

El concepto humanista de la salud mental

ERICH FROMM

HAY muchas personas que hablan en la actualidad de salud mental, y y con frecuencia parece como si hablaran de la misma cosa. Pero en realidad, como sucede con tantas otras palabras, por "salud mental" se entienden muchas cosas diferentes, y durante la presente conferencia quiero asentar la distinción que existe entre varios de estos conceptos, y hablar específicamente de lo que pudiera llamarse "el concepto humanista de la salud mental".

El primer concepto que quiero mencionar, y que posiblemente es el que se emplea más comúnmente, es uno *Negativo*. En él la salud mental se define como ausencia de enfermedad mental. La lógica de este concepto radica en que una persona goza de salud cuando no está enferma, que por lo tanto, debemos ocuparnos en primer lugar de la enfermedad, ya que su misma ausencia basta para tener la seguridad de que hay salud mental. Esta inclinación a definir la salud como el equivalente de ausencia de enfermedad está muy diseminado entre el público en general, entre los médicos, y entre los psiquiatras. Sin embargo, esta definición negativa de la salud tendría mucho más sentido en cuanto a enfermedades somáticas que a enfermedad mental, ya que en lo que se refiere al cuerpo contamos por lo menos con el cuadro relativamente satisfactorio de su anatomía y de su funcionamiento fisiológico normal. Tenemos allí algo definido, de donde partir, y por lo tanto, tiene algún sentido clasificar a la enfermedad como una desviación de lo "normal". Pero tan pronto como hablamos de salud mental, ya no contamos con esta ventaja. ¿Qué es un hombre normal, desde el punto de vista mental y emocional? ¿Po-

Conferencia pronunciada en el Auditorio de la Facultad de Medicina de la Ciudad Universitaria al inaugurarse las Primeras Jornadas Universitarias pro Salud Mental.

demos definirlo simplemente como el que es igual a la mayoría? ¿Y si la mayoría no gozara de salud, sería entonces sano el individuo que es como la mayoría, o existe acaso la posibilidad de que la persona que difiere de los demás es la sana, mientras que la sociedad entera está enferma?

Estas consideraciones nos conducen al segundo concepto de salud mental, al que podríamos llamar el "concepto relativista sociológico". En términos generales este concepto que es el que usan actualmente la mayor parte de los sociólogos y psicólogos, dice que una persona disfruta de salud mental cuando está bien adaptada a la sociedad, cuando funciona bien de acuerdo con las normas de la sociedad en que vive. En esta definición es la sociedad (o el Estado) quien constituye la medida, y no el hombre. Este concepto afirma que existe una especie de armonía preestablecida entre el hombre y el Estado, o entre el hombre y la sociedad. Que lo que es bueno para la sociedad o el Estado, es bueno para el hombre. ¿Será cierto esto?

La realidad es que cualquier sociedad específica tiene su propia estructura, y sus propias leyes. No importa que se trate de una tribu primitiva que gana su sustento atacando, robando y matando a las tribus vecinas, o si pensamos en una tribu primitiva de labradores pacíficos; si pensamos en la sociedad griega clásica, donde los esclavos sostienen la cultura de un pequeño grupo privilegiado, o en la sociedad medieval donde los siervos sostienen a la clase feudal, o si nos referimos a la sociedad occidental moderna que está basada en el principio de que todo ya sea objeto o trabajo, son artículos que se compran y se venden en el mercado. La estructura de una sociedad que no es occidental, depende principalmente de las fuerzas productivas que están al alcance de la sociedad, por ejemplo si la energía que se emplea es la energía de los animales, del hombre, de la máquina de vapor, del motor de combustión interna, o la energía atómica, o de otros factores, tales como el clima, la situación geográfica, los sucesos políticos, el incremento de la población, etc. No existe lo que pudiera llamarse *Una* sociedad, sino sociedades específicas estructuradas en determinadas formas, funcionando en formas determinadas, que requieren especiales condiciones para asegurar la continuidad de existencia. Pero la sociedad no sólo necesita fuerzas productivas, clasificadas, conocimientos técnicos, instituciones y leyes; también necesita de hombres que han sido constituidos en forma tal, que voluntariamente ofrezcan sus energías para el logro de las metas que requiere la sociedad, o, en otras palabras, *Hombres que quieran hacer lo que tienen que*

