



La comunicación es en algunas personas un modo instintivo y, además de academia, también tiene esa cualidad de raíz este psicólogo que vino al Club FARO a hablar, nada menos, que de cómo dar sentido a

nuestra vida. Algo así se titula su libro último en la editorial Granica: "El sentido de la vida o la vida sentida". Antes hubo otros y sonados, como "Ni me explico ni me entiendes", "Mientras me miran"...

➤ **XAVIER GUIX** // Psicólogo

“El autoengaño está en la propia naturaleza del ser humano”

“En vez del sentido de la vida, que es un absoluto, debemos buscar sentido en la vida”

F. Franco / VIGO

Especializado en Comunicación y Programación Neurolingüística, profesor en la Escuela de Alta Dirección y Administración, donde imparte cursos de de Habilidades Directivas, Guix procede del mundo del teatro y sabe lo que es salir del vacío más desolador de una profunda crisis personal hasta la plenitud actual que ahora parece disfrutar.

- **Dice usted que, más que hallar el sentido de la vida hay que hallar sentido en la vida ¿Cambia mucho una preposición?**

- Fijese usted. El sentido de la vida es como buscar una respuesta absoluta, universal, propia de la filosofía. Sería un atrevimiento por mi parte hacerlo pero no si hablo del sentido en la vida de cada uno. Yo creo en el dar sentido a la vida, en ella, viéndola. En la vida sentida.

- **¿Y cómo puedo, según usted, encontrar el sentido en mi vida?**

- Mirando hacia atrás y dándole cuenta de las decisiones que has tomado, y qué valores han guiado estas decisiones. Verás lo que te ha movido y lo que has abandonado.



El psicólogo Xavier Guix. / JESÚS DE ARCOS

- **La verdad, uno no se plantea tal cosa sino al borde del vacío...**

- Es cierto que esa pregunta sobre el sentido de la vida nos

aparece cuando creemos que la vida pierde sentido. Cuando perdemos la ilusión, cuando recibimos un varapalo... Cada etapa de la vida lleva su crisis pero

vivimos una cultura que abomina de las crisis a pesar de que sean lo que nos permite mudar de piel.

- **Mi casa, mi coche, el cambio de mi casa, el cambio de mi coche... ¿Van dando sentido a la vida?**

- Eso es despistarla, entreteñerla con pequeños placeres exteriores. Es pan para hoy, hambre para mañana.

- **El paso de los años ¿disminuye o añade en uno las preguntas?**

- Nos pasamos media vida volviéndonos locos para ser alguien y, al final, nos lo tenemos que quitar de encima. A veces los años aumentan las preguntas.

- **¿Son muchas las formas en que nos engañamos a nosotros mismos?**

- El autoengaño está en la propia naturaleza del ser humano para justificarse, para protegerse psicológicamente. Somos seres narrativos, que hacemos un relato de todo lo que vivimos buscando inconscientemente una coherencia, eliminando o añadiendo cosas para construir nuestra propia creencia. Eres creador de tu historia.

- **¿Y de la memoria de la historia?**

- La memoria histórica es otra forma de autoengaño. La memoria no es algo fijo, se está construyendo continuamente desde el presente. Cuando recuerdo aquello que fue lo hago filtrado por mis nuevas experiencias, por mi presente. Aquello que fue se basa en hechos reales con los que se construye un relato personal; sólo es una visión de lo que fue.

“Está quien busca, quien espera y el que desespera”

- **La memoria configura identidades...**

- Hace años que un sector de la sociedad se está desidentificando de los que hasta ahora eran generadores de sentido, valores... sean religiones, estados u otras instituciones, nacionalismos, etcétera. Otro sector, justamente porque se queda desnudo ante la vida y tiene la responsabilidad de una construcción personal, se acoge a estructuras potentes y de ahí el reverdecer de fundamentalismo o integristas, desde el fútbol a la religión.

- **Compleja etapa de cambio, la que vivimos...**

- Cada vez que el mundo entra en una fase de caos, confusión o incertidumbre ha habido una respuesta existencialista. Hoy creo que está ocurriendo lo mismo: junto a un mundo que se polariza hacia un extremo destructivo amanece otro que trae luz y una vuelta a sí mismo, pero no individualista o egoísta sino en la búsqueda del cambio interior de conciencia.

- **Usted habla del crecimiento personal ecológico, sostenible...**

- El crecimiento personal siempre tendría que ser hacia dentro, pero para y con los demás. Yo no puedo crecer hacia dentro si soy un déspota con mis subalternos o priorizo mi interés ante el de mi familia. Ahí no hay ecología, sostenibilidad. Primero ponte en orden tú porque se van a beneficiar los demás.

- **Según usted, podemos dividir la sociedad en tres tipos de individuos...**

- Están quienes esperan, los que se desesperan y, finalmente, los que buscan y encuentran.

El Papa tiene un pequeño traspié durante la misa

El Papa, de 81 años, tropezó ayer durante la misa de Pentecostés que ofició en la basílica de San Pedro del Vaticano y aunque dio un rodillazo inmediatamente se levantó, sin consecuencias. "Se ha tratado de un pequeñísimo incidente, sin consecuencia alguna", dijo el portavoz vaticano, Federico Lombardi. Benedicto XVI, según contó Lombardi, tras incensar el altar, al comienzo de la misa, tropezó en los escalones de la pequeña peana sobre la que está colocado su sillón. El Pontífice dio un rodillazo, pero inmediatamente fue ayudado a levantarse y prosiguió el oficio



GIUSEPPE GIGLIA/EFE

Descubren un inhibidor de enzima capaz de reducir el tamaño de los tumores

Efe / LONDRES

Investigadores de la Universidad de Galway (Irlanda) han descubierto una sustancia capaz de reducir el tamaño de los tumores gracias a que inhibe una enzima implicada en la síntesis del ADN, según un artículo publicado ayer en la revista científica británica "Nature Chemical Biology".

Una característica del cáncer es que sus células se reproducen -dividen- de forma descontrolada, a través de la replicación del ADN, que se multiplica por dos y se reparte en las dos nuevas células resultantes. En las primeras etapas de este proceso de replica-

ción interviene la enzima quinasa Cdc7, gracias a que activa un grupo de proteínas que ponen en marcha este proceso de copia del material genético.

El equipo irlandés ha descubierto una pequeña molécula capaz de inhibir la acción de esta enzima, evitando la multiplicación del ADN y, por consiguiente, la reproducción de las células cancerígenas en aquellos pacientes que padezcan tumores. Esta sustancia actúa contra la reproducción celular descontrolada al principio del proceso, frente a la quimioterapia utilizada actualmente, que lo hace en las últimas fases.