

EL PERMISO QUE PUEDE CAMBIAR TU VIDA

**Por qué muchas personas soportan mejor la
frustración que la realización de un deseo.**



**La dificultad no es
encontrar un deseo.**

**La dificultad es soportar lo que ocurre cuando
aparece.**

El deseo no es un objeto, es una posición Lacan.

El deseo no es una meta.

No es:

- * Tener pareja
- * Ganar dinero
- * Empezar
- * Mudarse

Eso son objetos.

***El deseo es la posición subjetiva desde la
cual una persona se relaciona con la falta.***



Hay mujeres que consiguen exactamente lo que querían y aun así siguen sintiendo vacío.

¿Por qué?

Porque confundieron deseo con objeto.



Ejercicio

Lista de tres deseos cumplidos.



Pregunta

¿Realmente era eso lo que deseabas?

o

¿Qué creías que iba a ocurrir cuando lo
consiguieras?



El deseo siempre desordena una identidad

“Jacques-Alain Miller”

El sujeto suele amar sus identificaciones más de lo que ama su deseo.

Porque explica por qué alguien puede pasar años sosteniendo una vida que le duele.

No porque le guste sufrir.

Sino porque esa identidad le resulta familiar.

¿Realmente era eso lo que deseabas? o
¿Qué creías que iba a ocurrir cuando lo
consiguieras?



Ejemplos:

- * La mujer que siempre cuida
- * La responsable
- * La sacrificada
- * La fuerte
- * La que nunca molesta

Cuando aparece un deseo verdadero:

La identidad se tambalea, aparece angustia.

No porque el deseo esté mal, sino porque la identidad peligra.

PREGUNTA CLÍNICA

¿Qué versión de vos tendría que morir para que ese deseo pudiera existir?



El problema no es elegir, El problema es renunciar

Germán García.

¿Sufrimos por lo que dejamos afuera.

Toda elección deja un resto.

Toda elección produce una pérdida.

Toda elección cierra otros caminos.

Por eso hay sujetos que viven en una eterna preparación.

Porque mientras no eligen:
todo sigue siendo posible.



Ejercicio potente

Hacer dos columnas.

LO QUE GANO SI ELIJO

LO QUE PIERDO SI ELIJO.

Y trabajar sobre la segunda.

Porque ahí suele estar el verdadero conflicto.



Cuando el deseo se cumple

¿Qué pasa cuando finalmente obtenés lo que deseabas?

Porque ahí aparecen fenómenos muy interesantes:

- * Culpa
- * Autosabotaje
- * Aburrimiento
- * Miedo a perderlo
- * Sensación de fraude

Freud lo describe muy bien en
“Los que fracasan al triunfar”.

Hay sujetos que soportan mejor la falta que la
satisfacción.

Porque la satisfacción los confronta con algo
inesperado:

“Ahora ya no puedo seguir diciendo que mi vida
sería distinta si...”



Pregunta final

- ¿Y si el verdadero permiso no fuera para empezar?
- ¿Y si fuera para sostener lo que llegue después?



Durante años creímos que el problema era descubrir lo que queríamos.

Después descubrimos que tampoco era animarnos.

El verdadero trabajo comienza cuando el deseo deja de ser una fantasía y se convierte en una responsabilidad.

Porque desear es fácil.

Lo difícil es sostener la vida que aparece cuando dejamos de escapar de eso que deseamos.



**La formulación más famosa aparece en el Seminario 7,
La ética del psicoanálisis, cuando Lacan plantea:**

*“La única cosa de la que se puede ser culpable
es de haber cedido sobre su deseo.”*

Es una frase extraordinaria y muchas veces mal
entendida.

No significa:

- **“hacé siempre lo que quieras”**
- **“seguí tus impulsos”**
- **“cumplí todos tus sueños”**

Nada de eso.

Lo que Lacan está interrogando es otra cosa:

¿Qué ocurre cuando un sujeto abandona
aquello que sabe que es importante para él para
conservar comodidad, aprobación o seguridad?



¿Cómo sostener una dirección cuando aparecen la frustración, la incertidumbre y la pérdida?

Porque elegir algo puede hacerlo cualquiera un día de entusiasmo.

Lo difícil es seguir eligiéndolo cuando:

- * Aparecen obstáculos,
- * Desaparece la motivación,
- * Llegan las críticas,
- * Los resultados tardan,
- * La fantasía inicial se cae.

Ahí empieza la ética del deseo.



El deseo no se sostiene porque garantice felicidad.

Se sostiene porque orienta una vida.

No sostenemos un deseo porque sabemos que va a salir bien.

Lo sostenemos porque reconocemos que ahí hay algo vivo para nosotras.



TAPPING FINAL

Sostener el deseo aunque no existan garantías

Preparación:

- Las invito a cerrar los ojos.
- Una mano en el corazón
- La otra sobre el abdomen.
- Respirar profundo.



TAPPING FINAL

Y decir:

- “No puedo controlar el resultado.
- No puedo evitar toda frustración.
- No puedo asegurar que todo salga como imagino.
- Pero puedo elegir cómo quiero habitar este camino.”



TAPPING FINAL Punto karate

Mientras golpean suavemente:

Aunque quisiera tener todas las certezas...

elijo dar un paso más.

Aunque quisiera saber exactamente qué va a pasar...

elijo confiar en mi capacidad para atravesarlo.

Aunque una parte de mí siga esperando garantías...

“hoy me permito seguir avanzando.”



TAPPING FINAL Punto karate

CEJA

No necesito saberlo todo.

COSTADO DEL OJO

No necesito controlar cada resultado.

DEBAJO DEL OJO

Puedo sentir miedo y seguir.

DEBAJO DE LA NARIZ

Puedo sentir dudas y seguir.

MENTÓN

Puedo frustrarme y seguir.

CLAVÍCULA

El deseo no necesita perfección.

DEBAJO DEL BRAZO

El deseo necesita presencia.

CORONILLA

*Y hoy elijo permanecer.
Mi deseo vale más que mi
necesidad de certeza.*

