassionava i a la qual volia dedicar una bona part del seu temps. I finalment, no fer cas de cap comentari despectiu o poc respectuós cap a ell o la seva activitat. Quina és la conclusió de tot plegat? Doncs que el jardí secret és, per damunt de tot, la capacitat de manejar la realitat interna, és a dir, la realitat dels desitjos, les necessitats, les fantasies, i d'articular-les amb la realitat externa, que és la realitat familiar, social, professional, econòmica, etcètera. En resum i d'una manera genèrica, aquesta seria una bona definició d'aquest concepte.

Es tracta d'una mena de tercera via en les relacions de parella: ni compartir-ho tot ni amagar-ne una part, sinó que cada membre de la parella tingui un espai propi que estimi i del qual tingui cura i al qual deixi entrar a qui vulgui quan vulgui. I que cadascú, per descomptat, respecti aquesta llibertat en l'altre i eviti envair aquest espai (de la invasió de l'espai aliè, per desgràcia força freqüent, en parlarem de manera detallada més endavant).

No es tracta pas de simple egoisme, o com a mínim no és un egoisme insà, que és el que s'acostuma a associar amb aquesta paraula. És més aviat una manera de tenir cura d'un mateix, d'escoltar-se i de ser conscient d'aquesta cura i d'aquesta escolta. La meditació, per exemple, parteix de l'acceptació de l'existència del jardí secret, sense la qual seria impossible de dur a terme. Hi podem pensar el que vulguem, sentir el que els nostres sentits i les nostres emocions ens transmetin sense perjudicar ningú i beneficiant-nos molt a nosaltres mateixos, ja que aquesta és una manera saludable d'experimentar la nostra individualitat.

Tot i que estem segurs que enteneu prou bé la idea, permeteu-nos un altre exemple, molt simple i quotidià, per il·lustrar aquesta definició del jardí secret. Imaginem una parella; a ella li agrada anar al cinema els diumenges a la tarda i a ell, al futbol. Si ella l'obliga a anar al cinema o ell a anar al futbol, un dels dos se sent frustrat i evidentment fa pagar a l'altre la seva frustració. En canvi, si ella accepta que ell vagi al futbol i ell accepta que ella se'n vagi amb els seus amics al cinema i decideixen de trobar-se després i explicar-se com s'ho han passat, no hi ha frustració i sí acceptació de la diferència de l'altre. I probablement enriquiment. Això mostra, de manera molt òbvia i simple però també molt clara, com podem trobar satisfacció d'una manera diferent a l'altre, amb persones diverses i fent coses diferents, cosa que, lluny de distanciar-nos, permet una certa harmonia en la relació de parella.

Algú pot dir, evidentment, que no és el mateix el cas d'en John que el de l'Andreu. I és que a tots ens sembla obvi que una cosa és que la nostra parella es dediqui a ballar d'amagat i una altra de ben diferent és que se'n vagi al llit amb altres persones. Però, en realitat, el que ens mou és el mateix mecanisme. Potser costa d'admetre, però tan *infidel* (si és que es pot fer servir aquesta paraula) és el Richard Gere de *Shall we dance?* com l'Andreu del nostre exemple pràctic. Si en un cas no ho considerem una infidelitat i en l'altre sí, és per condicions culturals que tenen ben poc a veure amb el que en el fons del nostre ésser ens mou i ens fa sentir vius. Dit d'una altra manera: en realitat cap dels dos casos no és una *traïció* a res ni a ningú, sinó una afirmació d'un mateix, una cosa ben diferent.

3

Una necessitat molt humana (els orígens antropològics)

*El fet que la visió dels animals ens
complagui tant es deu sobretot al fet que
ens agrada veure el nostre propi ésser tan
simplificat.*

ARTHUR SCHOPENHAUER

Com dèiem abans, la necessitat d'un espai propi no és una cosa que respongui a l'egoisme imperant en la nostra societat (suposadament) avançada. És, de fet, una necessitat vital de cada individu, en un sentit estricte, literal.

Més enllà de les consideracions quotidianes o els exemples concrets sobre la importància que cada persona tingui un espai propi dins i fora de la relació de parella, hi ha una base científica que justifica i dona explicació a aquesta necessitat. No es tracta sols d'una idea filosòfica o romàntica, sinó que hi ha una raó poderosa darrere de l'afany del jardí secret, una raó que es basa en l'antropologia, la psicologia i les neurociències. Ara la veurem. En primer lloc, l'explicació parteix de la nostra condició d'éssers animals. L'existència dels animals

es caracteritza, per regla general i en particular en els mamífers, pel fet que ocupen un territori i el defensen. Aconseguir això significa per a l'animal mantenir la supervivència, que és l'instint principal que el mou (a nosaltres, els éssers humans, també, tot i que aquest instint tot sovint estigui molt disfressat). L'espai conquerit és un territori físic que l'animal sent que li pertany i a l'interior del qual es pot desplaçar lliurement.

