

MAR ÁLVAREZ SEGURA

LA HUELLA DE NUESTRAS DECISIONES

**ANATOMÍA
ÉTICA DE LA
PERSONALIDAD**



Mar Álvarez Segura

La huella de nuestras decisiones

Anatomía ética de la personalidad



© La autora y Ediciones Encuentro S.A., Madrid 2026

Queda prohibida, salvo excepción prevista en la ley, cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra sin contar con la autorización de los titulares de la propiedad intelectual. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (arts. 270 y ss. del Código Penal). El Centro Español de Derechos Reprográficos (www.cedro.org) vela por el respeto de los citados derechos.

Colección Nuevo Ensayo, n° 177

Fotocomposición: Encuentro-Madrid

Impresión: TG-Madrid

ISBN: 978-84-1339-256-1

Depósito Legal: M-1-2026

Printed in Spain

Para cualquier información sobre las obras publicadas o en programa y para propuestas de nuevas publicaciones, dirigirse a:

Redacción de Ediciones Encuentro

Conde de Aranda 20, bajo B - 28001 Madrid - Tel. 915322607

www.edicionesencuentro.com - info@edicionesencuentro.com

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	11
I. QUÉ ES LA PERSONALIDAD	15
II. PSICOLOGÍA Y ÉTICA: JUNTOS O POR SEPARADO ...	21
El rechazo de la naturaleza trascendental	21
El elemento extraviado	24
Controversias actuales en el estudio de los trastornos de personalidad	38
III. UN POCO DE ANTROPOLOGÍA	43
Apertura al espíritu	44
Apertura interior	46
Cierre interior	47
Experiencias extáticas.....	49
Tres realidades para la comprensión de la personalidad	51
IV. LOS COMPLEJOS DE PERSONALIDAD	63
Adolf Eichmann: la conciencia furtiva.....	65
Oscar Wilde: la conciencia efímera	75
Etty Hillesum: la conciencia integrada	98

V. LA HUELLA DE NUESTRAS DECISIONES.....	115
AGRADECIMIENTOS.....	119
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	125
NOTAS.....	129

*A mis hermanos José, Lola, Sara y Rocío, quienes,
cada uno a su manera, siempre me acompañan.
Y por supuesto, a mis padres.*

«Olvidé que cada pequeña acción de cada día
hace o deshace el carácter, y que, por lo tanto,
lo que uno ha hecho en la cámara secreta lo tiene
que vocear un día desde los tejados»

Oscar Wilde, *De Profundis*

INTRODUCCIÓN

Hace más de diez años recibí una visita de una neurocientífica conocida proveniente de EE.UU. en Barcelona. Fuimos a visitar la basílica de la Sagrada Familia y, ante la originalidad de lo que presencié, me preguntó si el arquitecto Antoni Gaudí padecía de alguna enfermedad mental. No podía concebir otra razón que explicase una obra tan espectacular.

También ante conductas espantosas lo primero que queremos confirmar es que el autor tiene una enfermedad mental. Hay una tendencia muy extendida —como en el caso de mi colega neurocientífica— a clasificar como locos, o sea, enfermos, hechos humanos difícilmente comprensibles. Es un intento de reducir en extremo la complejidad del ser humano. Quiero, para evitarlo, rescatar un aspecto importante que ha pasado bastante desapercibido o ignorado en la configuración de la propia personalidad: la responsabilidad.

Sí, responsabilidad: no circuitos neuronales, ni condicionantes operantes, ni libido, ni genes, ni dopamina. Sino responsabilidad. No se trata de un retroceso en el tiempo para volver a formas de entender la personalidad como fruto exclusivamente de nuestras decisiones racionales ajenas a nuestra complejidad psicosomática y relacional. Este enfoque sería, como mínimo, necio y, como máximo, no encuentro palabras. Se trata más bien de resaltar que

el cambio paradigmático que se dio en el siglo XIX y que motivó la independencia de la psicología de la filosofía, y así de todos los presupuestos antropológicos y valoraciones morales, ha podido también perder en este movimiento reactivo aspectos cruciales para entender mejor la personalidad.

