

**EAC Rosario 2010 - Taller sobre Emociones  
Lic Ray Dalton – Ing. Daniel Rosales**

**Conversando con el Miedo**

Asistente: ¿Puedo hablar ahora con el miedo?

Asistente: ¿Puedo hablar ahora con el miedo?

Miedo: Bien. Estas hablando con el Miedo.

Asistente: Tardaste en contestar.

Miedo: Obvio. Tenía miedo de contestar.

Asistente: Gracias por contestar. Háblame de vos.

Miedo: Bueno. Me llamo Miedo, bueno, Miedo de Ray para ser preciso. Así tenes nombre y apellido. Me dedico a sentir miedo. Es lo que hago. Son muchas las cosas a las que temo.

Asistente: ¿Porqué?

Miedo: Todo cambia todo el tiempo y las cosas se me escapan de las manos. No las puedo controlar. Además no hay nada en lo que pueda confiar, nada de lo que pueda depender durante mucho tiempo. Todo cambia todo el tiempo.

Asistente: Y no te gusta.

Miedo: No se trata de gustos. Cualquier persona o cualquier cosa, a mi juicio, puede dañarle a Ray en cualquier momento. Es muy vulnerable y yo soy la conciencia de esta vulnerabilidad. Yo se que la vida es muy frágil y preciosa. Y se que él la puede perder en un instante.

Asistente: Parece que tenés muchos motivos.

Miedo: Claro que si. Me dicen que la tierra puede abrirse y tragarnos a todos como en Chile. Me dicen que hay chorros por todos lados que van a golpear y hasta matar por dos mangos. Me dicen que hay que vacunarse, que las villas van a explotar, que la economía del mundo esta muy pero muy pero muy mal y que hay locos por todos lados con bombas atómicas. Me dicen que el hielo se derrite y que la tierra se inunda. Me dicen que se va a secar todo. Me dicen todo esto todos los días. Y vos decís "Parece que tenés muchos motivos." Ay, si seguimos hablando así tengo miedo a que aparezca Bronca y allí si vamos a tener lío.

Asistente: Sigamos con vos. Escucho lo que decís. Parece que todo es negativo.

Miedo: Me siento así todo el tiempo. Admito que una y otra vez me paralizaba. Pero tengo mis motivos. Ray sigue saliendo a la calle. Sigue manejando su auto, viajando en Subte hasta muy tarde, caminando por calles poco iluminadas después de dar clase, visitando personas enfermas, atendiendo personas que dicen cualquier cosa que asusta. Parece que le gusta el peligro o coquetear con el peligro. Antes manejaba moto y cuando trabajaba en una villa yo directamente iba a los intestinos a esconderme. No aguantaba más.

Asistente: Parece que no te escuchaba.

Miedo: Me escuchaba pero poco o no me participaba mucho en lo que ocurría. Además, me hizo sentir que no tenía nada para ofrecer. Para decirte la verdad, parecía escuchar a varios que me trataban mal, uno que me querría eliminar y otro que me hac´ia sentirme inútil.

Asistente: ¿Y que ocurrió?

Miedo: Lío. Casi se mata con la moto y casi se muere en la villa, por ejemplo.

Asistente: ¿Por qué no te escuchaba?

Miedo: Porque está completamente loco a veces por supuesto, a mi juicio.

Asistente: No parece ser loco.

Miedo: Dije "a mi juicio". Temo que no es el juicio mas valorado.

Asistente: Siempre te rechazaba.

Miedo: O me ofrecía muy poco con que tranquilizarme.

Asistente: ¿Y ahora?

Miedo: Bueno, últimamente me escucha mucho más. Parece que pasó algo.

Asistente: Pasó algo.

Miedo: Antes, a veces creía que me odiaba. Creo que, hasta hoy, demuestra que no siempre tiene buen concepto de mí. Antes, cuando yo aparecía, me trataba de idiota, de cobarde. Sentía que me quería destruir. No veía lo que yo quería hacer.