hacer. El campesino de la sociedad preindustrial no tenía puntualidad; ni siquiera le interesaba el tiempo, porque en la sociedad en que vivía no tenía importancia que fuera media hora más temprano o más tarde. El trabajador, el empleado el administrador en la sociedad industrial moderna debe preocuparse por el tiempo a un grado que parece insensato a su hermano de la sociedad no industrializada. Si las cosas no se hicieran a tiempo, la sociedad industrial y toda su economía dejarían de funcionar. Lo mismo sucede en lo que se refiere a otras cualidades humanas: el orden, la disciplina en el trabajo, etc., etc. Si al miembro de la tribu guerrera le gusta robar y matar, si el esclavo es sumiso, si el siervo medieval es leal, y si el empleado moderno es puntual y ordenado, funcionará correctamente; contribuirá al buen funcionamiento de su sociedad, y obtendrá las recompensas —cualesquiera que éstas sean— que la sociedad otorga por tal funcionamiento. De hecho, estando de acuerdo con los objetivos y metas de su sociedad, se sentirá unido a los demás; no se sentirá aislado, y en cierto modo se sentirá saludable. Es en este sentido que el concepto sociológico normativo describe al hombre sano como siendo el hombre bien ajustado.

Pero surge la pregunta de que si un hombre que es útil para los objetivos de la sociedad lo es también a sí mismo, o en otras palabras, si lo que es bueno desde el punto de vista del funcionamiento de la sociedad lo es necesariamente para el funcionamiento del hombre. Voy a dar un ejemplo muy sencillo: supongamos que en una tribu de guerreros que viven de robar y de matar encontramos a un hombre a quien por alguna extraña razón no le gusta robar ni matar. Cada vez que su tribu sale a guerrear, siente repugnancia y no quiere ir. Sin embargo, él no se da cuenta del hecho de que le disgusta el modo de vida de su tribu, sencillamente resulta imposible que a un hombre no le guste lo que es natural, lógico, indiscutible. Lo que ocurre entonces es que, cada vez que este individuo tiene que salir a guerrear, sufre un ataque de vómitos, o tal vez se le paralice psicogénicamente una pierna. En otras palabras, él exterioriza el conflicto entre una aspiración humana y el modo de vida de su tribu por medio de un síntoma neurótico. Seguramente el psiquiatra de su tribu declarará que está enfermo, y no dudará en lo absoluto de que los que salen alegremente a robar y a matar son los que están sanos; ¿pero es necesariamente esto lo correcto? Tal vez los demás sean los enfermos, y nuestro individuo es el que está más sano, aunque en un sentido diferente.

Pero no hablemos más del hombre primitivo, sino veamos ahora nuestra sociedad industrial moderna cómo se ha desarrollado, especialmente en Europa y en América del Norte, durante los siglos recientes. La nuestra es una sociedad que en el siglo XIX todavía estaba centrada alrededor de muchas empresas relativamente pequeñas que competían entre sí. La vida del hombre estaba centrada alrededor del trabajo, del deber, de la familia, y una de las principales virtudes era el ahorro — una virtud completamente natural dentro de una economía en la que la acumulación del capital era todavía una de las principales tareas. La sociedad industrial del siglo XX es completamente diferente. Está centrada alrededor de la gran empresa, la gran corporación, el gran gobierno, el gran sindicato. Crea al hombre de masas, al hombre de la organización, al hombre que se siente fuerte porque forma parte de una gran entidad, de una gran organización, aun cuando él, en lo personal, sea sólo una parte infinitamente pequeña de la misma. La concentración del capital ha llevado a la formación de empresas gigantes, administrativas por burocracias organizadas jerárquicamente. Grandes aglomeraciones de trabajadores laboran juntos, siendo parte de una vasta máquina de producción perfectamente organizada la cual, para poder siquiera funcionar, debe hacerlo suavemente, sin fricción, sin interrupción. El trabajador individual y el empleado se convierten en un engrane dentro de esta máquina; su funcionamiento y sus actividades son determinadas por la estructura total de la organización en que trabajan. En las grandes empresas, la posesión legal de los medios de producción se ha separado de su manejo, y ha perdido en importancia. Las grandes empresas son manejadas por una administración burocrática que no posee a la empresa legalmente, sino socialmente.