Per tant, l'origen de la necessitat d'un territori físic, d'un espai propi, ja ens el dona l'antropologia: és aquí on ens sentim segurs, protegits, és aquí on la nostra supervivència està garantida.

Els éssers humans, a causa de la nostra evolució com a espècie, hem perdut en bona part aquell territori físic individual. L'hem canviat o sacrificat per la vida en societat. És la societat, si més no en principi, la que ara ens garanteix la supervivència, i a canvi d'aquesta protecció, cadascun de nosaltres practica una renúncia a un espai determinat. Tanmateix, continuem necessitant de manera instintiva un territori personal.

Què fem, doncs? Com compaguem aquest instint primari de disposar del nostre territori privat amb els avantatges de compartir-lo? Doncs quan ja no podem defensar un espai físic, el que fem és transmutar-lo en un territori psicològic. En efecte, la simbolització és una de les característiques diferencials de l'ésser humà. Quan una cosa necessària per al nostre benestar no es pot executar en la realitat, ho fem de manera simbòlica, representada, i això és el que ens permet descarregar les

tensions i continuar sent part de la societat, tot respectant-ne les pautes. És a dir, creem un espai mental en el qual ens podem desplaçar i evolucionar amb llibertat total. Aquest territori, aquest espai mental, és la medulla espinal del que aquí anomenem jardí secret.

Tots necessitem, gairebé tant com beure o respirar, disposar d'aquest jardí on poder meditar, pensar, alliberar les nostres fantasies, les nostres inquietuds, les nostres pors i els nostres desitjos. I al qual poder convidar quan vulguem els o les altres, amb qui compartir aquestes fantasies o aquests somnis. És, per tant, una ànsia humana essencial, no pas una simple necessitat més o menys prescindible, ni molt menys un caprici, com algú podria pensar. Fins aquí, de manera resumida, tindriem l'explicació antropològica. Però hi ha més fonaments científics darrere de l'afany del jardí secret. Si ens fixem en les neurociències, per exemple, aquest jardí fa palesa la necessitat del cervell reptilià de descarregar les tensions produïdes per una acumulació d'energia que no ha trobat una via d'alliberament. Possiblement ja heu sentit parlar del cervell reptilià, però, si no és el cas, us expliquem en què consisteix. Resulta que en el nostre cap hi ha, no pas un, sinó tres cervells: el reptilià (el de les pulsions, el dels instints: és el més arcaic i simple), el límbic (el de les emocions, ja més elaborat) i el neocòrtex (el dels pensaments, els raonaments, el contacte amb la realitat, la creativitat, la simbolització, etcètera). Tots tres conviuen com bonament poden i representen les diferents fases de la nostra evolució.

El cervell reptilià està programat genèticament per cercar la satisfacció de les necessitats fonamentals de l'ésser humà, que compartim amb els animals:

- a) La gana i la set.
- b) La reproducció.
- c) La defensa del territori.

En realitat, la defensa del territori és la més important, perquè quan l'animal marca el seu territori, a l'interior d'aquest pot assegurar la supervivència. Dins d'aquest territori tindrà o desarà el menjar, i també les femelles per a la reproducció (estem parlant d'un cervell mamífer primitiu, per descomptat).

El que passa, segons que expliquen les neurociències, és que, tot i que no en siguem conscients, en el nivell de les pulsions, del cervell primitiu, necessitem aquest territori propi. Disposar-ne equival, en el nostre inconscient, a una mena de garantia de supervivència. En última instància, el jardí secret tindria aquesta funció per a l'ésser humà: la supervivència. Mireu si n'és d'important!

Per tant, hi ha una explicació raonada. I, tanmateix, ens resulta difícil d'entendre i d'acceptar aquesta part animal de nosaltres mateixos. I és així perquè la nostra particularitat com a éssers humans és que som l'antinaturalesa per excel·lència: ens hem anat desnaturalitzant amb els segles fins al punt que tot el que diem és invenció nostra. Fins i tot quan ens comparem amb les espècies animals, com hem fet aquí, estem naturalitzant artificialment les nostres diferències gràcies a l'ús del pensament.

No hem d'oblidar que la nostra intel·ligència és la que ha permès la supervivència de l'espècie en el planeta (ja que físicament no som gran cosa); per tant, no l'hem de menysprear. El que passa és que amb aquesta intel·ligència ho hem redefinit tot, començant per la sexualitat mateixa, un dels motors naturals de la vida, si no el principal. La sexualitat humana avui dia no té res a veure amb la sexualitat animal i és entesa com una cosa molt allunyada de la simple pulsio de reproducció. És, bàsicament, una font de plaer físic. Els animals tenen una estació per reproduir-se i no és obligatori que sentin un desig: la seva pulsio no té res a veure amb el plaer. Ben al contrari, la sexualitat humana, ja intel·lectualitzada, té com a meta principal el plaer. La reproducció, en el nostre cas, ve o no, i quan ho fa tot sovint és d'una manera controlada.

