



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA
DE MÉXICO**

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES ARAGÓN
DIVISIÓN DE ESTUDIOS DE POSGRADO E INVESTIGACIÓN
MAESTRÍA EN PEDAGOGÍA

HACIA UNA PEDAGOGÍA DE LA INTUICIÓN

**PROYECTO DE TESIS
PARA OBTENER EL GRADO DE MAESTRO**

**PRESENTA:
LIC. JESÚS CARRILLO HERNÁNDEZ**

**Directora de Tesis:
MTRA. NORMA DELIA DURÁN AMAVIZCA**



ARAGÓN

2010



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

AGRADECIMIENTOS

A la vida que me ha dado tanto.

A los antiguos que nos dieron un lugar.

A nuestro hogar, la Universidad Nacional Autónoma de México.

A la Dirección General de Estudios de Posgrado (DGEP), ahora Coordinación de Estudios de Posgrado (CEP), por el apoyo moral y económico otorgado durante los estudios de maestría en pedagogía en la F. E. S. Aragón.

A mis padres, por regalarme un instante efímero y perpetuo de vida, gracias, porque sin ellos no estaría donde estoy, aquí y ahora.

Por orden de aparición, a: Graciela, Armando, Gilberto, Irma Magaña, Luis A. Delgado, Juvenal, a mis primos, Kika, Milán, Angélica Conde, Lulú Pensado, Erick Montaña, Daniel Kaïm, Anaí, Vanesa M., Liliana Rechi, las Paolas, Ramiro, Ignacio Ortega, Ricardo Cardoso, Javier Canseco, Luís, Fernando Coria, Giovanna F., Miguel A. Mendoza, Selene, Mauricio Canseco, Diego, Ericka, Ericka Vera, Sergio López, Gerardo Chaparro, Irma Herrera, Jonathan Elizalde, Guadalupe, Enrique, Diana, Kenia, Arlene Ayala, Paty Ramírez, Norma Durán, Consuelo S., Demetrio, Alfonso, Paco, Gloria, Lulú, Lupita, Yolanda, Juan Garza, Sofi, José Cuevas, Michiko, y a todos aquellos amigos, familiares, maestros, conocidos y enemigos que por motivos de espacio y de memoria no pude mencionar ahora, pero que de alguna forma han construido mi vida, gracias.

A las enigmáticas y profundas disciplinas orientales.

Al Centro Budista de la Ciudad de México y a Casa Tibet por todas sus atenciones.

A mí, por seguir adelante a pesar de las tormentas.

A ti, por estar aquí, ahora.

CONTENIDO	Página
RESUMEN	6
INTRODUCCIÓN	7
CAPÍTULO I EVOLUCIÓN, HISTORIA Y LA RAZÓN	13
1.1 EL DESARROLLO EVOLUTIVO DEL SER HUMANO	14
1.2 EL SER HUMANO EN DESARROLLO	17
1.3 DUALISMO CARTESIANO Y SU EVOLUCIÓN	21
1.4 RAZÓN Y VIDA COTIDIANA	23
1.5 RAZÓN Y EL PENSAMIENTO OCCIDENTAL	29
1.6 EL CUERPO EXCLUIDO	57
CAPÍTULO II UNA APROXIMACIÓN A LO IRRACIONAL Y A LA INTUICIÓN DESDE OCCIDENTE	63
2.1 ANTECEDENTES DE LA IRRACIONALIDAD	65
2.2 ANTECEDENTES HISTÓRICOS DE LA INTUICIÓN	70
2.3 CONCEPTO DE INTUICIÓN	75
2.4 MANIFESTACIONES DE LA INTUICIÓN	84
2.5 EMOCIONES Y DESEOS QUE INTERVIENEN EN LA INTUICIÓN	86
2.6 INTUICIÓN, MODERNIDAD Y SUS EFECTOS EN LA SOCIEDAD MEXICANA	90
CAPÍTULO III ANTECEDENTES DEL ESTILO DE VIDA CONTEMPORÁNEO Y DE MÉXICO	97
3.1 EPOCA PRECOLONIAL EN MÉXICO	97
3.2 LA CONQUISTA DE LO ESPIRITUAL	100
3.3 LA PRESENCIA DE LA FILOSOFÍA EN LA VIDA DE MÉXICO	112
3.4 NO CREEMOS EN LO QUE HACEMOS	128
3.5 PENSADORES MEXICANOS	133
3.5.1 Ezequiel Chávez, Samuel Ramos y sus pensamientos	137

3.6 LA LITERATURA Y EL MEXICANO EN CONSTRUCCIÓN	144
3.7 EL PAPEL DE LA INTUICIÓN EN EL MARCO MEXICANO	151
3.8 EL MUNDO ORIENTAL	160
3.9 MÉXICO EN EL ENCUENTRO DE DOS MUNDOS	171
CAPÍTULO IV HACIA UNA PEDAGOGÍA DE LA INTUICIÓN	180
4.1 PROPUESTAS PEDAGÓGICAS QUE HABLAN SOBRE LA INTUICIÓN	181
4.2 METODOLOGÍA	186
4.2.1 Método	187
4.2.2 Participantes	187
4.2.3 Escenario	187
4.2.4 Técnicas o instrumentos	188
4.3 LOS PROCESOS FORMATIVOS EN TORNO A LA INTUICIÓN	188
4.3.1 Motivo del cambio	190
4.3.1.1 Insatisfacción	190
4.3.1.2 La enfermedad	195
4.3.1.3 Experiencia de muerte	197
4.3.1.4 Experiencia inexplicable (fuera de los límites de la razón)	198
4.3.1.5 Incongruencia y desgaste energético	198
4.3.2 Tutor o maestro	202
4.3.3 Elementos comunes en los procesos formativos (técnicas)	206
4.3.3.1 Disciplina	206
4.3.3.2 Valoración y confianza	208
4.3.3.3 Tomar distancia	210
4.3.3.4 Intencionalidad	215
4.3.3.5 Resolución de problemas personales	219
4.3.3.6 Toma de conciencia y atención consciente	221
4.3.3.7 Trabajar con las propias debilidades (proceso individual)	235
4.3.3.8 Meditación	237
4.3.3.9 El arte	243
4.3.3.10 Conocer la inercia social	246

4.3.3.11 Ejercicios corporales	248
4.3.3.11.1 <i>No Forzar ni competir</i>	250
4.3.3.11.2 <i>Lentitud</i>	252
4.3.3.11.3 <i>Baños con agua fría</i>	253
4.3.3.12 Alimentación	254
4.3.3.13 Respiración	261
4.3.3.14 Movimientos Corporales	263
4.3.3.15 Atención en el ombligo	265
4.3.3.16 Acallar la mente o avasallarla	266
4.3.3.17 Trabajo individual y colectivo	272
4.3.3.18 El uso de la palabra y los sonidos	275
4.3.3.19 Sensibilización	276
4.3.3.20 Emociones y sentimientos	278
4.3.4 Factores que delimitan o acrecientan a la intuición	281
4.3.4.1 La familia	282
4.3.4.2 El ego y los deseos	286
4.3.4.3 No confiar en la intuición	292
4.3.4.4 Las emociones y los sentimientos	294
4.3.4.5 Religión	297
4.3.5 Cambios notables y beneficios	300
4.3.5.1 Emociones y actitudes	301
4.3.5.2 Relaciones intersubjetivas	304
4.3.5.2 Enseñanza y aprendizaje	312
4.3.5.3 Salud	320
4.3.5.4 Percepciones	324
4.3.5.5 Toma de decisiones	326
4.3.5.6 El espacio, el tiempo y la conciencia	328
4.3.5.6.1 <i>La relación de nuestra conciencia y las plantas</i>	332
CONCLUSIONES GENERALES	353
BIBLIOGRAFÍA	365
Anexos	369

Resumen

El problema actual del hombre moderno reside, en gran medida, en el uso *excesivo* que se le da a la razón, puesto que ésta se encuentra inmersa en todas las actividades de la vida cotidiana, olvidando así a la intuición. Esta situación la podemos ver plasmada en la educación formal e informal, donde se le da mayor importancia a lo racional, científico, e incluso a lo material, teniendo así sus repercusiones en el cuerpo, las emociones, los pensamientos, la manera de aprender y en todas las relaciones intersubjetivas de los sujetos. Todo ello ha generado enfermedades psicosomáticas y relaciones intersubjetivas disfuncionales en proporciones nunca antes vistas. Así surge la necesidad de una nueva pedagogía integral, una que incluya a la intuición dentro de los procesos formativos. De esta manera el objetivo de la presente investigación es: comprender e interpretar cuales son las repercusiones corporales e intersubjetivas en torno a una pedagogía donde la intuición es integrada en un proceso educativo en la construcción de la persona. Teniendo como base a la Pedagogía de lo corporal, propuesta por el Dr. Sergio López Ramos, la cual contempla las múltiples interrelaciones del sujeto con su entorno social y natural, así como con su historia, cultura, alimentación, emociones y órganos internos. De esta forma a través de las entrevistas, por medio de la historia oral, realizadas a 14 sujetos quienes han tenido un proceso formativo integral, se encuentra el sustento de una educación, tanto formal como informal, donde la razón, la intuición y el cuerpo están en estrecho equilibrio, ya que esto puede generar nuevas relaciones tanto interna como externamente, proporcionando una mejor calidad de vida.

Introducción

En nuestro mundo actual es preponderante el uso de la razón como una forma de ver y vivir nuestro entorno (es decir como un medio de comunicación, de aprendizaje y un medio de control), dejando de lado a la intuición, que también es una forma de ver y vivir. Todo ello tiene sus consecuencias directamente en un lugar muy cercano, nuestro cuerpo. Es así que el uso excesivo de la razón genera alteraciones en los ritmos de los órganos de nuestros cuerpos, causando así un desequilibrio interior que se traduce en enfermedades psicosomáticas, López (2007).

De esta manera Durán (2004) nos menciona que existe una clara separación entre cuerpo y mente (a través de un proceso histórico). Esta división entre cuerpo, intuición y razón nos limita en la construcción de nuestra conciencia, de la presencia y pertenencia en nuestro propio tiempo y espacio. “Un cuerpo racional piensa y luego existe dividido”.

Ella nos refiere que nuestra visión fragmentada, es decir, la división entre cuerpo, intuición y razón, surge a partir de Descartes, quien propone en la filosofía moderna la dualidad, y con ello inicia dicha fragmentación del cuerpo humano tanto teórica como prácticamente. Es así que desde dicho modelo se inauguró por Descartes, el uso de la razón como una vía preponderante para que el ser humano se relacione con su entorno. Desde entonces el cuerpo y la mente han sido fragmentados; mente y cuerpo ya no son uno solo. Y a partir de entonces se presentará un conflicto constante entre la razón y la intuición, la mente y el cuerpo, lo simple y lo complejo, y por lo tanto, entre el hombre y la mujer.

En la actualidad el ser humano está padeciendo las consecuencias de esta fragmentación, puede hablar lógica o metodológicamente de lo que sabe, pero no puede hablar de lo que siente en el cuerpo (y como lo siente). La razón como una cualidad que busca dar explicaciones a todo, medir, cuantificar, observar, siempre estar dudando, creer solo lo que podemos ver, solamente dar crédito a nuestras mediciones y descartar todo aquello que no sea comprobable (es decir, todo lo irracional será desechado, y con ello a la intuición), se ha desligado de un proceso integral en la manera de aprender y experimentar

nuestro mundo, olvidando, negando y descalificando al cuerpo y a la intuición como una vía de enseñanza y aprendizaje del mundo al que pertenecemos.

Así, Osho (2005) nos menciona que la razón tiene su utilidad, pero por desgracia, se ha convertido en el dueño de todo nuestro ser. Lo cual ha originado grandes problemas en nuestros espacios. Un mundo inmerso en la razón solo puede preocuparse por cosas muy palpables, por lo que puede ver. El menciona que si la cabeza, el corazón y el cuerpo (razón, intuición y cuerpo) se encuentran trabajando en armonía, todo será más sencillo. Al existir conflictos entre estos tres elementos, solo estamos perdiendo el valioso tiempo.

Nuestra sociedad, entendida como el resultado de una compleja trama histórica, religiosa, política, económica, filosófica, científica, etc. es la que nos ha enseñado a vivir, la que nos dice cómo pensar, como sentir y como vivir. Ella nos ha educado desde el seno familiar y nos ha inculcado sus necesidades y sus inquietudes, ha plasmando el hedonismo, eurocentrismo, antropocentrismo, egocentrismo, y el uso excesivo de la razón en nuestras mentes y cuerpos.

Nuestras sociedades regidas por el pensamiento moderno (uno racionalista, egocéntrico, eurocéntrico y antropocéntrico) han ofrecido un espacio ideal para el desarrollo del uso excesivo de la razón o bien, para el olvido de la intuición, generando sus respectivas implicaciones, es decir, se ha roto el equilibrio. Es por ello la necesidad de abordar esta investigación en el marco citadino, pero no solo esto, sino dentro del escenario mexicano, puesto que, además de ser nuestro espacio, presenta determinadas características como el manejo de tiempos acelerados, (lo cual nos lleva a generar mucho estrés, ansiedad, crisis emocionales), determinadas condiciones políticas, económicas, religiosas, culturales, etc. De esta manera, es aquí, en nuestro espacio, donde podemos observar el uso excesivo de la razón, y esto lo podemos ver en cualquier ámbito educativo, en las instituciones formales (colegios, universidades, institutos de investigación, empresas, etc.) e informales (como la familia, grupos de convivencia, etc.), es decir, la sociedad en sus relaciones intersubjetivas.

Esta problemática, el uso excesivo de la razón y el olvido de la intuición y el cuerpo en estrecha comunión, además de una visión hedonista, materialista, eurocéntrica, egocéntrica y antropocéntrica (herencia de filósofos como Descartes, Locke, Hume, Bentham, Mill, etc.) ha sido trasladada al campo escolar, ha dejado de lado la experiencia corporal y del medio (al menos de otra manera). Así, la visión de la modernidad, como una visión del mundo, ha permeado las formas de enseñanza, las maneras de aprender y de enseñar, generando sus propias consecuencias. Así, una pedagogía derivada de esos principios de la modernidad, ha dado una mayor importancia al uso de la razón, que es tan solo una cualidad del ser humano.

En este sentido es necesario considerar que intuición y razón son una sola entidad que habita un espacio muy cercano, nuestro cuerpo y es por ello que es ahí donde tendrá sus repercusiones el desequilibrio, el dominio de la razón sobre la intuición. El dualismo cartesiano como una forma de ver y vivir la vida no supo articular estos aspectos porque desdeñó la subjetividad, lo irracional, las sensaciones y las emociones, ha construido un cuerpo con múltiples dolencias, físicas, psicológicas (psicosomático), es decir, no se ha planteado una construcción armónica con el entorno, una pedagogía integral que se interese por sus personajes y su desarrollo integral, una que considere a la razón, la intuición y el cuerpo en articulación. La educación de nuestro medio ha impedido el desarrollo de un cuerpo saludable, simplemente ha dejado al cuerpo humano de lado, y este no puede dejarse de lado, ni considerarse como un centro de estudio aislado de todo lo que en él converge. No podemos disociar de él las emociones, sentimientos, sensaciones, pensamientos, espíritu ni nada que tenga que ver con él, puesto que es en sí mismo un documento vivo.

Es así, que todo lo que acontece a nuestro alrededor, repercute directamente en nosotros mismos, en otras palabras, la manera en como hemos sido educados altera drásticamente nuestra dinámica interior, y esto lo podemos ver en todas las esferas, desde como caminamos, las somatizaciones, el dolor que sentimos, entre otras tantas cuestiones, es decir, nos han enseñado a sentir dolor en mayor o menor grado, nos han enseñado a amar, a sentirnos culpables, a pensar de determinada forma y a olvidarnos de nuestro

cuerpo, de nuestro ser, de nuestra intuición; resultado de un amplio proceso socio-histórico-cultural.

Así, los procesos formativos que vivimos hoy día son el resultado de una compleja trama socio-histórico-cultural, la cual requiere de una intensa profundización para poder entender lo que hoy día vivimos diariamente. Así, realizar un recorrido por el pensamiento occidental abre nuevas posibilidades de comprensión y por lo tanto, de abrir nuevas posibilidades y propuestas ante nuestro mundo actual. Del mismo modo, podemos ver que nuestra sociedad se encuentra finamente entretejida por diversos discursos políticos, filosóficos, religiosos, sociales y culturales (pasando por Descartes, Locke, el imperio Romano, La Reforma y Contrarreforma, hasta la conquista de México, etc.), los cuales se han influenciado mutuamente dando como resultado nuestra actual sociedad mexicana citadina (acotada y estudiada en el ámbito citadino debido a la imposibilidad de hablar de un solo México; gracias a sus diversos matices).

Pero en este recuento, también revisamos en esta investigación las múltiples manifestaciones de las diversas disciplinas orientales, mismas que resuenan hoy día debido a sus grandes semejanzas con nuestras antiguas culturas prehispánicas, las cuales han hecho grandes aportaciones a los procesos formativos de los sujetos que las practican, cuestión que abordaremos a lo largo de ésta investigación.

Así, se ha podido ver, como lo ha hecho la filosofía oriental, que un proceso formativo integral, uno que contemple a la razón, la intuición, el cuerpo, el entorno natural, la alimentación, las relaciones sociales, aportará un mejor desarrollo en todas las esferas, es decir, en lo emocional, lo intelectual, lo corporal, lo intersubjetivo, es decir, en el aprendizaje integral, y por lo tanto en una mejor calidad de vida.