Estos administradores no tienen las cualidades que tenían los antiguos dueños —tales como iniciativa individual, valor, disposición para tomar riesgos— sino las cualidades del burócrata: falta de individualidad, impersonalidad, cautela, falta de imaginación; ellos administran cosas y personas, y se relacionan a las personas como lo hacen a las cosas.

El individuo es manejado y manipulado no sólo en el campo de la producción, sino también en el del consumo, que es donde se supone que cada persona puede expresar su libre albedrío. Ya sea en el consumo de alimentos, de ropa, de licores, cigarros o de programas de cine y televisión, una potente maquinaria de sugestión emplea con dos propósitos: primero, aumentar constantemente el apetito del individuo por nuestros artículos, y segundo, encauzar esos apetitos en las direcciones que aporten más ga-

nancias a la industria. Simplemente el monto de las inversiones de capital en la industria de artículos de consumo, y la competencia que hay entre unas cuantas empresas gigante, hacen que sea necesario no dejar el consumo a la eventualidad, ni dejar al consumidor libertad de selección acerca de si quiere comprar más o qué desea comprar. Sus apetitos necesitan ser constantemente animados, sus gustos deben ser manipulados, manejados y hechos pronosticables. El hombre se transforma en el "consumidor", el que tiene un solo deseo, que es el de consumir constantemente más y "mejores" cosas.

Nuestro sistema necesita crear hombres adecuados para llenar sus necesidades; hombres que cooperan suavemente y en grandes números; que quieren consumir más y más; cuyos gustos están estandarizados y pueden ser fácilmente anticipados e influenciados. Necesita hombres que se sientan libres e independientes, y no sujetos a autoridad ninguna o principio de conciencia, pero que sin embargo se dejan mandar, que hagan lo que se espera de ellos, que encajen dentro de la maquinaria social sin fricción; que puedan ser guiados sin fuerza, dirigidos sin caudillos, impulsados sin una meta, excepto la de triunfar, de estar en movimiento continuo, de ir adelante.

El hombre moderno está enajenado. Es un extraño a sí mismo y a su semejante. En el proceso de producir cosas se ha convertido él en una cosa, y las cosas no sienten, las cosas no tienen convicciones.

Al leer acerca del proceso que se está llevando contra Eichman tuve la impresión de que en muchos sentidos él es un símbolo del hombre-masa moderno, y de su dilema moral. Eichman fue un burócrata, un engrane en una maquinaria muy activa. El sostiene que fue únicamente un engrane muy pequeño, pero aunque hubiera sido un más grande, de todos modos hubiera seguido siendo sólo un engrane, y no un hombre. Mató hombres como hubiera matado ganado, y si su tarea hubiera sido la de transportar toneladas de carbón, no hubiera reaccionado en otra forma de la que le hizo transportar a millones de seres humanos. Lo que importaba era la organización, el funcionamiento correcto dentro de ella y su prestigio el de ser un engrane valioso.

El problema moral de la humanidad durante toda la historia ha sido el problema del bien y del mal. Algunas escuelas filosóficas y religiosas han recalcado el bien, otras han recalcado el mal, y casi todas han visto el conflicto entre las dos fuerzas, pero cualquiera que sea nuestro punto de vista sobre el peso relativo que tienen el bien y el mal en el alma humana, tan

humano es el mal como lo es el bien, y por lo tanto, podemos decir que ni el hombre más malvado está fuera de la humanidad. La sociedad moderna de masa ha creado un nuevo problema, ya no el del mal, sino el de una nueva inhumanidad, la inhumanidad del robot, del hombre transformado en una cosa, del hombre que no siente porque ha sido transformado en una cosa; de hombres que administran a otros hombres como si fueran cosas, y que son administrados por otros que están sujetos a la misma ley de la organización. El problema que ha surgido en nuestra sociedad moderna es (y este es el problema tanto en la sociedad occidental llamada "capitalistas", como en la sociedad de la Unión Soviética llamada "comunista"), que el hombre que se ha adaptado plenamente a la sociedad es al mismo tiempo un hombre inhumano. ¿Exagero cuando llamo a Eichman un símbolo de la tendencia de nuestra época? No lo creo, si consideramos cómo los gobiernos de los grandes Estados industrializados están jugando con bombas nucleares, y discutiendo tranquilamente la destrucción de una mitad —si no es que de todo el mundo—. Cuando se oyen discusiones en las que se afirma que la muerte repentina de la mitad de la población de un país grande es todavía aceptable (¿aceptable para quién? ¿A los muertos o a los vivos?), cuando oye uno decir que después de la catástrofe de una guerra atómica y de la destrucción de la mitad del mundo la vida seguirá como antes, y que la gente disfrutará de sus coches y de sus refrigeradores, entonces, realmente, debemos preguntarnos si este mundo no ha sido atacado por una locura general, y si lo que estamos viendo no es un autómatas sano quien al mismo tiempo es un individuo muy enfermo.