Así, me embarco en una difícil tarea. Por un lado, rescatar la voluntad, pero, por otro, pretendo no caer en un voluntarismo que otorgue un valor excesivo al propio esfuerzo, en el que fácilmente han desembocado determinadas teorías de la personalidad. Para este propósito es imprescindible recuperar la dimensión espiritual. Sí, espiritual: los distintos modelos de personalidad que describiré son aportaciones valiosas, pero ya adelanto que no puedo dejar de sentir que en todos ellos parece disolverse el espíritu humano. Parece que la personalidad acaba siendo al final una mera construcción biopsicosocial y lo que procede del dinamismo del amor (explicaré más adelante a qué me refiero con esta palabra tan usada), es decir, lo verdaderamente espiritual, queda enterrado bajo capas de condicionantes.

Para acabar, expondré un análisis psicoético de tres personajes históricos muy distintos que con sus vidas desafiaron la comprensión del ser humano y la forma de manifestarse, es decir, la personalidad. El primero es Adolf Eichmann, miembro de las SS alemanas, que diseñó todo el aparato logístico de extinción del pueblo judío. ¿Cómo pudo Eichmann, un hombre aparentemente normal, acallar su conciencia hasta el extremo de justificar el asesinato de millones de personas?

El segundo personaje es Oscar Wilde, dramaturgo irlandés que estableció una relación destructiva y humillante con un amante que lo llevó a la cárcel. Lo perdió todo: prestigio, dinero, familia, amigos... Pero al salir de la cárcel volvió, sorprendentemente, a caer preso de la relación con este amante. ¿Cómo pudo una persona tan lúcida intelectualmente ser incapaz de separarse de la persona que le arruinó la vida?

Y, por último, expondré el análisis de Etty Hillesum, joven holandesa que murió en el campo de concentración de Auschwitz. Etty estaba inmersa en relaciones confusas con amantes mucho mayores que ella, carencias afectivas y tormentos interiores graves. Con estas dificultades alcanza, sin embargo, una dignidad admirable en una época de crueldad sin precedentes en la historia de Europa. ¿Cómo Etty Hillesum, con una vida llena de luces y sombras, consiguió integrar su personalidad de una forma tan desconcertante con tan solo veintinueve años? Estas preguntas no pueden ser respondidas si obviamos la dimensión espiritual del ser humano, que es la que nos permite en última instancia tomar conciencia de las consecuentes decisiones vitales.

No es mi objetivo hacer un estudio riguroso de los diferentes aportes y los últimos avances en psicología de la personalidad. No se trata, por tanto, de un manual académico. Más bien va dirigido al lector como tú, una persona a la que le importa entender la complejidad de nuestra conducta en la vida diaria, los dinamismos interiores que nos llevan, no pocas veces, a actuar de forma incomprensible o admirable. Pretende arrojar conclusiones prácticas del estudio de la personalidad para poder así entender un poco mejor a nuestro vecino, a la compañera de trabajo, al novio, o a uno mismo.

I. QUÉ ES LA PERSONALIDAD

Es imprescindible empezar por acudir a las definiciones imperantes hoy sobre la personalidad. Goldon Allport la define como la organización dinámica en el interior del individuo de los sistemas psicofísicos (a los que llama rasgos de personalidad), que determinan su conducta y su pensamiento característicos. Afirma que los rasgos difieren en cuanto al grado en que penetran la personalidad de los individuos y llama a los rasgos más penetrantes *disposiciones cardinales*, de los cuales uno domina al individuo. Las *disposiciones centrales* son un número relativamente pequeño de rasgos que tienden a ser peculiares de la persona y las *disposiciones secundarias* son características que funcionan en entornos limitados. Es decir, todos tenemos tendencias a comportarnos de una forma determinada en distintas situaciones, pero algunas sobresalen más que otras y marcan nuestra forma de ser. Es de las definiciones más completas porque Allport reconoce una jerarquía de rasgos que dirigen dinámicamente la conducta y una necesidad de organización. Además, manifiesta la necesidad de un funcionamiento de la mente y el cuerpo en una inextricable unidad. Estos rasgos, cuando son llamados a la acción, motivan o dirigen una actividad. Por último, con el término *característico* reconoce que son únicos, existentes solo en un individuo. Al nombrar al individuo,

de alguna forma rescata la necesidad de un agente continuador y unificador en esta definición¹.