A partir d'aquí, la sexualitat humana ha anat adquirint multitud de facetes: pots ser heterosexual, homosexual, bisexual i fins i tot zoòfil. Això no ho jutgem aquí, simplement en deixem constància perquè s'entengui que el jardí secret, en bona part o en la seva totalitat, és un espai psicològic en el qual podem atendre, si més no al nivell dels sentiments i els pensaments, qualsevol de les nostres pulsions naturals, que continuen convivint en el nostre cervell i que tot sovint reprimim.

Recapitem. Com a éssers humans hem perdut el territori físic. Obtenim menjar i aigua a través d'una organització econòmica i social. El mateix passa amb la

reproducció, que es planifica, ja que la sexualitat no té com a meta principal la reproducció, sinó el plaer.

El nostre territori físic és inexistent, ja que l'hem de compartir amb d'altres en unes anades i vingudes d'individus amb els quals convivim: espòs, company, amics, veïns, col·legues, etcètera. Per això hem hagut de crear aquest territori psicològic que és el jardí secret, del tot necessari per a la supervivència psíquica i, potser, fins i tot física.

Ara seria pertinent, per tant, preguntar-se què passa quan no som capaços de construir aquest territori psicològic per la raó que sigui. Ens morim? Ens posem malalts?

Ho veurem una mica més endavant. Abans cal que fem una visita al senyor Freud.

4

Una explicació des de la psicologia

*Tot sovint, en negar-vos plaer, no feu
altra cosa que desar el desig en els racons
del vostre ésser.*

KHALIL GIBRAN

Hem parlat de pulsions i hem apuntat l'existència dels seus oposats, que serien les repressions, i fins i tot d'alguna de les manifestacions més comunes de la repressió, com és l'angoixa. De fet, ens referim tota l'estona i de manera clara al funcionament de l'inconscient. Per tant, ens cal acudir a la consulta de Sigmund Freud.

Freud va descriure l'aparell psíquic, és a dir, la psique, en dos moments. En un primer moment va descriure'n tres parts o tres llocs: el conscient (o consciència), el preconscient i l'inconscient, que ràpidament va anomenar, per simplificar-ho, sistema conscient, sistema preconscient i sistema inconscient.

El conscient o consciència està constituït per totes les percepcions i sensacions de la persona en l'aquí i l'ara. En el preconscient hi ha els records, com també els desitjos i les necessitats que podem portar a la conscièn-

cia per mitjà d'un petit esforç. En l'inconscient hi ha tot el material que no és accessible a la consciència, llevat que no sigui de manera disfressada, com en els somnis, per exemple. Aquest material està format per desitjos, necessitats i vivències no acceptats per la censura (és a dir, socialment rebutjats o prohibits, o en tot cas inacceptables per al subjecte).

En un segon moment, Freud descriu tres instàncies en un intent d'afinar la descripció de l'aparell psíquic. Una primera instància és l'Allò, que seria la font de l'energia psíquica, dels instints, de les pulsions, i que té les arrels en el cos, principalment en les parts excitables del cos, com la pell, la boca, els llavis, la mucosa anal, els genitals... D'altra banda, hi ha el Jo, que neix de la confrontació de l'Allò amb la realitat, amb els seus límits. Té com a funció principal mantenir les tensions en el nivell més baix possible, per a la qual cosa aquesta instància crea els mecanismes de defensa o els anomenats mecanismes alliberadors. Finalment trobem el Superjò, que està format per la introjecció, és a dir, la integració de les prohibicions culturals vehiculades pels pares, sobretot la prohibició de l'incest.

Si lliguem aquest esquema freudià de l'Allò, el Jo i el Superjò amb les pulsions, de les quals hem parlat abans, tenim que tota pulsio investirà (s'introduirà en) una representació, una imatge, un objecte o una persona, és a dir, s'associa a alguna cosa que la satisfà. Els problemes arriben quan la pulsio no troba el camí de la satisfacció. Quins mecanismes psicològics hi operen llavors? O, dit

d'una altra manera, quin és el procés que es desenvolupa en la psique humana quan una pulsio no és satisfeta? Us ho expliquem tot seguit de manera resumida, però, si ens ho permeteu, amb un cert detall, ja que al cap i a la fi és part essencial de la base científica en què se sustenta aquest llibre.