Estas consideraciones nos llevan a la discusión de la tercera posición, la de un concepto humanista de la salud mental. El concepto humanista tiene ciertas premisas generales, siendo la primera que el hombre no fue hecho para el Estado, para los objetivos de la sociedad, sino que el Estado y la sociedad deben servir al hombre. La segunda premisa es que el hombre puede ser defendido no solamente anatómicamente y fisiológicamente, sino también psíquica y mentalmente. Que a pesar de diferencias entre individuos, entre naciones y razas, el hombre es uno solo. La humanidad no es un concepto abstracto, sino una realidad; siendo humanos, cada uno de nosotros representa a la humanidad; todos tenemos algo de santos y todos tenemos algo de criminales; todos somos niños y todos somos adultos, que sabemos, debemos morir. Todos somos diferentes, y sin embargo, somos todos iguales, y es por esto que nos po-

demostramos comprender, que podemos comprender aun al extraño que podemos disfrutar del arte de los pueblos primitivos y del arte de la Grecia clásica, de Cervantes, Shakespeare y Dostoyevski, a pesar de que vivieron en culturas tan completamente distintas a la nuestra. El arte tiene muchas expresiones y formas, y sin embargo, es una lengua universal, porque es la expresión de la humanidad universal. Este concepto de que la humanidad es una sola, y de que todos los hombres comparten las mismas cualidades humanas básicas es el concepto del humanismo, es el concepto contenido en la Biblia, y es el concepto de Buddha, de Lao-Tse, así como el concepto de Spinoza, Leibnitz, Hegel y Marx.

La tercera premisa del humanismo es que existen ciertos valores que no son sólo cuestión de gustos, sino que tienen una validez objetiva. Este concepto de valores objetivos no tiene mucha aceptación actualmente, cuando la gente es renuente a identificarse con cualquier cosa que no le proporcione una utilidad o le divierta. Aun la mayoría de los psiquiatras se niegan a aceptar esta idea, y sin embargo, se encuentran en la siguiente curiosa paradoja: si un paciente acude a ellos y les dice: "Doctor, odio a todos, odio a mi mujer, odio a mis hijos, y odio a todos los extraños", entonces sin duda el psiquiatra opinará que este hombre está muy enfermo; tendrá que reconocer que en este caso sus observaciones van de acuerdo con ciertos valores morales reconocidos por cualquier filosofía humanista —que el odio es moralmente malo, que es un síntoma de enfermedad desde el punto de vista psicológico. Pero el psiquiatra se niega, sin embargo, a aceptar la idea de que existen ciertas metas positivas, tales como el amor, la comprensión, el sentido de la justicia, que están inherentes dentro de la estructura misma del hombre, y que son convenientes tanto del punto de vista de la ética humanista tradicional como del de la salud mental.

¿Cuál es, entonces, esta definición racional del bien? En términos generales podemos decir que "bueno" es lo que favorece el desenvolvimiento del hombre, dadas las extrañas peculiaridades de la existencia y las leyes que la gobiernan. De hecho, el problema no es diferente de la cuestión de qué es bueno para la semilla de un manzano. Si la semilla de un manzano pudiera pensar, tendría la idea de que son buenas aquellas condiciones del suelo y del sol y del aire que le ayudarán a crecer y a convertirse en un manzano plenamente desarrollado, no en un árbol mutilado, o que nunca tuviera frutos. Si sabemos de las condiciones específicas de la existencia humana, entonces ciertamente podremos saber tam-

bién cómo es el hombre plenamente desarrollado, el hombre que se ha convertido en lo que potencialmente puede ser, el hombre cuyo axioma moral es *Que debiera ser lo que podría ser*. Desde este punto de vista del humanismo normativo, la salud mental no puede ser definida como la ausencia de síntomas, no puede ser definida como el ajuste a la sociedad, tal como ésta es, sin tomar en cuenta si la sociedad misma es sana o está enferma. Puede definirse únicamente en función de la más plena realización y desenvolvimiento de las potencialidades del hombre. Veamos si podemos decir algo más específico acerca de lo que es el bienestar desde el punto de vista de la filosofía humanista y del psicoanálisis.