Theodore Millon adopta una visión integral desde la teoría del aprendizaje social y del modelo evolutivo. La personalidad, así, se desarrollaría como resultado de la interacción de fuerzas ambientales y orgánicas. Esta interacción empezaría en el mismo momento de la concepción y se mantendría a lo largo de la vida. Los factores biológicos pueden configurar, facilitar o limitar la naturaleza de las experiencias y aprendizajes de la persona. Cada especie mostraría aspectos comunes en cuanto a su estilo adaptativo o de supervivencia. Dentro de cada especie existen diferencias de estilo y de éxito adaptativo entre sus distintos miembros frente a los diversos y cambiantes entornos a los que se enfrentan. Así, en su acepción más simple, la personalidad podría ser entendida como la representación del mayor o menor estilo distintivo de funcionamiento adaptativo que exhibe un organismo o una especie particular frente a sus entornos habituales². De este modo, los rasgos de personalidad surgirán de la interacción entre el ambiente y los circuitos reguladores bioquímicos y neurales. Esta compleja interacción haría que estos aparezcan con mayor o menor manifestación y resulten en rasgos más cardinales que definen la personalidad o, por el contrario, más secundarios.

Si bien no puedo dejar de reconocer el esfuerzo de integración de estas teorías de lo que nos otorga la naturaleza en su sentido más material, y la relación con las experiencias vitales, tampoco puedo dejar de reconocer que un sopor me recorre interiormente cuando las leo. Tengo que reconocer la misma falta de efusividad que cuando leo el manual del motor de un coche. Pero el drama es que en este caso hablamos de personas y, sin embargo, parece como si de una máquina se tratara. La postura biosocial tan exacerbada apenas deja entrar aire fresco.

El frescor se hace algo más presente cuando leo aportaciones psicoanalíticas, como si un vitalismo despuntara. Freud no escribió

directamente sobre la personalidad, pero contribuyó a esclarecer aspectos sin los cuales hoy no habríamos ampliado tanto la mirada sobre la repercusión del deseo en ella. Abrió paso así a la consideración de la querencia en la psicología. Una gran aportación fue el reconocimiento de que nuestra mente puede quedar impactada por experiencias extremas y las emociones asociadas, quedando escindida y, parte de ella, inconsciente. Lo más significativo es que, a pesar de quedar inconscientes, dichas emociones siguen afectando a la conducta de la persona. Bajo mi punto de vista, el psicoanálisis le da una excesiva preponderancia a esta dimensión, llegando incluso a afirmar que determina la conducta. Esta visión no reconoce adecuadamente los anhelos más profundos, que también desempeñan un papel fundamental en la personalidad. O, si los reconocen, siempre estarán subordinados al inconsciente, que puede acabar endiosándose. No quiero adentrarme en el psicoanálisis, del cual no soy ni mucho menos experta, pero no quiero dejar de apreciar la contribución que ofrece al reconocer cómo experiencias de nuestro pasado pueden quedar más o menos sepultadas en el inconsciente e influir en el desarrollo de la personalidad.

La entrada de lleno de la querencia en la psicología, el poder avasallante del deseo, merece reconocimiento, pero también la decepción que este modelo ofrece, pues, bajo mi punto de vista, al no encontrar el deseo de salida hacia arriba, es decir, hacia el espíritu, queda excesivamente identificado y a veces ahogado en la emoción y el inconsciente.