Así, las diversas técnicas utilizadas (como la respiración, la atención consciente, los movimientos corporales, la intencionalidad, etc.) en los procesos formativos por las disciplinas orientales estudiadas, (Yoga, Budismo, Tai Chi) serán mostradas dentro de esta investigación, como parte de una nueva propuesta encaminada a la creación de una nueva

pedagogía de la intuición, una integral que se encuentra más acorde con los actuales estilos de vida, claro está que sin desechar plenamente el modelo de la modernidad, sino realizando un enlace, una fusión entre ambos estilos de vida, el oriental y el occidental, muy de acuerdo con la propuesta de Northrop.

Es por ello que en este proyecto de investigación se plantea la necesidad de abundar más sobre la cualidad intuitiva del ser humano, que se articula a sensaciones y sentimientos corporales, además de los procesos formativos de manera integral. Haremos más énfasis en estos aspectos que en la razón, puesto que ésta ha sido más argumentada teóricamente que la intuición. Debemos recordar que no se trata de dar preferencia a una sobre la otra, sino de articular, complementar y darle a cada quien y cada cual su justo lugar, intuición y razón son parte de lo mismo, manifestaciones del *continuum* estético indiferenciado. Así, el propósito de la presente investigación no es descartar a la modernidad, sino el de otorgarle su lugar a la intuición, de dar un sustento que muestre que una pedagogía donde se encuentren articuladas la intuición y la razón en el cuerpo a través de diversos mecanismos como la atención consciente, puede ofrecernos nuevas alternativas, es decir, construcciones corporales e intersubjetivas encaminadas a mejorar la calidad de vida y la construcción de un ser humano sano, en equilibrio con su entorno y con miras a preservar la vida en armonía. Es así que la pedagogía de la intuición juega un papel decisivo en el desarrollo de nuestra sociedad.

Para ello, será necesario plantearnos los siguientes cuestionamientos:

¿Cómo influye en la construcción corporal e intersubjetiva de la persona una pedagogía de la intuición?

¿Cómo influye el dominio de la visión occidentalizada (egocéntrica, antropocéntrica, eurocéntrica, predominantemente racionalista, economicista, materialista y hedonista) en la construcción personal?

¿Cómo es una construcción corporal e intersubjetiva donde la intuición es considerada en los procesos formativos?

Teniendo como objetivos particulares y generales:

Objetivo general:

El objetivo del presente estudio es comprender e interpretar cuales son las repercusiones corporales e intersubjetivas en torno a una pedagogía donde la intuición es integrada en un proceso educativo en la construcción de la persona.

Objetivos particulares:

Comprender e interpretar como es una construcción corporal e intersubjetiva en un ámbito donde predomina una perspectiva eurocéntrica, egocéntrica, antropocéntrica, capitalista y predominantemente racionalista como una forma de ver y vivir el mundo.

Comprender e interpretar como es una construcción corporal e intersubjetiva en un ámbito donde la intuición es considerada implícitamente dentro de un proceso formativo como una forma de ver y vivir el mundo.

Comprender e interpretar como es una construcción corporal e intersubjetiva en un ámbito donde la intuición y la razón se encuentran articuladas armónicamente en el cuerpo como una forma de ver y vivir el mundo.

Así, el método a seguir fue de corte cualitativo, basados en cuestionarios guías (en historias de vida), los cuales fueron aplicados a 14 personas que practicaran meditación: Yoga, Budismo y Tai Chi básicamente, sin distinción de sexo, raza o preferencia religiosa. Se eligió principalmente a gente que practique meditación puesto que se supone que éste tipo de población trabaja directamente con su cuerpo, con sus emociones, con la toma de consciencia, con la atención consciente, con el movimiento a partir de la respiración, con un pensamiento intuitivo y racional, es decir, con un proceso formativo integral

CAPÍTULO I EVOLUCIÓN, HISTORIA Y LA RAZÓN

Entrar en el gran universo del ser humano implica hacerlo desde otra óptica, un tanto distinta de la que estamos acostumbrados a hacerla. La visión que actualmente tenemos del mundo se encuentra un poco difusa, alejada de las necesidades reales de la gente, de su cuerpo, alejadas de un verdadero humanismo. Las formas en como hemos ido aprendiendo a ver y vivir este mundo han ido evolucionando paulatinamente, con diferentes matices, dependiendo de la cultura y su evolución, de acontecimientos políticos, religiosos, entre otros que han formado parte en la construcción de una persona y su cuerpo.

Para comprender a un sujeto y sus diferentes dolencias, es necesario remontarnos a la historia del espacio donde vive, en este caso, México, su desarrollo histórico, sus movimientos intelectuales, culturales, e incluso, políticos, puesto que ellos, además de los estilos de alimentación, la calidad del aire y del agua, de las emociones vertidas en las páginas de los diarios y noticieros, de las imágenes plasmadas en nuestros televisores y en la pantalla grande, son decisivos en la construcción de una persona como un ser integral.

Las maneras en como aprendemos y aprehendemos el mundo determinan el curso de nuestras vidas y de nuestros cuerpos ya que, como seres en unidad, como un microcosmos, lo que se encuentre afuera repercutirá dentro y viceversa. Nuestras emociones y sentimientos no se encuentran fuera de este proceso y la forma de aprender el mundo, a través de diferentes mecanismos como la cultura, el lenguaje, la religión, el arte, la ciencia, la familia y la educación en general (la formal y no formal), es decir, de las instituciones, marcarán el rumbo de nuestra construcción personal.

El dogmatismo de la racionalidad ha sido parte fundamental en la construcción de nuestra nación y por lo tanto de cada individuo que en él se encuentra; a través de un proceso histórico, tomó posesión de nuestra nación y se encarnó en uno solo cuerpo, el nuestro. Esta visión cartesiana nos enseña como ver y vivir nuestro espacio, nuestra vida, desarrollando ciertas construcciones corporales, unas no muy alentadoras y es por ello que

debemos aprender otros métodos, unos muy antiguos que también son decisivos en la construcción personal, es decir, la intuición. La intuición como una cualidad del ser, se encuentra estrechamente ligada a la razón y a nuestro cuerpo, es por ello que en la formación de un ser (en pro de la calidad de vida y en busca de la preservación de la vida), se hace necesario y urgente una pedagogía de la intuición, una que considera a la razón, la intuición y el cuerpo en unidad.

Para ello, necesitamos comprender de otra manera, ante y con el cuerpo, puesto que es en su conjunto como podremos alcanzar una mejor calidad de vida, una auténtica que responda a las necesidades del ser humano, no una en decadencia sometida a las exigencias del medio (sociedad y cultura) en curso. Es así que “razonar con los elementos de la razón no es el camino para nuestro caso, es sólo el reconocimiento de una lectura que impide las otras posibilidades del cuerpo.”¹ Pero también será necesario realizar un pequeño recorrido que nos narre la historia de nuestros orígenes, y entender ahí un poco más sobre nuestra vida y sobre las relaciones existentes entre nosotros, nuestros semejantes y no tan semejantes.

1.1 EL DESARROLLO EVOLUTIVO DEL SER HUMANO

A través de la historia podemos dar cuenta de que el ser humano se ha construido en sociedad, ha atravesado el campo evolutivo acompañado de todo un complejo sistema natural que, desde nuestro punto de vista, no es ajeno a él. En el estudio de la evolución podemos contemplar que el ser humano tiene un origen muy peculiar del cual no puede escapar, ni siquiera con el uso predominante de la razón. Compartimos con todos los seres vivos de este planeta un ancestro común, un origen en particular el cual, según los expertos, se originó hace aproximadamente unos 3,800 millones de años, la primera célula procariote². Posteriormente, dicha célula se dividió y dio origen a lo que sería la primera gran ramificación de las millones de especies que actualmente existen en este planeta tierra.

¹ López, R. S. (2006). El cuerpo humano y sus vericuetos. México: Miguel Ángel Porrúa. P. 164.

² Pero, si nos remontamos algunos millones de años atrás, el origen yacería hace unos 12 mil millones de años, aproximadamente, con la gran explosión.

Surgen las bacterias y las arqueas hace 3,700 millones de años.³ Posteriormente, estos seres, a lo largo de millones de años de evolución, van modificando las condiciones del planeta (antes de esto no existía el oxígeno en cantidades necesarias, los seres unicelulares eran anaeróbicos, pero después se da un proceso inverso), lo cual los lleva a generar nuevos mecanismos de supervivencia, unos más cooperativos. Así es como la ahora mitocondria se introduce dentro de otra célula para no desaparecer y adaptarse a las nuevas condiciones atmosféricas⁴. Algunos antecesores también lo hicieron pero destruían al huésped y ninguno de los dos sobrevivía. Así la mitocondria aprendió a convivir con su gentil y paciente anfitrión creando una simbiosis donde las dos partes salían beneficiadas, alimentándose la una de la otra. De este manera, hace 2,000 millones de años surgen las primeras células eucariontes, es decir, surge una nueva organización cooperativa donde, y por supuesto, no existe nada aislado.⁵ Es en este proceso que podemos ver alianzas, nuevas estrategias de supervivencia. Primero encontramos a la ahora llamada mitocondria juntarse con otra célula para sobrevivir en simbiosis, después encontraremos a varias células aliarse con otras más para generar nuevas tácticas y estrategias de supervivencia, posteriormente, irán desarrollándose órganos (que al fin y al cabo son el resultado de la conjugación de cientos, miles o millones de células) que trabajarán conjuntamente para lograr un solo fin, preservar la vida.

Posteriormente, a manera de una mejor adaptación al medio, surge la reproducción sexual, hace unos 1,100 millones de años, que, aunque dicho proceso consume más energía, genera nuevos organismos mucho más diversos capaces de adecuarse al entorno⁶. En dicho proceso también es fundamental la cooperación, la actividad de seres vivos que beneficie a otros, a su especie misma, es decir, a la transmisión y supervivencia de sus genes.

Al paso del tiempo, se sabe que surgen nuevas maneras de adaptación y de supervivencia. Así podemos encontrarnos con la reproducción *inclusiva* que es donde un

³ Mosterín, J. (2008). La naturaleza humana. España: Austral.

⁴ De forma inicial lo hace de manera parasitaria, para después hacerlo en perfecta simbiosis.

⁵ Mosterín, J. (2008). Op. Cit.

⁶ Hoy día se sabe que las castas humanas que no permiten la mezcla de sus miembros con otros grupos, tienden a enfermarse más y a presentar deformaciones congénitas. Así la mezcla de razas propicia la diversidad, la mezcla de información genética y una mejor adaptación al medio.

organismo busca el beneficio de sus congéneres, no el propio. Su deseo es que su propia especie sobreviva y hace todo lo posible para que esto así sea⁷.

Pero el ser humano, como veremos más adelante, optó por otros caminos, y aunque comparte los mismos orígenes y tendencias de todo ser vivo, ha logrado dar un salto y construirse o destruirse de otra manera. Todo esto ha cambiado, gracias al uso de la razón, de la cultura, de las costumbres y de otros tantos elementos que mencionaremos a su tiempo.

Es en este proceso evolutivo que podemos ver la pertenencia del ser humano a su medio natural. Es ahí donde él se desarrolló y donde podemos observar y comprender las relaciones internas y externas de nuestro ser con nuestros semejantes y con nuestro entorno⁸. Es necesario comprender y entender que estamos ligados a nuestro medio y a nuestros semejantes, que existe una estrecha relación que la ciencia moderna apenas comienza a entender, a través de la física cuántica y de un creciente número de experimentos que demuestran nuestras conexiones ocultas. Basta con observar las proporciones áureas de nuestro cuerpo con las de la naturaleza, es decir, el factor de oro ó 1.618.⁹

Pero regresando a la línea del tiempo, millones de años después surgen organismos más complejos y los antecesores directos del actual homo sapiens. El homo habilis, homo erectus son algunos de ellos. Y hace tan solo unos 400 mil años, entra en escena nuestra especie. Es a partir de ahí que comienza una larga carrera desenfrenada por el control, el dominio del entorno y de los miembros de la misma especie. Es ante este escenario que el ser humano y sus antecesores directos, generarán nuevos mecanismos, nuevas formas de adaptación, creando así herramientas, utensilios, nuevas formas de comunicación (y de

⁷ Un ejemplo de ello son las hormigas, que, con su trabajo, buscan el bienestar y la sobrevivencia de su especie, y con esto, ellas también se benefician.

⁸ Para entender un poco más sobre estos procesos y éstas conexiones consúltese la obra: Capra, F. (2002). *Las conexiones ocultas: implicaciones sociales, medioambientales, económicas y biológicas de una nueva visión del mundo*. España: Anagrama.

⁹ Para mayor información consúltese la obra: Brown, D. (2003). *El código da Vinci*. España: Umbriel, también Carrillo, J. (2007). *Intuición, razón y el conocimiento, una nueva aproximación*. Tesis de licenciatura. UNAM, Facultad de Estudios Superiores Iztacala.

pensamiento, creando filosofías, discursos, métodos, modelos económicos y políticos, etc.) y nuevos medios de control, pero sin escapar a su condición, un ser que guarda en su interior la información de su proceso evolutivo, la cooperación y la competencia y sus finas interrelaciones con todo el medio circundante.

1.2 EL SER HUMANO EN DESARROLLO

El ser humano en desarrollo es capaz de crear nuevas herramientas, nuevos medios de comunicación ante su entorno y ante sus semejantes, para poder sobrevivir. Son las condiciones climáticas las que, en un principio, determinaron de forma decisiva las nuevas estrategias de supervivencia del ser humano, aunque actualmente esta situación ha cambiado un poco, puesto que ahora el mismo ser ha intentado y en ocasiones, lo ha logrado, controlar al medio ambiente.

De forma general, el medio ambiente determinó los tipos de vestimenta, de vivienda, las costumbres, las formas de alimentación, entre otras tantas cuestiones que fueron constituyendo al mismo ser en formación. La gente, en épocas remotas, fue vistiéndose y adornando sus vestimentas con elementos animales, con plumas, etc., fue construyendo sus hogares con ciertas orientaciones a manera de calefacción, entre otras cuestiones.

Se dice que en un inicio, nuestra locomoción no era bípeda, sino cuadrúpeda. Para conocer como fue dicha transformación existe una teoría que dice que, puesto que nuestros orígenes se ubican en África, ante un clima extremadamente cálido, la superficie corporal del ser cuadrúpedo se encontraba a ras del suelo, es decir, en estrecho contacto con un suelo ardiente, además de que todo su cuerpo era bañado por los rayos solares. Ante esta situación éste antecesor nuestro, optó por un sistema de refrigeración muy eficiente, la locomoción bípeda (el cuerpo se aleja del suelo ardiente, además de que el sol no baña toda la superficie corporal).

Desmond Morris nos menciona que, una vez que este ser cuenta con dos “manos” libres, es decir, se convierte en un ser bípedo, comienza a comunicarse con sus semejantes, se crea un lenguaje a señas. Conforme estos seres evolucionan, utilizan también estas manos para crear herramientas, pero como no pueden comunicarse y utilizar estas herramientas al mismo tiempo, surgirá el lenguaje oral como un medio de comunicación¹⁰. Panyela dice lo siguiente: “El impulso que lo motivó es probable que fuera la misma necesidad de comunicarse que debieron sentir los hombres al complicarse su cultura”, refiriéndose al lenguaje. Además de que esta nueva locomoción, al dejar libre las extremidades superiores, y como estas tiene nuevas tareas que hacer, también se va desarrollando el cerebro, ahora hay nuevos retos que alcanzar, así vemos que todo está entrelazado, nada está aislado.

El desarrollo cultural de nuestros antecesores fue en extremo rápido. Panyela dice que comenzaron labrando piedra, después pudieron recrear el fuego mismo, lo cual les permitió, mucho tiempo después la obtención y creación de piezas de cerámica, entre otras cosas. El cultivo de los campos cambió el panorama, puesto que modificó sus ritmos de vida, ya no serían nómadas, ahora se convertirían en sedentarios, además de que cambiarían sus formas de alimentarse, desarrollando mucho tiempo después el arte culinario. Además de que, ya utilizando la cerámica, podían almacenar alimentos. También hicieron lo mismo con los animales, los domesticaron. Todas estas condiciones favorecerán la acumulación de alimentos y otros elementos para la vida, lo cual originará tiempo libre, el cual podrán destinar para dedicarse a algo más. De esta manera el que tenga los suficientes recursos podrá ser libre y dedicarse a los asuntos públicos, de la “polis”, el que no, no lo será puesto que debe de disponer de todo su tiempo para ganarse la vida.

Una vez, ante estas condiciones de vida, se “desarrolló paralelamente una economía de producción asentada en la división del trabajo, el nacimiento de la artesanía y los oficios, el comercio y el transporte, y en el consiguiente desarrollo del concepto de valor, de patrón y de signo monetario.”¹¹ Estas actividades, organizadas por sectores, dieron tiempo a que

¹⁰ Morris, D. (2004). El mono desnudo. México: Random House Mondadori.

¹¹ Panyela, A. y otros (1969). Razas Humanas. Barcelona: Editorial Ramón Sopena, p. 60.

otra gente, dentro de la misma comunidad, se dedicase a hacer algo más, como ya se ha mencionado, generando de esta manera, una división del trabajo y posteriormente una división social. La división del trabajo, con el tiempo, fue adquiriendo una mayor complejidad, antes existían artesanos, zapateros, médicos, curanderos, entre otros oficios y cada quien realizaba plenamente su labor, actualmente esto ha cambiado mucho. Hoy día se ha dado una especialización, o mejor dicho, una atomización de cada labor, del trabajo¹², ahora los zapateros ya no se encuentran en todo el proceso, ya no necesitan saberlo, basta con que sepan clavar, todo lo demás lo harán diferentes personajes dentro del proceso industrializado:

“[...] la consecuencia de la división del trabajo, en que una actividad se divide en tantas minúsculas partes que cada especialista sólo necesita un mínimo de habilidad, tiende a abolir por completo el trabajo diestro, como atinadamente predijo Marx. El resultado es que lo comprado y vendido en el mercado del trabajo no es habilidad individual, sino «poder de la labor», del que todo ser humano posee aproximadamente el mismo.”¹³

De esta forma se ha perdido la mística del trabajo integral y con ello se ha generado una despersonalización, algo fuera de la línea natural, una falta de identidad con lo que hacemos, ya ni siquiera vemos todo el proceso, solo un fragmento de él y ni siquiera sabemos bien a donde va a parar.