Asistente: ¿Y esto era?

Miedo: Proteger, por supuesto. Ofrecer algo. Participar.

Asistente: Y él no escuchaba.

Miedo: Poco y mal. Me hacía creer que no había manera de manejar situaciones. Me tildaba de negativo o de exagerado o, lo peor, de enemigo. Mirá, te doy dos ejemplos – era como si yo avisaba que había cosas que pagar y él me decía que no había plata. Luego yo me ponía peor y él me trataba de inútil o de enemigo.

Asistente: ¿Y vos?

Miedo: Yo insistía cada vez más ..... hablaba más fuerte. Empujaba más. Frenaba más.

Asistente: ¿Y el resultado?

Miedo: Terrible lío. Todo empeoró.

Asistente: ¿Cómo?

Miedo: Él llegó a creer que yo lo querría destruir, que querría atarlo y provocar tensión, ansiedad, enfermedades. Me trataba como el enemigo que querría complicarle la vida.

Asistente: ¿Y con cada rechazo .....?

Miedo: Yo seguía haciendo lo que hago. Es lo que soy. Sigo temiendo lo que hay que temer. Nada más.

Asistente: Dijiste que algo ocurrió, que hubo un cambio.

Miedo: Si. Algo pasó. Dejó de empujarme, de querer eliminarme.

Asistente: ¿Y vos?

Miedo: Yo bajé los decibeles, por supuesto.

Asistente: ¿Exactamente que ocurrió?

Miedo: Te diré lo que me pasó a mí. Apareció otra cara en la conversación.

Asistente: Otra cara.

Miedo: Estaba acostumbrado a ver caras o de mucha bronca o de mucho cansancio. Ninguna de las dos me querría ver a mí.

Asistente: Y apareció otra cara. ¿Cómo era?

Miedo: Más relajada o menos enojada o con algo más, no sé, suave en la mirada. Parecía no tener problema en que yo hablara. Tenía la actitud que vos tenes ahora.

Asistente: Te querría escuchar.

Miedo: ¡Exactamente! Para él, yo tenía un lugar, un tiempo o espacio o sé! ... una oportunidad para mostrarme. ... ¡yo

Asistente: ¿Y ...?

Miedo: ¡La tomé!! ...por supuesto .... Tenía miedo a perderla si no la tomaba enseguida!!

Asistente: Mencionaste una cara más suave ....

Miedo: Si. Era una cara que, en principio, creía que nunca había visto pero después me di cuenta que la había visto en otros momentos ... hace mucho cuando él era muy chico. antes

Asistente: Muy chico.

Miedo: Si, cuando no había aprendido a tratarme mal.

Asistente: Pero aprendió.

Miedo: Bueno, sí. Yo hago lo mío. No lo hago fácil. Pero hay mucho en todo el tiempo. No soy un amigo que da muchos gustos. Pero soy un enemigo terrible .... Implacable !! juego un

Asistente: Pero hoy, no ... gracias a esta cara que mencionaste.

Miedo: Así es. Mirá. Yo sigo haciendo lo mío. Ahora, por ejemplo, temo que este momento no va a salir bien. Hace diez minutos temo que él perdió su celular porque se dio cuenta que no lo tiene en el bolsillo. Temo que su esposa e hijas pueden tener algún problema en Buenos Aires. Temo el viaje de regreso a casa. Temo. Siento miedo. Es lo que hago. Este nunca va a cambiar.

Asistente: ¿Y el cambio que ocurrió y qué hizo la diferencia en todo?

Miedo: Ah si. Volvió la cara. La cara que escucha. La cara que vi hace mucho y, por suerte, que volví a ver.

Asistente: ¿Cómo se llama?

Miedo: No sé como se llama. Sé como se siente cuando está.

Asistente: ¿Y esto es?

Miedo: Parte de todo. Adentro. Tomado de la mano. Con mi lugar. Miedo, a su servicio.