En conjunto, las definiciones de personalidad hacen referencia a la forma de pensar, percibir o sentir del individuo, que constituye su auténtica identidad, y que está integrada por elementos de carácter más estables (rasgos) y elementos cognitivos, motivacionales y afectivos más vinculados con la situación y las influencias socioculturales, por lo tanto, más cambiables y adaptables a las peculiares características del entorno³. Parece así que hay un consenso en que todos somos diferentes en función de un conjunto de

características influenciadas por distintos factores. Dentro de los factores que influyen en la personalidad están mayormente aceptados los genéticos, ambientales, relacionales y cognitivos. Estos han sido ampliamente estudiados bajo los distintos modelos. Así, el modelo cognitivo enfatiza los esquemas internalizados, que incluyen las creencias sobre uno mismo y sobre el mundo; los modelos neurobiológicos apuntan al substrato neurobiológico, sobre el cual se desarrolla la personalidad. Surgen modelos integradores que usan un encuadre sistémico que recoge los mayores dominios de la personalidad, siendo estos la estructura psicológica, las relaciones, el temperamento, los factores genéticos y el sistema familiar, fundamentalmente⁴.

No deja de llamarme la atención que en ninguna de estas definiciones haya referencias claras al papel de la propia responsabilidad, a la propia capacidad del sujeto, el cual, a pesar de estar inserto en un contexto determinado con factores sociales y familiares, con un bagaje de aprendizaje y con unas condiciones neurobiológicas, puede, ante distintas situaciones, responder de una manera impredecible y única. Los humanistas reconocen esta libertad, pero, en último término, es una libertad sin raíces dirigida exclusivamente a la propia realización, que queda así fácilmente encerrada en sí misma.

Actualmente, en las disciplinas de las ciencias de la salud mental, hay una concepción muy pobre de lo que significan la moral y la libertad. Una concepción actual muy extendida considera la libertad como una capacidad intacta que, al activarse, hace actuar libremente, despreciando y superando los condicionantes más o menos conscientes que puedan estar actuando en la persona. Es una concepción pragmática que entiende al ser humano como un conjunto de capacidades o facultades sin jerarquía que se activan o inhiben en función de un objetivo y sin influirse unas a otras. Bajo esta concepción es difícil aceptar la libertad humana.

Los condicionantes de distintas índoles que nos empujan en determinadas direcciones pueden afectar en la toma de decisiones;

sin embargo, esto no anula la existencia de la libertad. Más bien lo contrario. Es este empuje o presión lo que garantiza la existencia de la libertad, que, en última instancia, tiene que optar a pesar de estos condicionantes. Si no, no hablaríamos de libertad, sino simplemente de un fluir con los acontecimientos. La libertad se pone en juego ante la multitud de escenarios humanos: las tendencias, los problemas, la atracción que se experimenta ante determinados objetos o personas, las crisis... Se pone en juego porque la libertad es capaz de mostrar o insinuar una posibilidad distinta. Poder elegir entre opciones diferentes es una condición para actuar libremente y es lo que Harry Frankfurt⁵ denominó «principio de posibilidades alternativas». Sin embargo no es suficiente para que pueda hablarse de responsabilidad moral. Serían necesarias en este caso, dos condiciones más: tener control sobre las elecciones y ser consciente de las motivaciones⁶. Pero todo se complica más cuando nos preguntamos si, además, podemos decidir la ignorancia; es decir, podemos decidir no conocer nuestras motivaciones reales. En esta proeza de elegir, el amor juega un papel crucial. Sí, querido lector, has leído muy bien, he escrito *amor*. Hablaremos de ello más adelante.

Un breve recorrido por la historia de la psicología nos ayudará a entender dónde hemos llegado, qué hemos abandonado y qué valdría la pena rescatar. Si nos dedicamos a contemplar a las personas que nos rodean, es imposible dejar de apreciar cómo algunas entran en una cascada de empobrecimiento personal y de amargura por las decisiones vitales más o menos egocéntricas tomadas. Si estas personas fuesen a la consulta de un psicólogo o psiquiatra riguroso, de esos que no consideran en sus valoraciones teóricas un ápice de algo que no haya demostrado la ciencia, probablemente lo describirían todo en clave de factores orgánicos y ambientales que, bajo una influencia todopoderosa, dejan a la persona sin ninguna otra opción. Sin embargo, te invito a contemplar qué distinto sería el juicio cuando a este famoso psiquiatra o psicólogo