Así, actualmente podemos ver que la gente, debido a estas nuevas divisiones sociales, tiene que trabajar de sol a sol para obtener lo necesario para vivir, cuando otro sector, puede dedicarse a leer muchos libros, incluso de otros países y escribir, puesto que sus necesidades básicas y secundarias se encuentran satisfechas y es aquí donde apreciamos nuevamente otra división, los que trabajan con sus manos y quienes lo hacen con la cabeza, es decir, un trabajo manual e intelectual.

¹² Esta especialización del trabajo hará que ciertas zonas corporales se desarrollen más que otras o al contrario, se atrofién, además de que una labor repetitiva y monótona repercutirá en fatiga laboral, estrés, cansancio psicológico, desvaloración personal, entre otras cuestiones puesto que la gente no puede proponer nada ante una dinámica así.

¹³ Arendt, H. (1993). La condición humana. España: Paidós, p. 104.

De esta manera las divisiones sociales de los diferentes grupos determinarán en gran medida su vivienda, su educación (tanto formal como informal), sus estilos de alimentación, tratos diferentes y por consiguiente, maneras de ver y vivir el mundo, creando entonces una construcción corporal muy particular, puesto que la gente que viva en lugares muy lujosos, o simplemente con todos los servicios necesarios (servicios sanitarios, etc.), en menor frecuencia presentará enfermedades de tipo infeccioso que comúnmente se dan en otros sectores donde los elementos sanitarios no se encuentran.

De esta manera Panyela nos dice que para realmente conocer a un pueblo y su cultura, es necesario tener una idea más o menos sintetizada de la organización de los elementos fundamentales de su sociedad, entre ellos: “[...] el individuo, la familia, los linajes, las asociaciones y sindicatos, la administración parroquial, de barrio o distrito, municipal, provincial, regional y estatal, los organismos políticos, económicos y culturales [...], la organización eclesiástica y otras instituciones más o menos especializadas, que, en conjunto, constituirán los elementos sociales de aquel pueblo en un momento determinado de su historia.”¹⁴ Pero además, existen otros factores, como la alimentación, sistemas de salud, vivienda, medios de entretenimiento, situación geográfica, políticas ambientales, calidad de los recursos básicos como el agua y los alimentos (si estos se encuentran modificados genéticamente o no), que debemos de estudiar a fondo para conocer no solo a un pueblo sino a su construcción en términos tanto sociales, como individuales, en la construcción de un sujeto y su cuerpo.

Pero es en el proceso evolutivo ya mencionado que podemos entendernos en relación con nuestro medio y rastrear la fuerza con que podemos incidir en él y éste en nosotros mismos, es decir, se genera un círculo, una retroalimentación, y si este se encuentra viciado, entonces los efectos no serán muy buenos y alentadores.

Un medio construido a base de teorías, de sometimiento, de miedos, de culpa, de una visión concebida en el seno cartesiano, lockeano, newtoniano, etc., generará ciertos

¹⁴ Panyela, A. y otros (1969). Razas Humanas. Barcelona: Editorial Ramón Sopena, p. 42.

estilos de vida, determinadas formas de ver y vivir el mundo, unas guiadas por la brújula de la modernidad, olvidando así el trazo natural de la vida, rigiendo una forma de construcción corporal, para lo cual será necesario entender un poco más sobre Descartes y su dualismo.

1.3 DUALISMO CARTESIANO Y SU EVOLUCIÓN

El dualismo cartesiano nos remonta a finales del siglo XVII, con la filosofía propuesta de Descartes, el cual abre una nueva forma de ver y vivir el mundo. El pensamiento cartesiano logra oponerse a la filosofía del momento, logrando así, por medio de un método racional, concebir al universo como una extensa máquina, incluso al mismo ser humano como una de ellas, solo que ésta es pensante. Todos los seres vivos son considerados como máquinas. Si el hombre es una entidad corpórea necesariamente tiene que ser como una máquina, una pensante. Así el pensamiento requiere de un espacio, y Descartes lo coloca en el espíritu logrando con ello dividir al ser humano en dos elementos, la sustancia pensante: espíritu, y la extensa: la materia¹⁵.

Pero es aquí donde juegan un papel fundamental los instintos, dentro del factor materia, puesto que estos pueden influir directamente en la parte incorpórea de manera determinante, al menos eso se decía. Las funciones superiores del alma como la inteligencia, la voluntad, el sentimiento, serán tan solo una prolongación de los instintos y se encontrarán a sus servicios, destinados a satisfacerlos, como si fuese tan solo una máquina, como un animal: de esta manera la moral, la libre elección quedan fuera del panorama humano.¹⁶

¹⁵ Ramos, S. (1940). *Hacia un nuevo humanismo*. México: Fondo de Cultura Económica, p. 6.

¹⁶ Este pensamiento se encuentra en constante evolución, cruzando por la teoría evolucionista de Darwin, entre otros, como Hobbes, quien reduce la mente a los movimientos internos del cuerpo, aplicando la mecánica a todas las áreas del conocimiento, reduciendo así todos los fenómenos a relaciones físicas, es decir, un concepto de hombre máquina. La teoría de Darwin nos plantea la teoría de la evolución, es decir, la selección natural, la ley del más fuerte y la deriva biológica es lo que marca el rumbo genético. Dichas teorías fueron trasladadas al plano social con el nombre de darwinismo social donde se plantea básicamente lo mismo, pero en el terreno humano, con las personas y grupos sociales, una competencia por la supervivencia, la ley del más fuerte, aunque ya se ha demostrado que la competencia es un camino de construcción individual, corporal, uno no muy recomendable, y la cooperación genera un cuerpo distinto. Los racistas creían que lo bueno se heredaba, pero podemos ver que esto no es cierto, puesto que grandes genios en la música, en física, etc. no tenían hijos genios, y por el otro lado, no venían de padres muy brillantes, lo cual demuestra que existen otros factores que intervienen en la formación del individuo, del sujeto, como lo es la

Samuel Ramos por su parte nos dice que de ninguna manera podemos dar razón a estas doctrinas que reducen toda actividad a los instintos, todo explicado a través de ellos, así los verdaderos motivos, según estas doctrinas, serán los sexuales, económicos o de poder (muy acorde con el pensamiento de Maquiavelo donde no importa lo que se tenga que hacer, todo lo que se haga es justificado por el fin.), así de esta manera, el error radica en sobrestimar el papel de lo inconsciente y desconocer la autonomía de la vida consciente¹⁷.

Por otro lado, parece ser, con estas visiones de Descartes y su contemporáneo, F. Bacon, que pretendemos escapar de la naturaleza (queremos controlarla, no queremos dejar nada a la deriva, debemos de tener la certeza, comprobar con nuestros ojos), de sus desastres y de sus consecuencias, pretendemos dominarla, levantarnos sobre ella y creernos superiores cuando esto no es así: “Tal vez el hombre aspiraba a levantarse por encima de la naturaleza en busca de un espacio más libre, pero lo cierto es que ahora sus espaldas se encorvan bajo el peso de un mundo complicado que no ha sabido dominar”,¹⁸ pero este fue el legado de la racionalidad.

Samuel Ramos dice que efectivamente nos encontramos influenciados constantemente por nuestra naturaleza, por los factores corporales, por nuestra parte material, por los factores económicos tan ampliamente abarcados por la propaganda socialista lo cual nos ha llevado a muchas crisis, pero que, sin embargo, también existen factores psicológicos de influencia decisiva en la crisis del hombre moderno, que requieren de una orientación espiritual para el restablecimiento del equilibrio¹⁹, y en este entendido la intuición jugará un papel primordial como guía durante ese proceso formativo, de construcción personal.

De esta manera podemos ver que nuestra sociedad actual es quien definitivamente ha caído en una crisis profunda racionalista y esto lo podemos ver en las construcciones

cultura. Así la cultura no determinará la evolución biológica: así como se transmite la herencia biológica, también se transmitirá la cultural, de manera similar, como un modelo.

¹⁷ Op. Cit., p. 51.

¹⁸ Op. Cit., p. 17.

¹⁹ Op. Cit., p. 11.

corporales que difieren a las de otros lugares donde no predomina el uso de la visión cartesiana, egocéntrica, antropocéntrica, eurocéntrica, individualista y materialista, por ejemplo, algunas zonas de la sierra de nuestro país, o incluso en el lejano Oriente. Así, “pienso, luego existo”, tuvo sus repercusiones cientos de años después, puesto que se creó una barrera interna entre la mente y el cuerpo.

Así, nuestra actual crisis occidental, y por ende, mexicana, tiene sus orígenes, además de la visión judeo-cristiana, grecorromana, cartesiana, también en John Locke, Bentham, Mill, Jevons, en la época colonial, incluso desde antes, pero nos detendremos en dichos procesos en su momento. Pero por ahora comencemos desde nuestro pasado próximo, el pensamiento racionalista occidental, para luego adentrarnos en nuestra visión prehispánica, su cosmovisión, en la intuición y las semejanzas del mundo oriental con éstas visiones ancestrales, puesto que éste pensamiento es el que ha marcado rumbo en nuestros procesos formativos occidentales. Pero iniciemos el recorrido.

1.4 RAZÓN Y VIDA COTIDIANA

La tendencia actual hacia el raciocinio ha provocado una seria inestabilidad entre el pensamiento, el sentimiento, entre las sensaciones, las emociones y nuestro cuerpo. Ahora ya no podemos entender a nuestras emociones o lo que sentimos, ya no es posible entendernos a nosotros mismos puesto que se ha ido perdiendo el contacto con nuestro interior. Creemos que amamos u odiamos, pero esto es tan solo una ilusión. Dichos sentimientos tienen un origen socio-histórico-cultural; los adoptamos como nuestros, sin entender verdaderamente todo el proceso, sin hacer contacto con lo que realmente podemos sentir sobre algo o sobre alguien.

La sociedad en la que vivimos nos ha dado nuevos estilos de vida, los cuales se encuentran inmersos en la egolatría, en el hedonismo, en el uso excesivo de la tecnología y de la razón, en ambientes artificiales que nos separan de la naturaleza y sus bondades, en el pasado o el futuro, olvidando así parte de lo que somos:

“A medida que nos alejamos de nuestro entorno por la influencia de la alta tecnología, perdemos el contacto con los sentidos y la intuición. Nos bombardean continuamente con estímulos que nos inducen a desechar gran parte de la información que recibimos. Por otro lado, estamos sometidos a la influencia de la sociedad, que, a través de las convenciones y del lenguaje, determina lo que se acepta como «real»”²⁰

La filosofía occidental racionalista puso su grano de arena e impregnó las diversas manifestaciones de nuestra sociedad, logrando con ello colocar la mirada del espectador fuera de sí mismo, impidiendo así su pleno desarrollo:

“La visión filosófica que ha separado intuición y razón encaminó al ser humano a poner la mirada en algo fuera de él mismo, articulado al exterior por medio del pensamiento, impidiendo que la profundidad de la conciencia aflorase, de tal manera que se bloqueó la entrada al horizonte en el que el ser humano cuestiona su propio ser interior.”²¹

Así, de esta manera, es nuestra cultura la encargada de transmitir las ideologías, las costumbres, ritos, políticas, y proponer las enseñanzas de todo un pueblo o una nación. Todos estos aspectos se verán incrustados en las psiques de los “cuerpo-sujetos”, desde su concepción hasta su muerte. Y es así, a través de estos ojos, los de la religión, la cultura, la economía, la política, el arte, la ciencia, la familia, es que miraremos este mundo, de un modo predominantemente racional.

“Los hábitos, costumbres y creencias se ligan a nuestra percepción de la realidad, la cual, desde los primeros días de vida, se establecen por medio de la sensibilidad y de los sentimientos derivados del uso de nuestros sentidos desarrollados en la familia.

²⁰ Day, L. (1997). La intuición eficaz: Claves para recuperar nuestro sexto sentido. México: Ediciones Martínez Roca. p. 73.

²¹ Durán, N. (2004). Cuerpo, intuición y razón. México: CEAPAC. P. 23.

Más adelante, en los espacios escolares y laborales, el sujeto aprenderá a usar la razón para tener acceso a otros hábitos y costumbres, pero los hábitos y creencias nutren al cuerpo de datos que entran a los órganos por la ventana de los sentidos y pueden asomarse, a su vez, por las ventanas del cuerpo: los ojos, la lengua, la nariz, los oídos y la piel.”²²

Constantemente nuestra intuición nos dice que hacer, nos da señales de por donde podemos dar el siguiente paso, nos dice sobre nuestras relaciones familiares, de pareja, laborales o sobre ciertas amistades. Solo que, como hemos sido educados bajo otra lógica, bajo una educación racionalista, nos es difícil escucharla, y si lo hacemos, no la tomamos en cuenta. “Recibimos señales de forma continua, pero nuestra educación cultural nos impide verlas. Cuando captamos una idea no nos atrevemos a dar el siguiente paso para hacerla tangible. Incluso tenemos que programar los momentos para percibir lo que sentimos.”²³

Solo cabe recordar que todas estas formas de educación (tanto formal como informal) se encuentran altamente influenciadas por el pensamiento racionalista, materialista, capitalista, individualista, y es así que lo objetivo, lo visible, lo tangible es lo que cuenta y lo demás, lo irracional, la intuición, las sensaciones, etc., no son tomados en cuenta. De esta manera, la educación de nuestra cultura se encontrará cargada de una visión positivista, racional, monista, neoliberalista, y dirigirá los cuerpos y mentes de todos los enlistados en sus filas.

La manera en como hemos sido educados ha transformado radicalmente nuestras vidas, incluso nuestros cuerpos, puesto que ellos son un documento vivo que nos hablan de nuestras emociones, sentimientos, razones, intuiciones, es decir, somos una unidad y lo que afecte a una parte, alterará la armonía de todo el cuerpo-sujeto. De esta manera, una educación predominantemente racionalista, egocéntrica, antropocéntrica y eurocéntrica, como la nuestra, afectará directamente los ritmos de nuestros cuerpos, sus voces, sus

²² Durán, N. (2008). La artritis: Una enseñanza corporal. México. CEAPAC. P. 63.

²³ Day, L. (1997). Op. Cit. p. 81.

estructuras, incluso las formas de amar, de desear, de llorar y de reír, quebrantando la armonía natural de nuestro ser y dejando lugar a lo superfluo.

“En dicha armonía, ha irrumpido la visión occidental que impera en nuestra sociedad, la cual pone el acento más en una parte de esa unidad que en la otra. La perturbación del equilibrio entre razón e intuición ha llevado al hombre a sufrir físicamente por ello [...]. Esto se advierte cuando las cosas necesarias para la vida, incluso los sentimientos y conocimientos pierden su utilidad frente a los problemas personales de mayor importancia, como la enfermedad, la nihilidad o la muerte”²⁴.

El equilibrio dado naturalmente ha tomado otro matiz, es por ello que necesitamos recobrar dicho sentido ya que nuestras sociedades, la naturaleza y nosotros mismos estamos sufriendo las consecuencias de esta visión heredada desde hace tantos siglos. Y es a través de la intuición, la razón y el cuerpo en unidad que podremos optar por nuevas alternativas, otras formas de pensamiento y de conciencia, unas de carácter holístico.

“La participación de la intuición y la razón existe en cada ser humano. La unidad entre interior y exterior es fundamentalmente el proceso creador en relación con su entorno, es la manifestación de un pensamiento completo e integral, de un equilibrio en el cuerpo entre vida y muerte, ambas manifestadas en el cuerpo, y éste en relación con los ritmos de la vida entre el hombre y el universo”²⁵.

De esta manera podemos ver que en la construcción de nuestro pensamiento actual, el occidental, existen dos ejes principales, uno es la individualidad, la autonomía, las decisiones a través del yo, el egocentrismo, el hombre como la medida de todas las cosas, es decir, el antropocentrismo y la egolatría, y por otro lado la utilidad que le puede ofrecer el mundo, su acción sobre él y todo lo que éste contiene. Una visión de esta magnitud nos

²⁴ Durán, N. (2004). Op. Cit. P. 19-20.

²⁵ Durán, N. (2004). Op. Cit. P. 21.

enseña a desconfiar, a creer solamente en lo objetivo, en lo real, creando así una visión no totalitaria, sino fragmentaria, una visión racional utilitarista.

“En definitiva, aprendemos a desconfiar de nuestra intuición. Ya a una edad temprana comenzamos a juzgar la información desde un punto de vista objetivo y a rechazar lo que la sociedad no considera pertinente o real. Con los años, esta censura mental se convierte en un proceso subconsciente de carácter mecánico. Si ha reprimido su capacidad intuitiva desde la infancia, lo primero que debe hacer es reconocer sus percepciones”.²⁶

Esta fragmentación que actualmente vivimos entre razón, intuición y cuerpo se ha dado debido a todo un proceso histórico social que el hombre ha generado, por diversas circunstancias, pero es él quien puede y debe reparar el daño.

“Toda división o ruptura entre razón e intuición introduce un elemento de diversidad y desorden [...]. El problema de la separación de la razón y la intuición se debe al hombre mismo y, por ello, sólo el hombre puede remediarlo. El cuerpo se aparece como la posibilidad para lograrlo.”²⁷

Sin embargo existen otras visiones como las orientales y las comunidades indígenas de nuestro país (y de otras naciones) que logran ver de manera articulada todo el proceso de desarrollo del ser humano, el ambiente, la tierra, y el universo, es decir, el micro y el macrocosmos.