El primer enfoque hacia una definición del bienestar podría decirse así: *El bienestar es la condición de estar de acuerdo con la naturaleza del hombre*. Si vamos más allá de esta declaración formal, surge la pregunta: ¿Qué es el estar de acuerdo con las condiciones de la existencia humana? ¿Cuáles son estas condiciones?

La existencia humana nos plantea una pregunta. El hombre es lanzado a este mundo sin su voluntad, y retirado de él otra vez sin su voluntad. Al contrario del animal que, con sus instintos lleva en un mecanismo de adaptación a su medio ambiente, viviendo completamente dentro de la naturaleza, el hombre carece de este mecanismo instintivo. Es él, el que *Tiene que vivir su vida, no es vivido por ella*. El está dentro de la naturaleza, pero sin embargo la *trasciende*; él se da cuenta de sí mismo, y esta conciencia de sí mismo como un ente-separado, lo hace sentirse insoportablemente solo, perdido, impotente. El simple hecho de nacer le plantea un problema. En el momento de nacer la vida hace al hombre una pregunta, y él debe contestar esta pregunta. La debe contestar en cada momento; no su mente, no su cuerpo, sino *El*, la persona que piensa y sueña, que duerme y come y llora y ríe —*El hombre total*— debe contestarla. ¿Cuál es esta pregunta que le plantea la vida? La pregunta es: ¿Cómo podremos sobreponernos al sufrimiento, al encarcelamiento, a la vergüenza creada por la experiencia de estar separados? ¿Cómo podremos encontrar unidad dentro de nosotros mismos, con nuestro semejante, con la naturaleza? El hombre tiene que contestar a esta pregunta en alguna forma; aun en la locura, se da una contestación a esta pregunta por medio de la eliminación de la realidad fuera de nosotros, viviendo completamente dentro de la corteza de nosotros mismos, y así sobreponiéndonos al espanto de la separación.

La *Pregunta* es siempre la misma. Existen, sin embargo, *Diversas respuestas a ella* o básicamente hay sólo dos respuestas. Una es la de sobreponerse a la separación y encontrar la unidad por medio de una regresión al estado de unidad que existía antes de que surgiera la conciencia, es decir, antes de que naciera el hombre. La otra respuesta es la de *Nacer plenamente*, desarrollar su conciencia, su razón, su capacidad para amar, a tal punto que supere uno su propio involucramiento egocéntrico, y llegue a una nueva armonía, a una nueva unidad con el mundo.

Volviendo ahora a la cuestión del bienestar, ¿cómo vamos a definirlo a la luz de lo que hemos dicho hasta aquí?

El bienestar es la condición de haber llegado al completo desenvolvimiento de la razón: razón, no en el sentido de un juicio meramente intelectual, sino en el de posesionarse de la verdad “dejando ser a las cosas” (usando palabras de Heidegger), como son. El bienestar es posible únicamente en la proporción en que se haya uno sobrepuesto a su narcisismo; en la proporción en que se esté abierto, respondiente, sensible, despierto. El bienestar significa estar plenamente relacionado, afectivamente, al hombre y a la naturaleza; sobreponerse a la separación y a la enajenación; llegar a la experiencia de unidad con todo lo que existe — y al mismo tiempo experimentar *A mi mismo* como el ente separado que *Yo soy*, como el individuo. Bienestar significa nacer plenamente, convertirse en lo que potencialmente es; significa tener una plena capacidad para la alegría y para la tristeza o si lo decimos en otra forma, despertar del adormecimiento en que vive el hombre medio, y estar completamente despierto. Y si significa todo esto, significa también ser creativo; es decir, reaccionar y responder a mí mismo, a los demás, a todo lo que existe — reaccionar y responder como hombre total que soy, a la realidad de todos y de todo, tal como son. En este acto de verdadera respuesta se encuentra el área de la creatividad, de ver al mundo como es. Y al mismo tiempo, de experimentarlo como *Mi mundo*, el mundo creado y transformado por la forma creativa en que lo he poseído, de modo que el mundo deje de ser una cosa extraña “por allá” y se convierta en *Mi mundo*. El bienestar significa, finalmente, renunciar a nuestro Ego, dejar de ser voraces, dejar de correr tras la conservación y el engrandecimiento del Ego, ser y experimentarse a sí mismo en el acto de ser, no de tener, conservar, co-diciar, usar.