riguroso, neutral y científico le tocara relacionarse con personas de su entorno inmediato con estas actitudes egocéntricas, cuyas consecuencias tienen directo impacto en ellos mismos, por ejemplo, en su carrera profesional o en su cuenta corriente. ¿Se le ocurriría disculpar de tal manera a su jefe el día que este, por un arrebato de codicia desmedida, decide relegar a los mejores de su equipo a los últimos puestos, entre los que se encuentra él? Sin duda, este jefe tendría muchos condicionantes para tomar esta decisión arrastrado por la envidia y la ambición, pero seguro que ante estas experiencias tan cotidianas a nadie se le ocurre *desresponsabilizarlo* de manera absoluta. ¿Por qué los profesionales de la salud mental usamos tan frecuentemente un doble rasero en nuestra vida profesional y personal? En nuestra práctica clínica, con mucho respeto debemos hacer el esfuerzo de entender las razones que subyacen en ciertas decisiones y ayudar a los pacientes a descifrarlas, pero, con frecuencia, la actitud paternal de falta de aprecio a la responsabilidad empequeñece e incapacita a las personas. Lo considero un engaño y no hace honor a la realidad despejar del discurso oficial las reflexiones sobre la propia responsabilidad en salud mental, como si de un estorbo se tratara.

Esta intuición tan cotidiana sobre la toma de decisión concreta del jefe nos descubre que la persona es un ser moral y que la forma de relacionarnos está marcada por lo que valora. Querer dividir lo que hacemos de lo que somos es como negar la influencia de la velocidad excesiva en un accidente de coche y la consecuente fractura del fémur. Así de sencillo. Pues bien, con la separación entre la psicología y la ética en el estudio de la personalidad hemos hecho algo parecido. Sigamos.

II. PSICOLOGÍA Y ÉTICA: JUNTOS O POR SEPARADO

EL RECHAZO DE LA NATURALEZA TRASCENDENTAL

En el siglo XIX se inicia la separación entre la psicología y la filosofía con un creciente rechazo mutuo, especialmente en el campo de la ética. Esto lleva a concepciones de la ética como represiva de la experiencia personal y de la subjetividad en lugar de ser la promotora de su desarrollo, y la psicología se convierte en una ciencia aislada de la conducta humana basada solo en lo cuantificable. Empiezan a usarse exclusivamente los métodos y procedimientos de investigación de otras ciencias naturales, es decir, la observación y la experimentación. Así, las distintas corrientes psicológicas sufren un progresivo entusiasmo cegador al equipararse a las ciencias experimentales. ¡Por fin estamos a la altura de la incuestionable ciencia, hemos subido a primera división!

El propio Erich Fromm, ya en 1947, avisa sobre el peligro de este divorcio. Lo declara en su libro *Ética y psicoanálisis*, pues el propio psicoanálisis también se envuelve de este entusiasmo cegador:

El psicoanálisis, en su intento de establecer a la psicología como ciencia natural, incurrió en el error de divorciar a la psicología de los problemas de la filosofía y de la ética. Ignoró el hecho de que

la personalidad humana no puede ser comprendida a menos que consideremos al hombre en su totalidad, lo cual incluye su necesidad de hallar una respuesta al problema del significado de su existencia y descubrir normas de acuerdo con las cuales debe vivir⁷.

De manera progresiva, la psicología dedica cada vez mayor esfuerzo a conseguir esta independencia y considera los problemas que no se pueden medir como irrelevantes. Esta ruptura entre ambas disciplinas y el rechazo de una naturaleza trascendental ha llevado a la idea de que la personalidad es un mero producto de las fuerzas ambientales, el resultado de las condiciones biológicas o sociales; en consecuencia, se ha hecho una simplificación desmesurada de los problemas o desórdenes psicológicos. Así, tú eres como eres solo por la sociedad, por tu familia, por tus genes, por tus emociones... No te empeñes en buscar en ti algo mayor de lo que sientes o piensas. Empiezas y acabas en lo que se puede medir en ti. ¿Te gusta la idea?