“En las sociedades orientales esta articulación puede verse pues están de acuerdo en que el ser humano es la unión del cielo y de la tierra, del frío y del calor, del varón y de la mujer, visión parecida a la que sostenían las tribus prehispánicas en México.

²⁶ Day, L. (1997). Op. Cit. p. 69.

²⁷ Durán, N. (2004). Op. Cit. P. 22.

En contraste, para las sociedades que se han adherido a la visión occidental de la razón científica –como México después de la Conquista, que se sumó al principio del ‘borrón y cuenta nueva’- sólo importa la materia, es decir, la vida surgida sólo a partir de la unión del óvulo y el espermatozoide, sin tomar en cuenta la energía cósmica”.²⁸

La visión positivista que actualmente domina ha optado por otras vías de conocimiento, se ha dedicado a ver lo palpable, lo que se pueda medir, comprobar o experimentar y dicho camino es muy respetable, puesto que ha dado respuesta a muchas inquietudes, solo que ahora es tiempo de agregar un renglón más a la trama de la vida.

Los métodos creados y popularizados por los griegos (que hoy día vemos y vivimos cotidianamente en nuestra nación) también fueron de gran utilidad en el desarrollo humano, puesto que son intuitivos, solo que en cierta medida. El método socrático es un ejemplo, ya que a través de la interrogación, del cuestionar lo establecido, del cuestionar la inercia de la vida artificial y de las ideas, se busca un conocimiento más allá de lo establecido por la sociedad y sus pensadores y esto, en cierta medida, es intuitivo. Solo que no podemos quedarnos en este plano, tenemos que dar un salto y confesar que la razón no solo se encuentra en el terreno mental, así como la intuición, éstos dos se encuentran enraizados en el cuerpo y es ahí donde se manifestarán sus querellas o cooperaciones.

La herencia de nuestro actual pensamiento, la podremos así rastrear desde los griegos, pasando por los romanos, por una Iglesia Católica y por todo un conjunto de acontecimientos político-económico-sociales que marcarán el rumbo de nuestras emociones, de nuestras maneras de pensar, sentir y vivir. Es así que la razón no será el único factor que marcará nuestras vidas, sino toda una compleja trama socio-histórico-cultural.

²⁸ Durán, N. (2008). Op. Cit. P. 26.

1.5 RAZÓN Y EL PENSAMIENTO OCCIDENTAL

Un largo y doloroso camino fue iniciado hace miles de años, uno muy sinuoso, problemático y bello al mismo tiempo; concretamente con los filósofos griegos, incluso, mucho antes que ellos. Pero para entender un poco más nuestro actual proceso, debemos comenzar con ellos, puesto que nuestro actual pensamiento está regido en gran medida por su influencia, y en la retahíla de modificaciones que se haría a su pensamiento. Es decir, nuestra herencia es grecorromana, pero también es judeocristiana.

Entender que los griegos implantaron valores que vivimos hoy día, incluso miles de años después de que fueron creados²⁹, nos pone a pensar seriamente sobre el papel de la historia y sus logros en la comprensión de nuestro actual vivir. Los griegos, algunos de ellos, planteaban generalidades a manera de explicar el mundo, esclarecedores universales, puesto que su tarea era dar una explicación satisfactoria de la vida humana³⁰. Los griegos crean un estilo de pensar, una manera de acercamiento con el mundo puesto que quieren entenderlo, ya que, quieren entenderse a sí mismos. En este entendido de dar explicaciones sobre el mundo, el universo griego estaba constituido por el amor, el odio, la unidad y la multiplicidad, las ideas de lo Bueno, lo Bello, lo Justo. Estos valores morales y estéticos eran absolutos, se creía. Así, personajes como Platón, Sócrates y Aristóteles, a través de sus pensamientos, marcarían un rumbo muy definido en nuestra actual visión.

En este sentido tenemos que los pensadores y filósofos griegos se valieron de antiguos mitos para intentar comprender el mundo que les rodeaba y así como lo hizo Platón y Sócrates, Tales, Anaximandro y Anaxímenes, los tres de Mileto (durante el siglo VI a.C.) comenzaron a fusionar la mitología contemporánea (lo irracional) con sus observaciones personales de la naturaleza, generando cambios en la óptica de entender al mundo, naciendo así el arte filosófico. De esta manera su tarea consistía en descubrir

²⁹ Así, en la línea del tiempo nos encontramos con pensadores tales como Sófocles, Eurípides, Esquilo (los grandes trágicos griegos) que exploraron valores tales como astucia, fuerza, valor, nobleza y lucha por la gloria, mismas que plasmaron en sus obras y las transmitieron de generación en generación, valiéndose de mitos antiguos y modelando la moral de su tiempo.

³⁰ Dicha tarea, la de dar explicaciones sobre el entorno, nace miles de años atrás, y la podemos rastrear anteriormente en los mitos que se tenía sobre el mundo, su creación y sus fenómenos.

principios fundamentales que gobernarán la naturaleza y constituyeran su sustancia básica. Esta unión entre la mitología y la observación, nos menciona Richard Tarnas no tardaría mucho en disolverse, permaneciendo y prevaleciendo el razonamiento (la razón) y la observación. Antes de esto, naturaleza, divinidad y mitología se encontraban estrechamente entrelazadas, permaneciendo dicho ideal por mucho tiempo, a través de los primeros filósofos griegos. Posteriormente esto cambió. El análisis crítico de la mente humana (el racionalismo, el empirismo, etc.) ganará nuevos terrenos desplazando a la mitología como una forma de explicación del mundo.

Parménides logra dar un gran salto basándose en una lógica racional puramente abstracta, tal como lo dice Richard Tarnas, porque desconfiaba de los sentidos, surgiendo así una lógica deductiva sin igual. La realidad es inmutable y unitaria, lo que *es*, no proviene de la nada y tampoco puede convertirse en nada. Nuestros sentidos nos engañan. De esta manera, estos nuevos cuestionamientos exigían distinción “entre lo real y lo aparente, entre la verdad racional y la percepción sensorial y entre el ser y el devenir”³¹. Así Parménides pone de relieve la superioridad de la razón humana como conocedora de la realidad, no así los sentidos, puesto que éstos nos engañan. Él dice que la realidad es *una*, inmóvil e inmutable, pero como nuestros sentidos dicen lo contrario es necesario no confiar en ellos y sí en la razón humana.

Generaciones posteriores a Parménides darían un gran paso adelante al decir que efectivamente había algo constante, que existían elementos fundamentales que, en combinación, generaban cambios, pero que éstos permanecían inmutables. Asimismo existían fuerzas que forjaban esos cambios. De esta manera, fue Anaxágoras quien propone una nueva visión de las fuerzas generadoras del cambio, ya no sería el amor y el odio los causantes de las transformaciones, tal y como lo dijera Empédocles (agua, tierra, fuego y aire, elementos radicales últimos reunidos y separados por el amor y el odio), ahora propondría una *mente primordial trascendente* (el *nous*) que ponía en movimiento al universo material, es decir, le daba orden.

³¹ Tarnas, R. (1991). La pasión de la mente occidental. España: Atalanta. Pp. 45.

Demócrito y Leucipo (los atomistas) propondrían por su parte una visión atómica, una donde los átomos (la parte más pequeñas de la materia, indivisible) en sus múltiples combinaciones producían los fenómenos del mundo visible. Éstos no eran movidos por el *nous*, sino por el *ananké*, es decir, el azar de la necesidad natural. Así el atomismo eliminó lo mitológico, desechando lo divino, lo subjetivo, lo intuitivo y los deseos humanos, la voluntad, entrando en un terreno más racional. En este sentido no se podía confiar en otra cosa que no fuese la mente humana como un medio de acceso a la verdad. Ante este escenario, la escuela de Pitágoras fue una excepción, puesto que mientras se conservaba el carácter mitológico y religioso, se buscaba un camino científico. De esta manera las matemáticas, la armonía musical, los movimientos planetarios (astrología y astronomía) y los Dioses estaban estrechamente entrelazados y la educación pitagórica estaba encaminada a que el alma humana se asimilara al alma del mundo³². De este modo, para Pitágoras y sus seguidores, la comprensión científica del universo era una ruta directa para la iluminación, la del espíritu, para un acercamiento íntimo con el propio ser. Con Tales, Anaxágoras, Demócrito, Leucipo y otros, la ciencia natural creció paralelamente a un racionalismo cada vez más escéptico: “Con el advenimiento de la razón, todo parecía abierto a la duda; en realidad, todos los filósofos posteriores ofrecieron soluciones diferentes de las de su predecesor”³³. Así se irán dando grandes pasos hacia un nuevo racionalismo, hacia la era de la razón.

En este sentido era necesario liberarse prontamente de “temores supersticiosos” y creencias religiosas para poder “intuir” el auténtico orden de las cosas, uno racional. Pero sucedió que cuanto más se avanzaba en el camino de la razón, nuevas confusiones surgían y se extraviaba más el camino intuitivo.

La Atenas del siglo V a. C., la primera metrópoli griega, dio un gran impulso a las dos corrientes en boga, la mitología tradicional y el reciente racionalismo. Fue con los sofistas de esa Atenas, que surgía un nuevo movimiento masificador, donde éstos eran contratados por el pueblo para compartir sus conocimientos intelectuales y preparación,

³² Op. Cit. Pp. 48.

³³ Op. Cit. Pp. 49.

puesto que el nuevo estado ateniense exigía una mejor educación y dicho papel recaería en ellos. En este entendido, comienza una nueva era de educar al pueblo a través del discurso racional, filosófico. Con ellos se da un cambio radical, ahora el hombre será la medida de todas las cosas, desplazando así a las religiones tradicionales, las místicas (heredadas de los antiguos indoeuropeos y grecoparlantes) y a la naturaleza. Ahora solo contarán los juicios personales sobre cuestiones de la vida cotidiana, cuestiones prácticas. Por otro lado Protágoras, un afamado sofista, contextualiza al sujeto y dice que la verdad no es absoluta, sino relativa, que ésta depende de las circunstancias, del espacio y el tiempo. Así, ellos pugnaban por la practicidad, por la utilidad de los juicios personales en la vida cotidiana, siendo inútil todo aquel conocimiento mítico-religioso. Los sofistas sostenían que cada persona tenía su propia experiencia y por lo tanto su propia realidad, así lo objetivo no era posible, entonces se debía poner atención a la subjetividad, puesto que solo se conocen probabilidades, no hay verdades absolutas. De esta manera la persona solo podía conocer “los contenidos de su propia mente”³⁴. Los sofistas proponían la aplicación del racionalismo ya no solo al mundo físico, sino en el terreno humano, a la ética y a la política, generando con ello un gran distanciamiento entre el hombre y la naturaleza, ellos serían los primeros filósofos en hablar primordialmente sobre el hombre. El pensamiento contextual de éstos filósofos nace de la evidencia de informes de viajeros, lo cual los llevó a confirmar que no había absolutos y que cada pueblo tenía sus mitos y sus creencias religiosas, por lo tanto no había nada absoluto, total, no había una estrecha relación entre un mandato divino y la naturaleza. Así los sofistas ponían énfasis en el uso de la razón, en la educación personal a través de la retórica, la música, historia, ética, matemáticas, entre otras actividades prácticas para la vida cotidiana, dejando de lado la mitología y la religión.

Sócrates, contemporáneo de los sofistas, adoptó el mismo escepticismo e individualismo que ellos. Él impulsó a todo aquel con quien conversaba a encontrar una comprensión más profunda de una “buena vida”. Así la autocrítica racional era el camino a seguir. Sócrates estudió todas las corrientes de su época, pero quedó insatisfecho. El “cómo se debe vivir, y cómo pensar con claridad acerca de cómo vivir, se convirtió en su

³⁴ Op. Cit. Pp. 54.

preocupación dominante”³⁵. Su visión pragmática se acercaba a la de los sofistas, solo que éstos últimos buscaban el éxito en un mundo donde la moral y el conocimiento eran relativos. Sócrates criticó dicho camino. Él buscaba superar los supuestos heredados que nublaban la verdadera naturaleza (el sostenía, a diferencia de los sofistas que decían que el auténtico conocimiento era inalcanzable, que dicho saber aun no había sido alcanzado) de lo que debía ser un humano. Para alcanzar un verdadero desarrollo, decía, necesariamente se debía de tomar en consideración “la realidad más íntima del ser humano: su alma o psique”³⁶. Sólo a través del autoconocimiento de nuestra propia psique o alma se podría acceder a la verdadera felicidad, la cual se consigue viviendo una “buena vida para el alma”³⁷. De esta manera, el saber qué es bueno para el alma (la propia) encaminará los actos del hombre, no sobre convencionalismos u opiniones públicas, sino sobre un verdadero conocimiento interior.

Sócrates desarrolló así su famosa dialéctica de razonamiento, esencial en el pensamiento occidental, la cual consistía en el razonamiento a través del diálogo que pretendía demostrar falsas creencias y revelar la verdad. El conocimiento era algo que se tenía que buscar, no algo que fuese dado por alguien más. En este entendido su método era activo, no pasivo, era contemplativo y cuestionaba (en cierta medida, intuitivo). Sócrates decía que algo es bello porque corresponde a una esencia arquetípica de belleza, no humana, una esencia absoluta (cuestión totalmente opuesta a la de los sofistas), perfecta e intemporal, no accesible a los sentidos, sino al “intelecto”, naciendo así las Ideas eternas: “el Bien absoluto, la Verdad absoluta, la Belleza absoluta, etc.”³⁸. De esta manera el maestro Sócrates nos hablaba del *pensamiento* como un factor fundamental de la vida y la espiritualidad, y es solo a través de éste que el alma puede descubrirse a sí misma y al significado del mundo.

³⁵ Op. Cit. Pp. 59.

³⁶ Op. Cit. Pp. 60.

³⁷ Op. Cit. Pp. 61.

³⁸ Op. Cit. Pp. 65.

Por su parte, Platón vio en Sócrates la encarnación de las máximas universales, es decir, la bondad y la sabiduría. Éste retomó varias palabras y enseñanzas de su maestro Sócrates y continuó con ellas, realizando ciertas modificaciones.

“Para Platón, la realidad última no sólo es de naturaleza ética y racional, sino también estética. Lo Bueno, lo Verdadero y lo Bello están efectivamente unidos en el supremo principio creador, que al mismo tiempo rige la afirmación moral, el rigor intelectual y el arrebató estético”³⁹.

En este sentido existía un determinado valor universal que regía nuestro universo. Así, nuestra labor, o la del filósofo, es la de retornar a estos estados primordiales, es decir, el Eros (entendido como una búsqueda, una añoranza por la unidad anterior, por el estado primero, tratando de superar la división o fragmentación de lo divino y volver a formar una unidad), logrando recuperar la unión perdida con lo eterno. Para ello, nuestra alma posee ese conocimiento, el de las verdades, de la bondad y la sabiduría, solo que lo hemos olvidado, según Platón. La tarea del filósofo es hacer recordar a la persona, cualquiera, sobre las Ideas trascendentes, recordar el origen. Así, Platón crea el mito de la caverna, el cual, como su nombre lo indica, nos habla sobre una caverna y su semejanza con nuestra vida. Vivimos como en una de ellas y lo que vemos en ella solo son ilusiones, oscuridad, reflejos de la realidad, pero no la realidad, y para salir de esta *oscuridad mental* es necesario un arduo trabajo intelectual y moral, siendo este primero (el intelectual) considerado como la parte superior del alma. Así, las armas fundamentales para Platón son la dialéctica y el *intelecto intuitivo*; ambos requieren disciplina.

Platón con su mundo de las Ideas implanta arquetipos de Belleza, así algo es bello en la medida en que la Forma corresponde al arquetipo de Belleza, al mundo de las ideas, de los universales, de eso que es capaz de explicar el mundo, el nuestro. Así los modelos o arquetipos se encontrarán en el mundo de las Ideas y la aproximación de la Forma a dicho elemento le dará cierto valor. Sócrates había tratado de encontrar algo en común a todos los actos virtuosos, así algo debía ser “bueno” independientemente del contexto, es decir, debía

³⁹ Op. Cit. Pp. 70.

existir un “bueno absoluto” con el cual poder comparar todos nuestros actos, evitando así, relatividades. De esta manera, Sócrates y Platón sostenían conceptos universales de justicia y bondad, que facilitaban el acceso a una vida virtuosa, una ética auténtica, una no contextual, es decir, nuevamente, evitando relativismos amorales.⁴⁰

En este entendido, la tarea del filósofo era moral y científica, a saber, entender al hombre y a la naturaleza, su orden. Pero es interesante observar que estos arquetipos no podían ser vistos solamente a través de los sentidos, éstos se revelaban más a la percepción interna que a la externa, es decir, a la mirada penetrante del alma, el “intelecto iluminado”⁴¹. Así, solamente con la mente activa o *intuitiva* se puede tener acceso a estas verdades universales, a estos arquetipos. Así, intuición y espiritualidad se encontrarán estrechamente entrelazadas y no habrá una frontera que las delimite. Los antiguos griegos decían que nuestros sentidos no eran confiables puesto que cambiaban constantemente, de un estado de ánimo a otro, de un estado de salud a otro, de una persona a otro y por lo tanto no podíamos fiarnos plenamente de ellos. Nace así una necesidad de implantar una concepción sobre universalidades, sobre entes fijos que no cambien de una persona a otra, naciendo así las Formas trascendentales, que en resumidas cuentas, son arquetipos, es decir, Ideas puras, pero dicha concepción, el de Idea, según Platón, no es creación humana, sino del universo. Platón consideró que sin su sistema de Ideas el conocimiento humano y la actividad moral humana no tendrían fundamento, menciona Tarnas. Platón consideró algunas jerarquías principales de Ideas tales como el Bien, lo Uno, la Existencia, la Belleza y la Verdad, considerando que son éstas, las Ideas, las que constituyen lo tangible y solamente el intelecto en su estado más elevado, el intuitivo, es capaz de revelar la verdadera estructura de todas las cosas, de las Ideas que sustentan la realidad. Por otro lado, Platón, haciendo gala histórica, retomó ciertas figuras ancestrales, como las de Homero (siglo XVIII a. C.), el cual a su vez resonó generacionalmente de grupos indoeuropeos y grecoparlantes establecidos a las orillas del mar Egeo 2,000 años a. C. Así, como vemos, el proceso fue paulatino, las ideas fueron evolucionando de generación en generación, llegando a las manos platónicas y de ahí en adelante a las futuras generaciones.