Tenim, doncs, que la no-satisfacció d'una pulsio segueix aquest esquema de fases:

Primera fase. La primera representació investida del nen és sempre la mare (en si o el seu equivalent), perquè és la que en satisfà les necessitats. Així es crea, en la primera infantesa, l'associació entre el desig i l'objecte que el satisfà, i l'objecte esdevé la representació de la satisfacció. Aquesta associació és tan forta que pot romandre durant molt de temps sense que hi sigui present la mare, amb alguna cosa que hi remeti, com la seva olor, la seva veu, el seu contacte, la seva mirada. Per al menut la satisfacció equival, doncs, a aquesta olor o aquesta veu de la mare.

Segona fase. La pulsio es desplaça de la mare, a la qual estem aferrats, a la seva representació, o a una altra persona que la representa. El nen, d'aquesta manera, va investint diferents representacions que satisfan el desig. L'inconscient no coneix diferència de sexe, de manera que aquestes representacions poden adoptar forma de dona, però també d'home o fins i tot de girafa. En funció de les experiències en aquesta infantesa, el desplaçament va cap a una banda o cap a l'altra. I així anem creixent fins a esdevenir adults.

Tercera fase. Ja adults, apareix una pulsíó que es vol satisfer en la realitat. La meta de tota pulsíó, com no ens cansarem de repetir, és la seva satisfacció, i amb ella, en última instància, la supervivència de la persona. Per tant, la pulsíó sempre cerca una sortida.

Quarta fase. El Superjò bloqueja la pulsíó («això no està bé, això no es fa») i crea un conflicte que genera l'angoixa.

Cinquena fase. El Jo hi intervé per evitar l'angoixa i envia la pulsíó amb la seva representació al fons de l'inconscient. Això és el que s'anomena repressió.

Sisena fase. En el fons de l'inconscient, en contacte amb l'Allò (de nou el món de les pulsions), la representació es carrega amb més energia i torna a la superfície per poder ser satisfeta. És el que s'anomena «retorn del que ha estat reprimít». Una vegada més, el Superjò bloqueja la pulsíó, cosa que genera angoixa i intervenció de nou del Jo. Aquest cerca una solució diferent a la repressió: és llavors que neixen els mecanismes de defensa, que es poden manifestar, per exemple, a través de les malalties psicosomàtiques, de trastorns obsessivocompulsius, de les inhibicions, del pudor, etcètera.

Dit d'una altra manera, necessitem un espai per alliberar aquestes pulsions, ja que altrament entrem en un cercle viciós, psicològicament parlant, que ens porta com més va pitjor: primer, a l'autorepressió i l'angoixa, després a algun tipus d'alteració psicosomàtica i finalment, fins i tot a malalties greus.

Així és, en resum, com funciona l'inconscient humà

i en general la nostra psique: les pulsions, els bloquejos, l'angoixa, les malalties. Ara bé, de la mateixa manera que hi ha mecanismes de defensa (tot i que pot semblar el contrari, una malaltia psicossomàtica ho és), també hi ha mecanismes alliberadors. És a dir, maneres de descarregar la pulsio.

Bàsicament, els mecanismes alliberadors o vàlvules d'escapament es manifesten a través de les fantasies. I es poden resumir en un: el permís d'imaginar o fantasiar el que algú vol –i el que algú vulgui–, sense límits. I és aquí on apareix el jardí secret.

Vegem-ne un exemple pràctic, on entra en joc tot el que hem explicat en aquest capítol. Es tracta del cas d'en Pau, que va acudir a la consulta del terapeuta amb un fort sentiment de culpabilitat. La raó era el conflicte que mantenia entre els seus desitjos i les seves fantasies i l'exigència de la seva companya, que li reclamava fidelitat total de pensaments, desitjos, emocions i actes. Ella li deia: «Pau, m'ho has d'explicar tot, una parella que s'estima ha de ser transparent». Per a en Pau això era un problema greu, ja que li resultava impossible no desitjar i fantasiar sobre altres dones, tot i que en cap moment no pensés a passar a l'acció. D'una banda, no li semblava honest amagar les seves fantasies a la parella, però, de l'altra, sabia que si les compartia hi havia un gran risc de separació, ja que «la meua companya no ho entendreà i es desil·lusionarà profundament». Comprenia el desig de transparència de la seva companya (de fet, era una voluntat de simbiosi gens saludable), però li

semblava impossible de dur a la pràctica. Així doncs, en Pau se sentia acorralat, atrapat entre la seva honestedat i les exigències de la seva parella.

Durant el treball terapèutic, en Pau va arribar a entendre que el seu espai psicològic li pertanyia, i que ell era l'únic que el podia defensar, l'únic autoritzat a posar-hi límits i a manejar-lo. La il·lusió o el desig de la seva companya eren impossibles de satisfer, ja que una relació simbiòtica, un dia o un altre, condueix sense remei a conflictes, a jocs psicològics, a separacions o a sofriments més o menys greus.