A pesar de este rechazo, durante la última mitad del siglo XX y el XXI se advierte cada vez más una tendencia en psicología hacia la búsqueda de los valores fundamentales del ser humano, un anhelo espiritual... Así lo afirmaron, por ejemplo, autores como Igor Caruso, psiquiatra italiano, quien afirmó que «la neurosis del hombre tiene un sentido que penetra los planos biológicos, psicofísicos y espiritual y que hay que procurar conocer en todos estos planos»⁸. Varios psicólogos y psiquiatras han trazado un camino convergente entre ambas disciplinas y han hecho un esfuerzo para unificar los hallazgos de la psicología/psiquiatría y la ética en el intento de entender algunos desórdenes mentales. Caruso expuso que sin este encuentro y un modelo antropológico que lo sustente, muchos desórdenes mentales quedaban incomprensidos en su totalidad: «En la neurosis corresponde no solamente, por supuesto, una falsa actitud higiénica, sino también una falsa actitud ética y metafísica...»⁹.

Además, en los últimos quince años ha aparecido una controvertida discusión en torno a la naturaleza médica o moral de algunos desórdenes mentales, especialmente de los trastornos de personalidad¹⁰⁻¹¹. Es un signo muy claro de que el tema está y necesita estar en el candelero. La aproximación dicotómica y excluyente de los trastornos de personalidad —o es una cuestión médica o es una cuestión moral— ha dado paso a entender que puede tratarse de ambas cosas. Ambas condiciones se solapan e influyen mutuamente¹².

Una aproximación psicoética podría ayudar a esclarecer la compleja interacción de ambas disciplinas. Se ha utilizado el término *psicoética* con anterioridad, pero con un significado distinto, pues hacía referencia a las cuestiones éticas que debía tener en cuenta el profesional de la salud mental¹³; sería como una bioética de las ciencias de la salud mental¹⁴. Pero usaré la concepción que ha dado el filósofo Fernando Rielo¹⁵, quien la describe como la ciencia que estudia las relaciones de dos campos, la psicología y la ética, que encuentran su razón de ser en la antropología, en la que echan sus raíces. Es decir, es necesario establecer un diálogo entre las dos disciplinas con una reflexión antropológica.

No hace falta analizar con detalle esta definición para poder entender lo que propone. Si analizamos nuestras vidas, ¿quién no reconoce que hay momentos en los que quedamos atrapados en un excesivo egoísmo, y en estas circunstancias perdemos en mayor o menor medida la capacidad de apreciar todo lo bueno que hay a nuestro alrededor y, sobre todo, a las personas que tenemos más cerca? Parece que nuestra postura ética ante determinadas realidades nos influye incluso en la percepción de la vida y en la relación con los demás.

Podemos cambiar la dirección de esta mirada. ¿Hemos sufrido la indiferencia y la falta de cuidado de personas que queremos mucho, pero que en un momento de su vida se sumergen, por diferentes razones, en un egoísmo impenetrable? ¿Cómo puede ser

La huella de nuestras decisiones es un ensayo que se adentra con valentía en una dimensión muchas veces silenciada por la psicología contemporánea: la espiritual. Mar Álvarez Segura nos conduce por el laberinto de la conciencia humana para mostrarnos cómo, en los momentos decisivos, no solo elegimos un camino, sino que también esculpimos nuestra identidad más profunda. En una sociedad obsesionada con lo medible, este libro rescata el misterio y la responsabilidad de la libertad personal.

Con una mirada aguda y profundamente humana, la autora construye un relato inquietante a través de las vidas convulsas de Adolf Eichmann, Oscar Wilde y Etty Hillesum, tres biografías atravesadas por lo inesperado, lo ético y lo trascendente. Lejos de un relato académico, este libro nos interpela como un espejo: nos muestra cómo cada elección, por mínima que parezca, puede alejarnos de nuestra identidad... o devolvernos a ella.

LA HUELLA DE NUESTRAS DECISIONES



Depósito Legal: M-1-2026



ISBN: 978-84-1339-256-1



9 788413 392561