⁴⁰ Op. Cit. Pp. 29.

⁴¹ Op. Cit. Pp. 30.

Platón, al igual que Sócrates, busca el conocimiento desde dentro, no lo concibe como algo exterior “[...] la educación es un proceso a través del cual la verdad no se introduce en la mente desde fuera, sino que es «extraída» del interior. Así, pues, la mente encuentra revelado dentro de sí misma tanto el conocimiento de su propia naturaleza como del universo, conocimiento que de lo contrario queda oculto por las oscuridades de la existencia mundana”⁴². Pero, como podemos ver, la filosofía platónica era racionalista primordialmente. La razón divina es la que ordena y mueve al mundo. Para Platón, lo irracional se asociaba con lo instintivo, la materia, el mundo sensible (es decir, accesible a los sentidos), mientras que lo racional al alma, lo trascendente y espiritual. *Ananké* era lo irracional, siendo éste un impulso para acceder a lo racional.

Heráclito, por su lado introduciría su *logos* (palabra, lenguaje o pensamiento) para “designar el principio racional que gobernaba el cosmos”⁴³, es decir, un principio universal semejante al anterior *nous* de Anaxágoras.

Pitágoras buscaría por su lado la iluminación del alma. Ésta se daría entendiendo el significado del cosmos a través de la *comprensión numérica*, de entender *intelectualmente* las configuraciones matemáticas que rigen al universo. Así y solo así, si entendemos al Universo, entendemos nuestro micro-universo. Nuevamente, podemos ver con Pitágoras que el camino es el intelectual y el moral. Platón nos dice lo mismo: “descubrir el *Kosmos* en el mundo era desvelar el *Kosmos* en la propia alma”⁴⁴. Así en la vida intelectual del hombre se revelaba el espíritu del mundo.

Platón coincidiría con Pitágoras al hacer un serio énfasis en el estudio del movimiento de los astros, puesto que ahí veía la manifestación de la razón divina, el *nous*, en el universo, en el cielo y sus movimientos.

⁴² Op. Cit. Pp. 72.

⁴³ Op. Cit. Pp. 75.

⁴⁴ Op. Cit. Pp. 77.

En este entendido, el *logos* y el *nous* formarían piezas primordiales en el pensamiento posterior, incluso hasta el de nuestros días. El *logos* y el *nous* fueron entendidos posteriormente como “mente, razón, intelecto, principio de organización, pensamiento, palabra, lenguaje, sabiduría y sentido”⁴⁵ tanto en la relación humana como con la inteligencia universal. Así el *logos* se convertiría en el medio por el cual la inteligencia humana podría acceder a una comprensión del universo, ya no el mito. Pero dicha comprensión sería estudiada desde diferentes ángulos. Así, como ya se ha mencionado, Platón y Pitágoras buscarían una relación entre los cielos, los astros y nuestro propio universo, es decir, las personas. El orden del cielo, del espacio, demostraba para Platón una Razón divina, una perfección inteligible para el ser humano. Así, entendiendo el orden divino, el filósofo podría alinear su vida con dicho orden, uno perdido, y así despertar la propia sabiduría, la del alma. De esta manera la investigación científica tendría una importancia religiosa, puesto que entendiendo el orden y los movimientos de los astros, de forma numérica, se podría acceder al conocimiento divino. Asimismo, el método para acceder a las Ideas era un salto intuitivo de aprehensión inmediata, es decir, “el conocimiento previo del alma inmortal”⁴⁶.

En este entendido se hizo necesario la ciencia y sus métodos para poder alcanzar un verdadero conocimiento, uno metafísico que, a lo largo de los años, sufriría serias modificaciones y fines. En esos años se buscó el estudio en astronomía y matemáticas para poder comprender el orden divino, la inteligencia divina plasmada en el cielo.

Posteriormente Aristóteles, discípulo durante 20 años de Platón, retomaría sus ideas y las trascendería en el tiempo y el espacio, puesto que sus ideas serían el modelo a seguir por parte de filósofos, religiosos y científicos occidentales. Aristóteles, a diferencia de su maestro, consideraba el mundo empírico como “algo real en sí mismo”⁴⁷. Así Aristóteles consideraría que la verdadera realidad no residía en el mundo de las Ideas platónicas, sino en el mundo que podemos percibir, el de los objetos concretos. Ahora se comenzaría a dar un vuelco radical a las Ideas de Platón, ahora serían consideradas un error. Aristóteles daba

⁴⁵ Idem.

⁴⁶ Op. Cit. Pp. 85.

⁴⁷ Op. Cit. Pp. 87.

una importancia primordial a lo particular, decía que lo universal era menos real (opinión totalmente opuesta a la de Platón y Sócrates). Platón, por su lado, desconfiaba de los sentidos y del conocimiento obtenido a través de ellos, pero su discípulo opinaba diferente, puesto que éste decía que el conocimiento adquirido derivaba de la percepción de los particulares, de lo concreto, almacenando experiencia que se puede comparar, contrastar, calcular, reflexionar sobre ella, analizar, etcétera. Así el conocimiento de nuestro mundo lo adquirimos a través de la percepción sensible⁴⁸. Con ello, Aristóteles desarrolló un empirismo que atravesaría el tiempo, puesto que sus postulados, junto con el racionalismo posterior sería la base fundamental del pensamiento occidental y su ciencia.

Aristóteles consideró a la mente como algo activa, divina e inmortal. Estos aspectos de la mente proporcionarían la base de la capacidad intuitiva para aprender las verdades universales. Con él, la confianza en el pensamiento humano para acceder y entender racionalmente el mundo, alcanzó un papel primordial.

Aristóteles con su empirismo y naturalismo acabó con las intuiciones inmediatas de Platón y su acceso a la realidad espiritual por dicho medio. Él no buscaba generalidades, absolutos, ni determinar la naturaleza de la virtud absoluta, sino buscar ser una persona virtuosa, así se evitaban definiciones finales. Él buscaba soluciones prácticas a problemas específicos. El objetivo de la vida era la felicidad y solo se podía alcanzar mediante elecciones racionales en situaciones específicas, donde la virtud era el punto medio entre los dos extremos: exceso y carencia. Aristóteles retomó la fuerza de la razón que fabricaron sus antecesores, Sócrates y Platón, y la aplicó a los fenómenos del mundo, es decir, retomó la sentencia platónica de la comprensión del mundo a través del intelecto humano, nos menciona Tarnas.

De esta manera, tal como nos dice Richard Tarnas, una de las máximas del pensamiento griego sería: El verdadero conocimiento humano sólo podrá obtenerse mediante el empleo riguroso de la razón humana y de la observación empírica.⁴⁹

⁴⁸ Op. Cit. Pp. 91.

⁴⁹ Idem.

Más adelante, como podremos ver, el pensamiento occidental griego sería retomado por los romanos y diseminado por todo el mundo, de esta manera, el logos, la razón humana, el intelecto, serían fuente de inspiración para el occidental. Así, Alejandro Magno, alumno de Aristóteles, esparciría la semilla griega por todo el mundo occidental, a través de sus conquistas. Fue él quien promulgaría la cultura a través de las bibliotecas y academias localizadas en las grandes ciudades. Los romanos tomarían de modelo a los griegos.

En este nuevo orden romano, la necesidad filosófica no estaba ya encaminada a la comprensión del mundo, de la metafísica, sino de la búsqueda de una estabilidad humana, de “un sistema estable de creencias y una cierta paz interior ante un medio hostil y caótico”⁵⁰. Fue así que los romanos se refugiaron en los estoicos. Para éstos últimos toda la realidad reflejaba una fuerza divina e inteligente, el *Logos* o razón universal, le daba orden a todo y el hombre podía alcanzar plena felicidad si se alineaba con dicho orden.

Por otra parte, el concepto griego de kosmos fue muy visionario, puesto que para ellos era un “universo inteligentemente ordenado, coherente e interconectado, donde el hombre era parte integral del todo”⁵¹. Desgraciadamente, con el tiempo, dicha concepción tomaría otras significaciones, unas radicales y positivistas.

El *logos* y la racionalidad griegos jugarían un papel fundamental en la estructura del nuevo imperio romano y su constante evolución. Así, estos elementos se internarían esencialmente en la vida romana, en el aspecto jurídico, comercial, legal, en el derecho y todo el posterior desarrollo occidental, nos dice Tarnas.

Durante el desarrollo romano, la mística griega, a pesar de haberse infiltrado en las venas romanas, fue perdiendo terreno debido a la intensa actividad militar y comercial y su falta de tacto a las cuestiones trascendentales y metafísicas. Así la fe en el progreso humano declinó casi hasta desaparecer durante el gran Imperio Romano. Durante su

⁵⁰ Op. Cit. Pp. 112.

⁵¹ Op. Cit. Pp. 120.

convivencia con el imperio, la filosofía griega adoptó nuevos matices que serían transmitidos de generación en generación.

Pero la filosofía griega y el imperio romano no serían los únicos en trascender hasta nuestros días y marcar el rumbo de nuestras vidas, de nuestras formas de ver y vivir el mundo. El cristianismo, por su parte, influyó sobremanera en el mundo occidental, en su ciencia, arte, filosofía y su pensamiento en general, es decir, en su vida. En este momento se da una mutua influencia por parte del pensamiento griego clásico y el nuevo cristianismo, cuestión que será de vital importancia en el posterior pensamiento occidental. Fue así que muchos cristianos comenzaron a ver a la filosofía griega no como un enemigo a vencer, sino como un aliado, como una herramienta explicativa de su propia fe, una racional. Pero revisemos brevemente este proceso.

Los nuevos cristianos, formalmente consolidados durante el concilio de Nicea en el año 325 d.C., advirtieron la consagrada y consolidada filosofía griega, integrándola, por dicho motivo, a su reciente visión cristiana. Dicha integración tuvo otra intención, como nos lo comenta Richard Tarnas, facilitar la comprensión cristiana por parte de la cultura grecorromana, además de las ideas afines por parte de ambas corrientes. Fue así que, a lo largo de varios siglos, la religión cristiana se nutrió de la filosofía griega y se fue consolidando como todo un órgano religioso, una teología sistemática, cuyos cimientos primeramente fueron platónicos, posteriormente aristotélicos. De esta manera los cristianos vieron encarnada la filosofía clásica, el *logos* griego se hizo carne en Jesús, en Cristo, como la razón divina.

Para ello, Sn. Agustín de Hipona coloca su grano de arena. Él admiró a Plotino, quien a su vez era fiel admirador de Platón y de esta manera Sn. Agustín de Hipona ancló las Formas e Ideas platónicas a la religión cristiana. Posteriormente muchos serían los elementos retomados de los griegos para la explicación de una fe y para su mayor aceptación por parte del pueblo grecorromano. La razón cobró un nuevo sentido. Bajo esta nueva ley cristiana, es decir, un solo Dios, se intentó acabar con toda la cosmovisión que creía en el movimiento de los astros y su influencia terrenal, en lo irracional, en la

divinización de los elementos de Empédocles y toda aquella adoración a la multitud de objetos sagrados griegos. El hombre era el único mensajero de la palabra de Dios. De esta manera se realizará una conjugación interesante entre el pensamiento grecorromano, la razón, la fe y la religión católica, es decir, la base de nuestro actual pensamiento occidental.

Así el cristianismo daría un nuevo paso en el camino de la razón. Ya no se podía fiar plenamente de la razón humana, puesto que ésta, al salir del eden, se corrompió, ahora la base fundamental era la fe. Pero hasta aquí hagamos un breve paréntesis. ¿Por qué adentrarnos en la visión cristiana?, ¿por qué analizar su estructura y su visión? Para entender nuestros procesos de construcción es necesario recurrir a los elementos que nos constituyen no solo hoy día, sino a aquellos que formaron parte de la formación de un pensamiento, en nuestro caso, occidental, puesto que ahí encontraremos muchas de las explicaciones del porque de nuestras acciones, y para ello debemos de recurrir al pensamiento, no solo grecorromano, sino también judeocristiano.

Pero regresando al tema, la razón humana no sería un factor fundamental en la visión religiosa, al menos como lo sería en la ciencia posterior a ella, pero si una herramienta útil, como lo vemos con Tomas de Aquino (quien retoma a Aristóteles como una forma de acercamiento a Dios, a saber, a través de la razón). Así, por su parte, San Agustín hace una clara distinción entre la fe y la razón. Él dice que no es necesario acceder al conocimiento de los astros ni de la materia, la fuerza de los elementos, la forma de los cielos y los seres vivos para lograr la salvación, solo basta la fe en que todo nuestro entorno es y fue creado por Dios, en que no hay nada que no derive de Él su existencia.

Es así que el naciente y poderoso cristianismo dio poca importancia a la ciencia ya que no le interesaban los fenómenos físicos, ahora solo los del alma y su salvación a través de la fe, la realidad espiritual trascendente. De esta manera ya no era necesario entender los fenómenos de la naturaleza puesto que todo provenía de Dios, fue así que se hizo fútil la penetración científica en la lógica de la naturaleza. Ahora todo estaba explicado en la Biblia, ahora la verdad se abordaba gracias a las sagradas escrituras, la oración y la fe, y este era el verdadero conocimiento.

Por su parte, el martirio, la humildad, la abnegación, el servicio, la devoción eran, y siguen siendo, elementos indispensables para la salvación, solo así Dios entraría en el alma y la transformaría, puesto que ésta quedó corrompida por el pecado original. Debemos entender que estos nuevos preceptos favorecerían la convivencia de los sujetos, pero también serían un factor de riesgo. Con esta nueva visión cristiana se pretendería la unificación de todo el mundo conocido: “en Cristo quedaban superadas todas las divisiones de la humanidad: bárbaros y griegos, judíos y gentiles, amos y esclavos, varones y mujeres, todos eran ahora uno solo”⁵². Es así que el cristianismo, como nos lo dice Richard Tarnas, abolió muchos elementos paganos como la venganza, la licencia sexual, la prostitución, el homicidio, el egoísmo, el castigo, la violencia, el suicidio, la matanza de niños, la masacre de prisioneros, etc., a favor de una buena moral encaminada al encuentro con Dios. Ahora la verdad era absoluta, Dios. De esta manera se ahogó todo tipo de diálogo filosófico, puesto que la razón impura podría desviar a la gente de su camino. Así, una vez consolidado el corpus cristiano de manera institucional, socavó cualquier manifestación religiosa y filosófica pagana. Templos fueron destruidos y academias filosóficas cerradas. Ahora la polifonía se reducía a una sola voz “un Dios, una Iglesia, una verdad”⁵³. Por otro lado, una vida de humildad, austeridad, paciencia, tolerancia, perdón y servicio a los demás fue introducida por la naciente religión que también buscaba el bienestar de la gente. Ambos polos coexistían en un mismo lugar, la Iglesia Católica Romana.

Debemos reconocer que gran parte de los elementos de esta visión, fueron retomados de sus orígenes semitas, del judaísmo. Así una obediencia férrea, así como un Dios castigador fueron elementos incluidos por el temeroso cristiano vigilado en todo momento, pero en Cristo se amortiguó dicha visión. Ahora la visión del cristiano se fundaba en el otro mundo, en el mañana, en lo extramundano:

“[...] los cristianos devotos centraron su atención en el futuro y en lo extraordinario, ya fuera en la forma de la prometida segunda venida, ya, con la mediación de la Iglesia, en una vida redimida después de la muerte. En cualquiera

⁵² Op. Cit. Pp. 160.

⁵³ Op. Cit. Pp. 163.

de los dos casos, el resultado era una acusada tendencia a negar el valor intrínseco de la vida presente, el mundo natural y el estatus de la humanidad en la jerarquía divina”⁵⁴.

En las primeras etapas del cristianismo se habla de una relación armónica con la naturaleza, con sus orígenes, como algo a lo que debemos guardar reverencia, respeto y compasión, puesto que también es creación de Dios. En el cristianismo posterior principalmente, también se ve la otra cara, una que debe *superar* a la naturaleza a fin de alcanzar la espiritualidad. Frecuentemente se despreciaba al cuerpo, que era origen y fuente de pecado, incluso era considerado como un obstáculo o como una prisión. Así, los teólogos cristianos neoplatónicos dieron un nuevo giro, una redención puramente espiritual, alentando un dualismo interesante, cuerpo y espíritu. En este marco debemos recalcar que dichas visiones repercutirían directamente no solo en su época, sino que su voz resonaría aún hoy día. Una visión alejada del cuerpo y de la naturaleza niega las complejas interconexiones entre el todo y sus partes, es decir, se deja de lado a la intuición, e incluso a la razón, cuestión que hoy día cambiaría en el terreno católico.