Posiblemente haya otras maneras más sencillas para expresar el significado del bienestar y de la salud mental. Podría uno sencillamente decir que una persona saludable se halla en cambio continuo, y sin embargo, sigue siendo la misma. Que tiene convicciones que se originan dentro de ella misma, y no opiniones sintéticas como si fuera un disco. Que puede ver la realidad de su vida personal y la de la vida de su sociedad, y penetrar a través de las ficciones que la mayor parte de la gente toma por casualidad. Puede saber la diferencia entre palabras y realidad y no confundir las unas y otras. Podría uno decirlo en una forma aún más sencilla, o sea que la persona saludable tiene un interés apasionante por el mundo. No necesariamente todos se interesarán en mismos aspectos del mundo, pero sí tendrá un interés que lo absorba, que lo estimule, y cuya realización le cause satisfacción. Iría yo hasta el extremo de decir algo que es completamente contrario a lo ortodoxo: si yo viera a un hombre con este interés apasionante, digamos por la ciencia, por el arte, por la medicina —Por lo que fuera— pero que desgraciadamente estuviera sufriendo de una claustrofobia y viera a otro hombre que no sufre de ningún mal, pero que tampoco tiene un interés apasionante por nada, yo, en lo personal calificaría de más sano al hombre con la claustrofobia que al de la falta de interés.

Hemos mencionado antes la conexión entre la salud mental individual y la vida de la sociedad. Es claro que el desenvolvimiento del bienestar como he tratado de describirlo aquí depende de ciertas premisas sociales. Una sociedad en estancamiento, o que está bloqueada en su propio desenvolvimiento, una sociedad que sufre de contradicciones no resueltas entre la riqueza y la pobreza, una sociedad que no desarrolla sus propios recursos será, al mismo tiempo, una sociedad en la que las gentes no tienen esperanza, y la desesperanza es uno de los obstáculos básicos para la salud mental. Por lo tanto, la primera condición para el desarrollo de la salud mental en cualquier sociedad determinada es el hecho de que exista la esperanza, pero no el tipo de esperanza ficticia que es levantada por los discursos ritualistas, sino una que esté basada en la realidad que está desarrollando y fomentando la sociedad, y de que logre una igualdad siempre mayor, y que ofrezca la base material para una vida humana rica y digna para todos sus ciudadanos.

Quisiera yo agregar que los estudiantes están en una situación especialmente afortunada en lo que toca a la salud mental. Ellos han optado por una actividad muy distinta a la de acarrear piedras, muy distinta a

un trabajo monótono. Han escogido una actividad que en sí misma es interesante y estimulante, que más que cualquier otra actividad se presta para el desarrollo de un interés apasionante en el mundo. El estudiante tiene —siempre y cuando sea realmente un estudiante—, el principal requisito para ser una persona sana, pero sin embargo, sabemos empíricamente que muchos estudiantes carecen de salud mental. Esta situación puede cambiarse de dos maneras, y las dos deben usarse: una es haciendo del estudio algo que realmente estimule, y tratando de reducir el número de estudiantes que solamente lo son porque creen que es la manera más sencilla para llegar a ganar dinero. La segunda forma es examinar los factores individuales que hacen que sea difícil para un estudiante tener un verdadero interés, a pesar de que tenga buenos maestros y un atractivo campo de estudio. Aquí la psicología clínica tiene un amplio campo, pero no debemos olvidar que desde el punto de vista de la tradición humanista el hombre sano es el hombre productivo, el hombre que está relacionado al mundo, y preocupado por el mundo, y que la salud mental nunca es solamente la ausencia de enfermedad; nunca es sólo la capacidad para funcionar bien, sino que en un estado mental en el cual la persona se siente estimulada por el mundo que la rodea, y por lo tanto él puede ser un estímulo para los demás.