Pero nuevamente dichas nociones dualistas las podemos rastrear en el pensamiento de Zoroastro, que influenció directamente al judaísmo, determinando una división de un mundo material malo, perverso y uno espiritual bueno, pensamiento que a su vez fue vertido en el cristianismo durante sus primeros años de incubación.

Si bien es cierto que el legado judío jugó un papel muy importante en la formación cristiana, el imperio romano no pasó sin dejar huella. Así, el Derecho romano heredó una relación jurídica definida por la ley moral al nuevo cristianismo. Ahora la espiritualidad y la ética eran regidas y gobernadas por una compleja estructura jurídica, una jerarquía central. La autoridad y las sentencias del obispo eran incuestionables, surgiendo un nuevo soberano romano, el Papa, naciendo a su vez la nueva Iglesia Católica Romana.

⁵⁴ Op. Cit. Pp. 180.

“Los límites de la Iglesia ahora coincidían con los del poder romano, y estaba aliada con el Estado en el mantenimiento del orden público y el gobierno de las actividades y creencias de su ciudadanía”⁵⁵.

Es así que la Iglesia de esos días retomó a los clásicos griegos para luego disminuir el valor de sus aportaciones como la observación, el *logos*, el análisis y la comprensión del mundo, quedándose impregnados fuertemente por la fe como única vía de acceso a la espiritualidad, negando las facultades racionales y empíricas⁵⁶.

Por otra parte, el desinterés de la iglesia por las cuestiones materiales, por la ciencia, la historia, la literatura o la filosofía cambiaría alrededor del año 1,000 d.C., cuando la estabilidad europea comenzó a nacer después de varios siglos de invasiones y saqueos, generando un nuevo interés por el conocimiento, fundándose universidades y centros de enseñanza, en manos de la Iglesia. Todo comenzó a cambiar, los intercambios culturales, el crecimiento poblacional, el comercio, etc. Nacía una nueva democracia y nuevas relaciones de cooperación, nos dice Richard Tarnas. Surgió un renacido interés por la historia, por la tecnología y por lo tanto un ardiente interés en la naturaleza y sus usos, retomándose el valor intelectual humano como el medio de acceso al conocimiento. Las obras de los clásicos griegos comenzaron a retomarse, nutriéndose la vieja Europa de un vasto conocimiento aristotélico, así como de varias obras científicas griegas. Ahora se era más autocrítico. La razón crecía gradualmente como medio para discernir la “doctrina correcta”⁵⁷. Así las verdades cristianas no eran cuestionadas, sino analizadas, es decir, era necesario comprender lo que se creía. Así comenzaría una disputa entre la razón y la fe; era necesario hacer algo. Así, Alberto Magno y su discípulo Tomás de Aquino entrarían en escena. Alberto abogaría por las observaciones empíricas para fundar un conocimiento del mundo natural. Tomás de Aquino, retomando el pensamiento aristotélico, iría más lejos al decir no solo que la naturaleza es obra de Dios y que todo lo que descubre la razón humana sobre el mundo natural no podría contradecir el orden divino, sino que el estudio de la naturaleza misma nos adentraría más en la comprensión divina, a través de una exploración

⁵⁵ Op. Cit. Pp. 211.

⁵⁶ Op. Cit. Pp. 218.

⁵⁷ Op. Cit. Pp. 231.

racional del mundo físico. Fue así que la razón y la fe convivieron pacíficamente, hasta la llegada de Okham. Tomás pondría el acento en la experiencia sensorial “que es la que proporciona las imágenes sensoriales particulares necesarias que el intelecto activo ilumina a fin de abstraer especies o conceptos inteligibles”⁵⁸. De esta manera la fe era superior a la razón, pero no opuesta, sino que ambas eran complementarias. Existía así una estrecha armonía entre la razón y la fe.

Por otro lado, había pensadores seculares como Averroes y Siger que afirmaban las contradicciones de una razón filosófica y la fe cristiana en comunión, y por lo tanto debían estar separadas.

Aristóteles, al ser retomado por la Iglesia durante el siglo XIII, dentro de las universidades, generó muchas expectativas e inquietudes, despertando gran interés por el mundo empírico, mecanicista y cuantitativo.

Posteriormente, en las mentes como la de Okham, se desechaban las Formas platónicas de la escolástica, es decir, para ellos no existían entes universales, solo en la mente de los humanos, no en la realidad, Dios era libre y no estaba predeterminado por formas preexistentes. Así las Formas e Ideas eran abstractos mentales, no entes reales. A este pensamiento se le conoció como nominalismo. Para ellos “el conocimiento humano se fundaba en la intuición sensorial de particulares concretos, lo que estuviera más allá de los sentidos, como la existencia de Dios, sólo podía ser desvelado por la fe, nunca descubierto por la razón”⁵⁹. De esta manera no había un acceso a lo divino y su conocimiento por medio de la materia.

Posteriormente, durante el renacimiento se retomarían a los clásicos griegos, pero no harían modificaciones ni adaptaciones. Los humanistas del renacimiento no solo retomarían a los clásicos, sino que también optarían por otras vías del conocimiento, como el zoroástrico, el egipcio, los textos babilónicos, entre otros. Así se retornaría a la

⁵⁸ Op. Cit. Pp. 243.

⁵⁹ Op. Cit. Pp. 263.

naturaleza y su visión como una clara manifestación de Dios, siendo la luz del sol, la luz de Dios. De esta manera la naturaleza poseería atributos divinos. La astrología recobró fuerza, la imaginación y la interioridad (a través de la introspección) cobraban un poder sin igual. El platonismo fue considerado durante esta época como un nuevo evangelio, y fue este pensamiento platónico el que orilló e inspiró a Copérnico a formular una nueva visión donde el planeta tierra podría no ser el centro del universo, generando junto con otros pensadores, la Revolución Científica, una que comenzaría a cuestionar lo establecido. Así, otros de los elementos que revolucionaron y dieron paso a una nueva era fueron la brújula, la pólvora, la imprenta y el reloj mecánico, menciona Tarnas.⁶⁰

Así, los elementos que cambiarían durante el Renacimiento sería el buscar el presente, es decir, se buscaría gozar y vivir plenamente el presente, no conformarse con esperar el reino prometido en la vida después de la muerte. En este periodo surge una nueva consciencia “expansionista, rebelde, enérgica y creativa, individualista, ambiciosa y a menudo escrupulosa, curiosa, confiada en sí misma, comprometida con esta vida y este mundo, de mira abierta y escéptica, inspirada y entusiasta”⁶¹. Cuestión bastante comprensible después de 1,000 años de soledad.

En este mismo contexto, la Iglesia Católica sería fracturada por Martín Lutero y su Reforma, reaccionando la Iglesia con una Contrarreforma.⁶² También en este momento se pondría énfasis en el sometimiento de la naturaleza, contando con autorización divina (según el Génesis) para dominarla, para ser su soberano. Ahora la naturaleza se vería como algo ajeno al ser humano, como parte de algo que puede servir y no como un elemento

⁶⁰ La brújula llevó a los europeos a navegar y conocer todo el mundo, expandiendo sus territorios e intercambiando conocimientos, lo cual llevó a un relativismo escéptico, pues descubrieron que había otras verdades, no una absoluta. El reloj mecánico cambiaría nuestros ritmos de vida, separándolos de los de la naturaleza. La pólvora facilitaría la creación de Estados independientes, gracias al poder de la artillería. Y la imprenta expandiría el acceso al conocimiento y la divulgación de nuevas ideas, incluso reformistas o revolucionarias. Op. Cit. Pp. 288.

⁶¹ Op. Cit. Pp. 295.

⁶² La contrarreforma católica consistió en gran énfasis en una educación general, encabezada por los jesuitas, dirigida especialmente a los hijos de gobernantes con la intención de formar un grupo selecto católico. En dicha formación se incluían no solo la enseñanza de la fe y la teología, sino también una retahíla de conocimientos humanistas, renacentistas y clásicos. De esta manera griego, latín, retórica, lógica, metafísica, ética, matemáticas, ciencia, música eran materia de estudio para la formación de un verdadero “soldado de Cristo”. Op. Cit. Pp. 313.

constitutivo de uno mismo (actitud que hoy día nos hace olvidar nuestra conexión con el mundo, es decir, nuestra intuición). La actitud de Lutero, de la interpretación directa de las escrituras sin la intervención de la compleja estructura eclesiástica, se trasladó al plano secular, a la vida cotidiana, es decir, la actitud crítica en busca de la verdad. En este nuevo protestantismo, el yo se convertía cada vez más en la medida de todas las cosas. “La verdad resultaba ser «verdad-tal-como-la-experimenta-el-yo»”⁶³. Lutero hacía gran énfasis en la vida cotidiana y su sentido religioso, decía que en las actividades ordinarias podría desarrollarse el espíritu, lo cual desembocó en un desarrollo material-económico sin precedentes⁶⁴.

La Iglesia Católica iría perdiendo poder, naciendo así un nuevo estado de independencia secular por parte de las distintas naciones europeas. Ahora la Iglesia no era la que gobernaba, surgiendo una nueva dinámica política, cultural y económica. De esta manera, la ciencia comenzaba a gozar de cierta libertad para expresarse sin ser reprimida.

El movimiento de Reforma y Contrarreforma dio un gran impulso al conocimiento occidental, generando todavía más actitudes críticas e intelectuales, de racionalismo crítico, ocasionando también una enorme pluralidad intelectual, escepticismo y revolución, como nos menciona Tarnas. Dichos acontecimientos generarían una rápida explosión religiosa, diversas manifestaciones y vertientes surgirían por doquier, generando una imperiosa necesidad de encontrar una verdad absoluta entre todo ese ruido. La razón, la ciencia y sus métodos serían una excelente opción.

Copérnico, Kepler, Galileo harían lo suyo. Ellos comenzarían a cuestionar las verdades dichas, demostrando con argumentos, con pruebas, que lo que se decía sobre el geocentrismo no era verdad, que lo que se decía dogmáticamente era falso, cuestionando así la autoridad religiosa. Kepler demostró la capacidad de las matemáticas para revelar la auténtica verdad sobre el movimiento físico de los astros a través de su modelo planetario

⁶³ Op. Cit. Pp. 309.

⁶⁴ La disciplina moral y el carácter sagrado del trabajo, forzaron al sujeto a aplicarse y esforzarse en el trabajo para alcanzar un lugar entre los elegidos, así la productividad material se vio acrecentada, generando excedentes en el capital. Ahora la actividad comercial no era un estorbo para la vida religiosa, sino todo lo contrario.

de órbitas elípticas, reafirmando a Pitágoras. Galileo y Kepler proporcionaron nuevas ideas e instrumentos que acabaron con el viejo pensamiento. El universo estaba organizado matemáticamente, y además, gracias a ellos se observó que el avance científico se conseguía a través de confrontar hipótesis matemáticas y observaciones empíricas. Galileo desarrolló un nuevo método para analizar los fenómenos. Él decía que para llegar a una verdad sobre la naturaleza se debían de considerar cualidades objetivas y mensurables como el tamaño, la forma, la cantidad, el peso y el movimiento, mientras que las cualidades perceptibles como el color, sonido, olor, etc. debía de pasarse por alto y así, “solo por medio de un análisis exclusivamente cuantitativo podía la ciencia alcanzar un conocimiento cierto del mundo”⁶⁵. Es aquí donde comenzaría a vislumbrarse claramente una tajante división entre el mundo metafísico y el material, es decir, se daría primordial importancia a la razón, y la intuición y lo irracional declinarían todavía más. Galileo optó por creer lo que sus ojos veían a través de su telescopio, demostrando así sus ideas.

Los atomistas también serían retomados. Los átomos de Demócrito eran cuantitativos exclusivamente, no teniendo cualidades perceptibles como olor, sabor, etc., así las múltiples combinaciones de lo cuantitativo daba lugar a lo cualitativo, en procesos meramente mecánicos. De esta manera la naturaleza vista como materia en movimiento inspiraría a Francis Bacon, Thomas Hobbes y por supuesto a René Descartes, entre otros, que desarrollarían su propio corpus intelectual a favor del ser humano y su razón. El papel del hombre cobró un nuevo sentido “la mejor manera de evaluar el papel del hombre en ese universo era a partir del hecho de que, en virtud de su propia inteligencia, había penetrado el orden esencial del universo y podía utilizar ese conocimiento en beneficio propio y para aumentar su poder”⁶⁶.

Por su parte, el conocimiento para F. Bacon significaba poder, dominio sobre la naturaleza, tornándose así el significado de la ciencia en algo pragmático. Era preciso conocer cómo funcionaba este reino material, arrancarle las verdades a la naturaleza, para

⁶⁵ Op. Cit. Pp. 334.

⁶⁶ Op. Cit. Pp. 344.

después, someterla, aliviando así, las miserias de la humanidad. Él también pondría de relieve la experiencia como fuente de conocimiento.

Nuevamente, ante este escenario de incertidumbres, de constantes cambios de paradigmas, ante un clima de inseguridad, surge un serio escepticismo. Ya no se podía confiar en las viejas instituciones, pero tampoco existía un cuerpo de conocimiento que poseyera la verdad absoluta. Fue así que Descartes, instruido por jesuitas, se lanza en la búsqueda de tierra firme en medio de un mar inestable de ideologías. Lo primero que hizo fue dudar de todo, pensamiento que repercutiría seriamente hasta nuestros días. Así él vio en la rigurosa metodología aritmética y geométrica tierra fértil y segura, trasladando dichos métodos racionales al campo filosófico, fundando un acceso a la verdad absoluta, nos menciona Tarnas. Solo había algo de lo que no se podía dudar, de la duda misma: “Al menos existe el «yo» que es consciente de que duda, el sujeto pensante. Esto al menos es seguro: Cogito, ergo sum («pienso, luego existo»).”⁶⁷

En este sentido la *res cogitans* (sustancia pensante, espíritu, consciencia) era muy distinta y separada de la *res extensa* (sustancia extensa, materia, plantas, animales, cuerpo físico, lo externo a la mente), y solo en el ser humano coexistían ambas. Así, su pensamiento diría que todo lo puramente material podía ser comprendido como una máquina, como un reloj. El universo estaba compuesto de átomos sin vida y para comprenderlo era necesario “analizarlo reductivamente en sus partes más simples y concebirlo exactamente en términos de ordenamientos y movimientos de esas partes”⁶⁸. Así Descartes retomaría las propiedades cuantificables enunciadas por Galileo para su método (extensión, forma, número, duración, peso y posición). El universo físico era analizable y manipulable en beneficio de la humanidad, así como lo dijera Bacon. La razón humana era la máxima autoridad en cuestiones de conocimiento capaz de alcanzar una certeza del mundo material. Ésta desplazaría a la Iglesia y a la Biblia en términos de infalibilidad, nos dice Tarnas, así esta razón tenía la última palabra.

⁶⁷ Op. Cit. Pp. 350.

⁶⁸ Op. Cit. Pp. 351.

Con Descartes el mundo material se separó de la religiosidad plenamente, quedando la ciencia en libertad total, situando al sujeto como un observador, como un ser pensante que mide, observa y manipula, y a todo lo demás como un objeto a observar, es decir, en una relación sujeto-objeto.

De esta manera, el Renacimiento, la Reforma, la Contrarreforma y la Revolución Científica dieron paso a una nueva era, una individualista, crítica, rebelde, intelectual, escéptica, racional, más independiente de las creencias religiosas, de un Dios omnipotente, consciente de su distinción con respecto a la naturaleza y controladora de ella, es decir, una Edad Moderna. Fue así que la ciencia reemplazaría a la religión y establecería una nueva fe, una en la razón y sus progresos. Bajo este nuevo orden todo el mundo podía alcanzar el conocimiento cierto por medio de su propia razón y observación.

Por otro lado, del mismo modo que se reemplazó a un conocimiento por otro, así también se hizo necesaria una nueva forma de gobierno que se basara no en imposiciones, ni dogmas, etc., sino en derechos individuales racionalmente sostenidos y contratos sociales. Es decir, la razón alcanzó todas las esferas de la vida del hombre, se coló hasta la cocina y se introdujo en la médula de los huesos.

En este contexto nos encontraremos a pensadores como Locke, Leibniz, Spinoza, Voltaire, Montesquieu, Poppe, Hume, Kant, entre otros que divulgaron y crearon una nueva forma de ver la vida, una con miras empíricas. La realidad divina terminaría por desaparecer. Mientras que en la Edad Media no era posible una comprensión del mundo sin la intervención divina, para la modernidad la mente humana era perfectamente capaz, por si misma, de entender el orden del universo. El mundo objetivo y la mente subjetiva eran muy distintos y funcionaban de manera independiente y distinta. Así la mente humana era vista como algo separado del resto de la naturaleza y por encima de ella. En este aspecto, la razón o facultad racional era la única capaz de comprender el orden del cosmos (ya no la fe, como lo fue con Tomás de Aquino), mientras que lo subjetivo, lo irracional (emociones, estética, ética, voluntad, imaginación, etcétera) era irrelevante y estorbaba, nos dice Richard

Tarnas. Asimismo, el conocimiento del universo no proporcionaba una liberación o desarrollo espiritual, como lo planteaban los clásicos, sino un poder intelectual y material.

Darwin, por su lado, haría grandes aportes a esta nueva era, desplazando al ser humano como el centro y colocándolo como un animal más (lo mismo se hizo tiempo atrás con el planeta tierra, de ocupar el centro del universo pasó a ser un planeta más). Además la mente humana ya no sería un don divino, sino un mecanismo de supervivencia natural, uno biológico, es decir, la selección natural haría su aparición. De esta manera Dios terminaría por desaparecer en el esquema de la creación dando lugar a procesos meramente naturales.

Por su parte, la mística platónica y pitagórica se había perdido, a pesar de que fueron retomados sus conceptos, su carácter matemático para explicar el mundo. Ahora los números solo explicaban fenómenos físicos solamente. Lo secular cubrió todo el espectro científico, y lo divino, metafísico e intuitivo fue introducido en el baúl del olvido. De esta manera el mecanicismo, el empirismo positivista y el nominalismo imperarían en la nueva era, una no irracional. Así, durante la modernidad, inaugurada con Descartes, se retomaron y valoraron la literatura y el humanismo clásico, desechando su epistemología, cosmología y metafísica, considerados erróneos. Lo cuantitativo de la nueva ciencia estaba despojado de todo carácter divino, metafísico, ahora era secular y positivista. Las Ideas platónicas terminaron por desaparecer dejando lugar a cualidades empíricas objetivas, categorías cognitivas, conceptos subjetivos, dice Tarnas. Ya no había ningún diálogo con la naturaleza. “Ahora el mundo era neutro, opaco y material; en consecuencia, no era posible ningún tipo de diálogo con la naturaleza, ya se tratara de magia, de misticismo o de autoridad con garantía divina”⁶⁹. Es decir, la intuición cedió su lugar a la razón. “Sólo el empleo impersonal del intelecto racional del hombre, crítico y basado en la experiencia, podía lograr una comprensión objetiva de la naturaleza”⁷⁰.

⁶⁹ Op. Cit. Pp. 374.

⁷⁰ Idem.

La modernidad no dejó lugar a nada más, era superior a todos sus antepasados y con modelos objetivos, verificables, empíricos, todo lo demás resultaba pueril. Fue hasta Newton que la ciencia apoyaba y trataba de dar explicaciones sobre lo divino, pero a partir de Darwin, esto terminó, ahora todo eran procesos meramente naturales, menciona Tarnas. Asimismo, todo lo irracional, la fe, los milagros, lo inexplicable, las causas espirituales, no podían ser comprobados científicamente y por lo tanto carecían de validez o simplemente no se podía comprobar su existencia. Para la ciencia todo el desarrollo del cosmos era explicable en términos de azar y leyes naturales y toda explicación irracional (religiosa, astrológica, metafísica) era injustificable, errónea, romántica e idealista.

Durante la Ilustración, filósofos como Hume, Kant y otros realizarían grandes aportaciones a la visión occidental. Locke basado en el conocimiento del mundo a través de la experiencia sensorial y su reflexión. Se podía demostrar la existencia de Dios, decía, a partir de intuiciones evidentes, es decir, todo a través de la experiencia concreta. Voltaire, por su parte, defendía el deísmo, una religión racional, natural, rechazando el cristianismo bíblico tradicional, sus dogmas y la revelación.

Hume y Kant estaban a favor de que solo la experiencia sensible, los particulares concretos registrados en la sensación ofrecían fundamentos a la validez de conclusiones filosóficas, menciona Tarnas. Ahora, los nuevos pensadores de la ilustración tendían a un materialismo ateo y al escepticismo, puesto que ambos podían acceder a un verdadero conocimiento, según ellos.

Por su parte la Revolución Industrial demostró la eficacia y el valor pragmático de la ciencia y su fundamento, la razón y el empirismo. Rousseau pensó de distinta manera, él vio en el progreso los elementos que conformaban la decadencia y los males del mundo, argumentando dicha posición racionalmente. Él decía que el énfasis que se daba a la razón dio como resultado el abandono de la naturaleza real del hombre, es decir, que este originalmente era simple, sincero, igualitario, bondadoso y con una comprensión auténtica, menciona Tarnas, socavando los sentimientos, impulsos e intuiciones. Así Rousseau creía que el mejor camino era el más directo: volver a la naturaleza pues ahí existía lo sublime,

que era accesible a todos. Para él, las intuiciones directas de la conciencia moral, el respeto al cosmos, la “alegría de la soledad meditativa”, la espontaneidad de la compasión, eran el camino a seguir.

Así, el secularismo fue conformándose como una oposición al sistema ya establecido, dando lugar a nuevas visiones del mundo, a nuevas maneras de vivir la vida. Fue largo el proceso y una nueva transición se dio radicalmente, el paso de lo dependiente a lo independiente, de lo divino a el hombre, del otro mundo a éste mundo material, de lo metafísico a lo empírico, de los universales a los particulares, de la fe y lo irracional a la razón. Un secularismo nacería de las constantes divisiones eclesiásticas y su falta de credibilidad (los grandes descubrimientos de Galileo, Copérnico, Kepler, Newton, Darwin, etc. demostraron que la Iglesia no poseía el conocimiento absoluto, incluso mentían). Ya no se podía esperar a ver los resultados de nuestras acciones en la otra vida, sino que tenían que ser tangibles, vistos a plena luz del día, el hombre ahora era responsable de su destino y podía cambiar su entorno, al mundo.⁷¹

La nueva era moderna se imponía ante el cristianismo y ocuparía su lugar: ser universal, expandiéndose por todo el mundo (primeramente por el occidental). El nuevo conocimiento fraguado en la razón y el empirismo, salvaría a todo el orbe, traería paz, armonía y felicidad, prosperidad y libertad, desgraciadamente esa promesa nunca dio a luz. Ahora los motores del progreso de la humanidad ya no serían la fe y la religión, sino la razón y la ciencia. En este nuevo terreno, la ciencia y la razón se vieron acompañadas de un “debilitamiento ontológico de todas aquellas cualidades –emocionales, estéticas, éticas, sensoriales, imaginativas, intencionales- que parecían más constitutivas de la experiencia humana”⁷². En estos términos la mística del ser humano, la intuición, lo irracional quedaba socavado y todo fenómeno era explicado en términos de la física, la química y la biología. Hubo quienes llegaron a un extremo aún mayor y extrapolaron el modelo mecanicista al comportamiento humano (Pavlov, Watson, Skinner). Dichas visiones tendrían sus

⁷¹ Esto explica el porque de no poder creer ni en nosotros mismo, además de las secuelas de la conquista, cuestión que veremos más adelante. Esta visión nos demanda estar en constante duda, pues como se ve a través de la historia, esa fue la herencia de nuestros antecesores.

⁷² Op. Cit. Pp. 411.

repercusiones metafísicas. Por otro lado, hubo pensamientos en oposición que se cansaron de estas visiones y empezaron a retomar viejas ideas.

Freud, Jung, y una nueva corriente comenzarían a cuestionar el legendario uso de la razón, demostrando que existían elementos imperceptibles para su comprensión, es decir, un mundo totalmente irracional, al menos, ante los ojos de los científicos, es decir, un mundo intuitivo.⁷³ Posteriormente, una serie de experimentos demostrarían las conexiones ocultas latentes entre el ser humano, los animales, las plantas, los astros, etc. es decir, todo estaba interconectado efectivamente, tal y como lo dijieran los antiguos griegos. Dichos experimentos y recientes descubrimientos⁷⁴ pondrían al descubierto el valor de la intuición, la imaginación, la energía, y el pensamiento, uno que en realidad no conoce fronteras puesto que éstas son impuestas por el hombre. Así, el ser humano y su entorno serán parte de lo mismo, serán diversas manifestaciones del *continuum* estético indiferenciado, es decir, del “todo”, y las diferentes alteraciones en el entorno repercutirán en uno mismo y viceversa.

Es así que el entorno al cual pertenecemos, oculto ante la mirada científica, nos estaría hablando en un lenguaje distinto, uno que podríamos escuchar a través de la intuición, solo que ante el actual escenario, olvidaríamos como hacerlo. Asimismo, nuestros cuerpos constantemente lanzan mensajes (en forma de frecuencias, campos electromagnéticos, etc.), deseando ser sentidos y percibidos, solo que la visión con la que actualmente contamos no da para escucharlos. Fue así que un largo proceso histórico determinó un rumbo distinto, uno racional empírico, uno donde el hombre se encuentra por

⁷³ Sergio Rábade nos dice que la intuición caerá en el terreno de lo irracional, puesto que, como su nombre lo indica, cae fuera de los límites de la razón, de lo explicable, de lo medible, de lo cuantificable, de lo observable, y si bien es cierto, la razón no corresponde a la realidad, a la vida, puesto que ésta es infinitamente más grande y profunda de lo que el racionalismo cree. Luego entonces, las críticas hoy día a lo irracional, a la intuición, cambiarán dialécticamente el día de mañana, tal como se ha hecho durante muchos siglos y como ya lo hemos visto actualmente con demostraciones científicas que muestran la interconexión de todos los seres sobre el planeta.

⁷⁴ Para mayor información consúltese el “efecto Backster”, el “efecto EPR”, los estudios realizados por el Doctor Masaru Emoto, las alteraciones espacio temporales estudiadas por Rupert Sheldrake citadas en su libro “Una nueva ciencia de la vida”, así como las demostraciones de las interconexiones entre plantas y animales citadas en el libro “La vida secreta de las plantas”, y un sinnúmero de experimentos más.

encima del universo y solo es válido lo medible, lo cuantificable, lo económico y el placer (tal como fue guiado el proceso a través de Locke, Bentham, Descartes, F. Bacon, etc.)

De esta manera, la intuición, como una forma de ver y de vivir el mundo, como un método distinto para alcanzar el conocimiento, puede arrojarnos otras respuestas sobre nuestro ser, puede dar salida a las inquietudes acerca de donde venimos y hacia a donde vamos. La intuición, el complemento de la razón, entendida como la conexión de nuestro ser consigo mismo, con su medio, con su entorno natural y social, nos abre un nuevo panorama sobre los conceptos de vida, de persona, de las relaciones comunitarias, de las diferencias y semejanzas, del poder entender y tolerar, puesto que, una intuición que ayuda a comprenderse a uno mismo, ayuda a tolerar, conocer, comprender y escuchar, primeramente a sí mismo, después a los demás (incluyendo nuestro alrededor). En este sentido debemos entender que somos el resultado de un largo proceso evolutivo, social, religioso, económico, político, alimentario, lingüístico⁷⁵ y que formamos parte de esta gran nave espacial llamada planeta tierra. Nos formamos en una sociedad altamente exigente, con reminiscencias ancestrales que nos hablan de individualidad, de razón, de egoísmo, de falsas creencias, de absolutismos y relativismos, de una visión pragmática donde lo no visible, lo intangible, lo no comprobable, es desdeñable, incluso, es tan solo una ilusión y un estorbo. En este aspecto debemos señalar que lo que es considerado como algo segmentado, como algo que debemos unir, no lo está, y dicha idea se encuentra solo en nuestra mente, en el mundo exclusivo de la racionalidad y sus deducciones. Muy al estilo nominalista, debemos recalcar que la naturaleza no está segmentada, nosotros lo hacemos: “Segmentamos y organizamos tal como lo hacemos el ámbito y el correr de los sucesos, en gran medida porque, en virtud de nuestra lengua materna, participamos en un acuerdo de hacerlo así, y no porque la naturaleza misma esté segmentada precisamente de ese modo y todo el mundo pueda darse cuenta de ello”⁷⁶.

⁷⁵ Whorf nos habla sobre la importancia del lenguaje en el desarrollo y la visión de cada ser humano: “Juzga Whorf que son las pautas lingüísticas mismas las que determinan lo que un individuo percibe en el mundo y cómo lo percibe. En vista de que tales pautas varían ampliamente, los modos de pensar y percibir de grupos que utilicen distintos sistemas lingüísticos conducirán a visiones del mundo básicamente diferentes”. Whorf citado en Bertalanffy, L. (2006). Teoría general de los sistemas. México: FCE. P. 233.

⁷⁶ Bertalanffy, L. (2006). Op. Cit. P. 233.

En este sentido, para hablar de intuición debemos hablar de emociones, de sensaciones, de vida (tanto en su sentido evolutivo como el aspecto físico y metafísico) y de la razón, tal como lo hemos hecho ampliamente, puesto que es ahí donde nace la intuición, de las conexiones nacidas en el largo proceso evolutivo de ser humano, que surge desde su medio, no sobre él. Así, podemos ver que la intuición se encuentra estrechamente entrelazada a la razón, al cuerpo, a sus emociones y sensaciones, el problema surgió cuando uno de ellos, la razón, dominó sobre los demás y se hizo ajeno a la vida, desde un plano discursivo, imaginario. Osho (2005) menciona que la razón tiene su utilidad, pero por desgracia, se ha convertido en el dueño de todo nuestro ser.

El doctor Masaru Emoto, en su libro “Los mensajes ocultos del agua”, nos da pruebas sorprendentes sobre la trascendencia de nuestras emociones, de nuestros pensamientos y de nuestras palabras (cargadas, por supuesto, de emociones y sentimientos). Así, él describe a las emociones como ondas, frecuencias que pueden concretizarse en el agua (y por lo tanto en otros seres humanos, ya que estamos compuestos en un 75% aprox. de agua), y puesto que ésta tiene memoria, podemos ver sus rastros plasmados ahí, en forma de cristales⁷⁷.

Así, gracias a las demostraciones hechas por el doctor Masaru Emoto (donde nuestros pensamientos y sentimientos intervienen directamente en nuestro medio) y otros experimentos, podemos ver que nos encontramos interconectados con nuestro entorno, a través de ondas, de campos electromagnéticos, de vibraciones (teoría de cuerdas) y de un sinnúmero de elementos que la ciencia actualmente se encuentra estudiando a través de la física cuántica⁷⁸ y otras disciplinas. También podemos ahora consultar un creciente número de investigaciones modernas que apuntan hacia nuestra conexión con nuestro medio, cuestión que rebasaría por mucho a los paradigmas actuales. Pero es ahí donde la intuición juega un papel primordial. Poder sentir, en cierto grado, lo que nuestros semejantes están sintiendo, poder detectar si alguien nos está mintiendo o si sus pretensiones son buenas o no para con nosotros, saber cuando algún amigo se encuentre

⁷⁷ Para mayor información consúltese la obra: Emoto, M. (2006). Los mensajes ocultos del agua. México: Alamah.

⁷⁸ Para mayor información consúltese el documental ¿Y tu que sabes?

triste o simplemente saber que nuestro interior busca algo más, a través de pensamientos insistentes, sueños, sensaciones, esa es la tarea de la intuición. De ese modo, la intuición nos ayuda a sensibilizarnos sobre lo que realmente nos ocurre en este medio social, nos ayuda a conocernos internamente y por lo tanto a conocer a nuestros semejantes, a entender y *comprender*⁷⁹ el dolor ajeno, es decir, comprender un poco más sobre el fundamento de la vida.

La intuición comprendida dentro de este complejo proceso evolutivo, tanto biológico como social, es realmente esclarecedora. Entender que nuestra visión predominantemente racionalista hace recortes de la realidad, fragmentándola y creyendo poseer la única verdad puede darnos luz sobre nuestros procesos educativos y nuestras relaciones interpersonales, y así comprender un poco más sobre el porque de lo que diariamente hacemos, puesto que en esta reciente visión moderna, se ha excluido todo aquello que sea de carácter irracional, además de excluir al cuerpo y sus diversas manifestaciones, ahogándolo en el mar de los deseos, las pasiones y el egocentrismo.

1.6 EL CUERPO EXCLUIDO

El cuerpo es el lugar donde convergen ideologías, políticas, emociones, estilos de vida, de alimentación, así como las historias tanto individuales, como familiares, regionales, estatales y nacionales. “Todo está al mismo tiempo en el cuerpo, porque el cuerpo es a la vez cultura, emociones, sensibilidad, hábitos, costumbres, creencias, órganos, vísceras, conceptos, memoria, razón, intuición, instintos y mucho más.”⁸⁰

A través del proceso socio-histórico-cultural podemos ver que el cuerpo será un medio de control de los sujetos, a través de la culpa, de la exaltación de las sensaciones (consumismo, adicciones, explotación de los sentidos, etc.), como un centro de experimentación y a través de las nuevas modas y productos encaminados a alimentar y

⁷⁹ López Ramos hace una diferencia radical entre entender y comprender; entender vista desde la razón, comprender como un proceso corporal, donde la toma de consciencia ha sido puesta en práctica desde el cuerpo, desde la intuición y la razón trabajando en estrecha armonía.

⁸⁰ Durán, N. (2008). Op. Cit. P. 68.

“curar” al sujeto. De esta manera el cuerpo se convierte en un ente ajeno, ya no somos parte de él: “El cuerpo del hombre y la mujer son ajenos a su propio ser. El cuerpo ajeno es el cuerpo que no nos pertenece [...]. El cuerpo ajeno es el cuerpo que le pertenece a la cultura que se ha entretelado desde los griegos hasta nuestros días.[...] Ese cuerpo ajeno asume, calladamente, sumisamente, que cuerpo y mente se encuentran separados. Ese cuerpo ajeno, por ser así, nos limita en la construcción de nuestra conciencia, de la presencia y pertenencia en nuestro propio tiempo y espacio.”⁸¹

Es así que el dueño de nuestro cuerpo es alguien ajeno a él: “Es el cuerpo que le pertenece a la sociedad que la modernidad conformó con el *yo* en sus argumentos filosóficos, con sus necesidades de belleza, cordura, moralidad, confort, destrucción y culpa.”⁸²

La intuición y la razón, como ya hemos dicho, habitan en el cuerpo y es ahí donde se manifestarán sus disputas, querellas o simplemente sus diálogos y es por ello la importancia de hablar, de vivir y de morir en el cuerpo. De esta manera, una intuición concebida solamente como análisis llevará al cuerpo a sufrir.

“La intuición concebida como análisis ha llevado al cuerpo por formas de contradicción que lo han fragmentado.[...] Con lo anterior podemos comprender que la *intuición intelectualizada*, la intuición como análisis, en la memoria corporal, es la experiencia de una cultura y su historia que cruza los cuerpos, los divide y los compone como ajenos a nosotros mismos”.⁸³

El cuerpo constantemente se encuentra en comunicación con nosotros, solo que de una manera muy distinta, no a través de sonidos o palabras, sino a través de sensaciones, sentimientos, emociones, intuiciones. Es así que el cuerpo nos dice lo que necesitamos saber en el momento preciso. En un mecanismo de supervivencia el cuerpo nos alerta de los peligros inminentes, además nos dice lo que se encuentra gestándose internamente, alguna

⁸¹ Durán, N. (2004). Op. Cit. P. 43.

⁸² Durán, N. (2004). Op. Cit. P. 44.

⁸³ Durán, N. (2004). Op. Cit. P. 14.

enfermedad, o simplemente nos da información sobre el medio, pero para ello es necesario saber escucharlo, a través de la intuición. “Quién ha logrado descifrar las claves de información del cuerpo ha logrado desarrollar la intuición y actúa rápidamente sin tomar tiempo para pensar”⁸⁴. Es él quien nos dirá mucho acerca de nosotros.

“El cuerpo nos habla todos los días de muchas maneras, usa un lenguaje de síntomas relacionados con emociones y recuerdos del pasado y del presente. Podemos aprender a interpretar esos síntomas, del mismo modo que aprendemos a leer las señales en las relaciones con los otros y en muchos aspectos de nuestra vida. Toda persona tiene problemas en su vida, los cuales se reflejan en el cuerpo y, en el caso de un padecimiento crónico, el cuerpo habla cada vez más fuertemente”.⁸⁵

Rosanoff nos dice que nuestro cuerpo guarda información muy valiosa, que después será utilizada por la intuición para darnos aviso de algo importante: “Nuestros cuerpos almacenan una gran cantidad de información. Cada sentimiento, pensamiento e impulso, sin importar qué tan vago o sutil pueda ser, se registra en nuestra estructura neuromuscular. El cuerpo no necesita palabras o pensamientos para hacerlo, así que aunque nuestras mentes conscientes no se dan cuenta de lo que estamos registrando o de cómo nos sentimos respecto a algo, el cuerpo sí.”⁸⁶ Es por ello, dice la autora, que debemos volvernos sensibles a lo que el cuerpo ha registrado respecto a alguna situación en particular, y con ello tendremos acceso a una información intuitiva.

Es necesario destacar el papel fundamental del cuerpo en nuestras vidas. Es él un documento vivo que nos habla sobre nuestros entornos, sobre las políticas nacionales, estatales, incluso locales, también nos habla sobre nuestros ancestros, sobre el diario acontecer, nos dice y nos refiere sobre los estilos de alimentación que hemos elegido (directa o indirectamente) a lo largo de los años, así como del ejercicio y de las emociones

⁸⁴ Durán, N. (2004). Op. Cit. P. 52.

⁸⁵ Schultz, M. (1999). Despierta tu intuición. Barcelona. Urano. pp. 152-153 en Durán, N. (2008). Op. Cit. P. 69.

⁸⁶ Rosanoff, N. (1992). El Entrenamiento de la Intuición: Una guía práctica para descubrir y desarrollar su conocimiento interno. México: Panorama. P. 51.

que hemos celosamente guardado. Todo ello se manifestará de algún modo (a través de síntomas, posturas, coloraciones de la piel, tipo de cabello, textura de las uñas, etc.) en el cuerpo y nos contará cosas que hemos intentado olvidar.

“Los padecimientos son también el resultado de las formas culturales y sociales que cruzan nuestros cuerpos hasta tocar nuestros órganos, así como de los efectos que ha tenido este desorden humano y que han orillado a la descomposición del equilibrio energético del planeta. Asimismo, el cuerpo-sujeto (microcosmos) es el lugar para construir nuevas opciones de vida desde una relación armoniosa entre la intuición, la razón y el planeta (macrocosmos) con el Universo (el cosmos) para sanar el espíritu.”⁸⁷

De esta manera nuestro cuerpo es el resultado de nuestros estilos de vida, es la concreción de un espacio y un momento dado, es el recuerdo de un pasado muy presente y sus voces trascienden nuestra lógica.

Somos seres que debiésemos estar articulados, no solo en términos de intuición, razón y cuerpo, sino también en emociones, relaciones intersubjetivas (entre iguales, con nuestra familia, sociedad, etc.), con nuestro entorno, nuestro pasado y nuestro posible porvenir, tal y como lo menciona Durán. De esta manera un ser que tome conciencia que se encuentra interconectado, es decir, articulado con todo el macrocosmos (los elementos tales como madera, fuego, tierra, metal y agua, las plantas, los animales, la geografía, el aire que respiramos, las estaciones y los movimientos y ritmos de nuestro hogar) y microcosmos (al interior del cuerpo, como la relación existente entre nuestros órganos y nuestras emociones, así como la relación de cada órgano con su igual y cada emoción con su igual), será uno muy intuitivo, uno que tenga la tarea de preservar la vida.

Nuestros cuerpos sufren debido a la falta de congruencia entre lo que pensamos, hacemos, sentimos y vivimos, y esto lo podemos ver en la generación de un vacío interior, debido a nuestra falta de comunicación con nuestro entorno, con nuestros semejantes y con

⁸⁷ Durán, N. (2008). Op. Cit. P. 22-24.

nosotros mismos. “El vacío [...] se puede explicar cuando los sujetos entran en crisis permanente y en proceso de desvalorización porque no existe un vínculo entre lo que se desea y lo que se hace en la vida real. Los ritos impuestos en el cuerpo no corresponden con las expectativas de la familia y eso hace crisis en el sujeto”.⁸⁸

Este vacío es generado por la vida actual que llevamos, una inmersa en la competencia, en la descalificación, en el poder y en el goce. Estar anclados en esta dinámica de competencia y descalificación solo nos puede conducir a la desolación, a la soledad completa y a una vida sin sentido. Una vida donde se incluya el movimiento, la cooperación (tanto entre los órganos como entre los individuos), el respeto y la tolerancia a la diferencia, puede llevarnos por otros senderos, unos más armónicos, intuitivos y acordes con el Universo. Durán nos dice algo al respecto:

“La vida se originó en la cooperación de organismos con capacidades complementarias: uno desarrolló la capacidad de la respiración y aprovechó el oxígeno para vivir, mientras que otro se alimentaba sólo de elementos materiales; instintiva e intuitivamente, ambos se unieron para luchar juntos por la sobrevivencia basados en el principio de cooperación (...) Esto fue evolucionando con la energía cósmica y terrenal hasta llegar a nuestros días, en que contamos con una gran variedad de organismos vivos, entre ellos el hombre y la mujer. Mientras que una desarrolló la capacidad de conservar en su útero la vida creada por la unión de ambos, el otro cooperó con su célula germinal para la concepción.”⁸⁹

El cuerpo como el resultado de nuestras vidas, puede informarnos sobre lo que a simple vista no podemos ver, es así que, es este espacio donde encontramos la posibilidad de resarcir el daño, a través del movimiento y con ello no me refiero solamente a hacer ejercicio, sino de mover toda nuestra vida, nuestras emociones, pensamientos, actitudes, costumbres, ideologías, estilos de vida, energía, espíritu, brazos, piernas, abdomen, es decir,

⁸⁸ López, S. (2000). Zen y cuerpo humano. México: CEAPAC/Verdehalago. p. 42.

⁸⁹ Durán, N. (2008). Op. Cit. P. 125.

todo. “El cuerpo se presenta como el lugar destinado a devolverle al ser humano la intuición de estar en el mundo y en el universo.”⁹⁰ El cuerpo será el espacio donde trabajar, directamente desde y con él, colocando nuestra atención (consciente) ahí.

Durán menciona que cuerpo, intuición y razón son esenciales para cualquier ser en articulación con su medio y su interior. De esta manera, estos tres factores en unidad nos enfrentan a la superación del conocimiento puramente racional mediante un salto de sentimiento, confianza e intuición. La dupla mente-cuerpo debe ser superada. Debemos de reconocer que somos seres articulados en cuerpo, intuición y razón, los tres interactuando al unísono, como un círculo vital.

De esta manera, podemos ver que nuestro pasado repercute aún hoy día en la cotidianeidad, en nuestras aulas, en nuestra forma de aprender y vivir el mundo, y es por ello la importancia de conocerlo, para poder entender, y posteriormente comprender, el porque de lo que vivimos, logrando así visualizar una mejor estructuración en los procesos de enseñanza y aprendizaje, una donde se incluya a la intuición y a la razón en estrecha armonía, considerando por supuesto al cuerpo como el lugar de convergencia, dando lugar a un proceso formativo integral.

⁹⁰ Durán, N. (2004). Op. Cit. P. 15.

CAPÍTULO II UNA APROXIMACIÓN A LO IRRACIONAL Y A LA INTUICIÓN DESDE OCCIDENTE

Para hablar de un ser en su totalidad, es necesario remitirnos a su historia, sus costumbres, sus estilos de alimentación, a su familia y sociedad, así como a la manera en cómo éste ve y vive el mundo. Un ser humano integral es aquel que se encuentra articulado en todos sus elementos constitutivos, es decir, su cuerpo, su intuición y su razón convergen en un mismo punto, la persona. No el uno, ni el otro por separado, ya que una gran fragmentación surge cuando alguno de ellos crece y se olvida de su otra parte. De esta manera, nuestra visión actual ha optado por solo una vía de acceso al conocimiento: la razón.

Cuerpo, intuición, razón se encuentran estrechamente vinculados, así como los órganos de nuestro cuerpo, como todos los organismos vivos de un ecosistema, donde cada uno juega un papel primordial en el desarrollo de dicho ambiente. Nadie es superior o inferior, simplemente son distintos y complementarios.

En la construcción de cada sujeto, ahora llamado cuerpo-sujeto, intervienen varios elementos y es por ello necesario verlo desde diferentes ángulos, puesto que cada uno de ellos desempeña un papel importante en la conformación de cada persona (cuerpo-sujeto). De esta manera, la cultura, el arte, la televisión, el ejercicio, la respiración, el lenguaje, el tipo de alimentación (los estilos de vida en general), el género, la familia, los sistemas económicos y políticos, así como religión y todas aquellas instituciones que tengan como finalidad construir a un sujeto (bajo sus preceptos claro está), serán factores importantes en la formación o deformación de cada persona o ambiente¹.

Es importante señalar que todas aquellas instituciones que se encuentran a cargo del desarrollo de la persona, tienen un pasado que se encuentra muy presente, y si miramos su historia más de cerca podremos comprender el porque de las líneas que rigen a dichas

¹ Me refiero también al ambiente ya que este se encuentra estrechamente relacionado con la salud y la forma de ver y vivir el mundo de cada sujeto, es parte de él y éste de la naturaleza.

instituciones. Es interesante encontrar que, aunque cada una de ellas tenga sus propias finalidades y sus propios lineamientos, todas ellas comparten elementos propios del momento y lugar en donde se encuentren, que para el caso de esta investigación, el escenario es la ciudad de México.

Uno de los elementos que perméa las raíces de cada institución es el uso preponderante de la racionalidad. Esto lo podemos ver claramente en los discursos, estatutos, lineamientos, formas de acción, así como de la búsqueda de nuevas teorías. Y es el uso *excesivo* de esta razón que se verá plasmada en los sujetos, puesto que ésta no solo se queda en el escritorio, o en los laboratorios, sino que impregna a todas y cada una de las personas que habitan el gran valle de México, y no solo aquí, sino en todo aquel espacio que comparte de alguna manera estos elementos, a saber, los estilos económicos, políticos, culturales, sociales, es decir, que se rijan bajo un esquema antropocéntrico², egocéntrico³, eurocéntrico⁴ y androcéntrico⁵.

Es necesario decir que un elemento que se encuentra también presente en nuestras formas de ver y vivir el mundo es la intuición (o también llamada irracionalidad, puesto que como su nombre lo indica, cae fuera de los límites de la razón), solo que ésta ha sido un tanto cuanto olvidada. Ésta se encuentra en nuestro interior pero en realidad no le hacemos mucho caso, puesto que hemos olvidado cómo escucharla y bajo nuestra lógica de vivir la vida, a favor de la razón, la vemos incluso a través de los ojos de la racionalidad.

² Antes, durante el oscurantismo, el planeta tierra era el centro de todo lo habido y por haber, después, y gracias a Copérnico, Galileo, los chinos y Cristóbal Colón fue que se demostró la redondez de la tierra, y el sol como el centro del sistema. De esta manera la visión geocéntrica es desplazada por la del *hombre* como centro del Universo, además de las aportaciones de los sofistas y el mundo greco parlante.

³ Bajo un esquema egocéntrico, solo se puede mirar el ego, la unidad, la individualidad, la satisfacción de los placeres propios. Ya no se piensa en la cooperación, en el compartir, en la comunidad, en el bienestar de nuestros semejantes ni mucho menos, en el de nuestro ecosistema. La visión pasa de eco-sistema a un ego-sistema.

⁴ Norma Duran nos dice que este eurocentrismo cargado de ego, de una visión sujeto-objeto, sitúa a todo aquello que se encuentre fuera del sujeto como un objeto, incluyendo a los hombres y la naturaleza, con sus respectivas consecuencias, es decir, esos objetos pueden ser “susceptibles de ser moldeados, manipulados, estudiados e influidos en cambios de actitud”. Durán, N. (2005). Cuadernos del CESU 43. La quimera o la didáctica en México. El bachillerato universitario y la observación compartida. México. UNAM. p. 20

⁵ De esta manera, se mira al hombre (como género masculino) como el centro del sistema social, político, económico, cultural, médico, etc.

Es a través de los ojos de la racionalidad y la modernidad que conformamos un cuerpo, uno bajo la mirada recta, objetiva, científica, competitiva, individualista, egocéntrica, antropocéntrica, eurocéntrica, escéptica, consumista, etc. De esta manera es como hemos sido enseñados a ver y vivir el mundo. Una educación de este tipo excluye al cuerpo en su totalidad, se olvidó de la intuición, de lo irracional, de las emociones y sentimientos más auténticos⁶, no de las intelectualizadas y socializadas.

Pero por ahora comencemos definiendo a que nos referimos cuando hablamos de irracionalidad, de intuición, de razón, de cuerpo y de los orígenes que definieron el rumbo desarticulado de un solo cuerpo, el nuestro.

2.1 ANTECEDENTES DE LA IRRACIONALIDAD

Para entender los conceptos de intuición o irracionalidad es necesario ver que de la misma forma el concepto de razón no cabe dentro de una sola definición, puesto que, a lo largo de la historia, se ha visto un sinnúmero de aproximaciones que hablan acerca de ella. Luego entonces, acatarnos a una sola definición carece de sentido.

"La razón es un concepto histórico: cambia según culturas, según épocas, según sistemas filosóficos. Este historicismo de la razón no puede menos de comportar el cambio de los cánones de racionalidad, de tal suerte que lo que para una determinada concepción de la razón era racional puede quedar sumido en la irracionalidad cuando venga un nuevo modo de entender la razón."⁷

Así, al igual que la intuición, que lo irracional, la razón jugará un papel primordial en la construcción de las sociedades, en la conformación de nuestra visión y en la adaptación de nuestra vida al medio circundante:

⁶ Como el amor, el miedo, el enojo, la alegría, la ansiedad, la tristeza, pero en sus estados más naturales, no alterados y exaltados debido a la educación formal e informal.

⁷ Rábade, S. (1994). La razón y lo irracional. España: Editorial Complutense. P. 34.

"En efecto, la racionalidad le es tan necesaria al hombre como el aire al pájaro. Sólo en la racionalidad se pueden llevar a realización las posibilidades del hombre, que no se agotan en los dinamismos fisiológicos y sensoriales. Como manipulador de la naturaleza, como miembro de sociedades complejas y dinámicas, como ser capaz de llevar a uso técnico su conocer, etc., etc., el hombre necesita estar instalado en un ámbito de racionalidad, tanto desde el hombre mismo que usa la razón, como desde la realidad que, en medida mayor o menor, se presenta ajustable a la razón."⁸

Pero del mismo modo, si hablamos de la razón, necesariamente tendremos que hablar de la intuición, de lo irracional, nos refiere Sergio Rábade, y este último podría definirse como lo inaccesible al conocimiento humano, total o parcialmente, debido a la incapacidad de la razón y las demás facultades cognoscitivas del hombre, nos refiere. Si bien es cierto que lo irracional, la intuición, nunca ha estado fuera del discurso occidental, lo cierto es que su presencia no era muy aceptada, se trataba de un huésped incómodo al que se pretendía relegar al trastero, procurando entrar lo menos posible en dicho lugar. "No en vano se daba por descontado que la razón era la dueña y señora de la casa."⁹

Hoy día, gracias a todo un proceso ya mencionado, es que se sigue desconfiando de todo aquello que tenga tintes de irracional, de inexplicable, que goce de una falta de seguridad y comprobación. Sin embargo, también se ha comenzado a hablar de ello en voz alta, en términos no antes vistos, contemplando que también es otra forma de acceder al conocimiento:

"Lo irracional se nos ha convertido en algo familiar y hasta atractivo. Lo irracional ha dejado de ser lo caótico, en el peor sentido peyorativo de esta calificación, para pasar a ser entendido como lo no codificable dentro de los cánones estrechos y del lecho procústeo y esterilizante de la razón. Lo irracional no es el desorden sin más, sino 'otro orden', más difícil de ver, orden no conocido,

⁸ Op. Cit. P. 11.

⁹ Op. Cit. P. 30.

pero subyacente al orden cómodo, pero superficial de la razón. Lo irracional no es el reino de la ignorancia, sino, acaso, otro modo de saber que excede, por riqueza, las reglas de un saber racional enteco y horro."¹⁰

Esto se debe a que el discurso científicista, racional-empirista ha agotado sus reservas intelectuales y ha entrado en una fase de decadencia donde se comienza a dar cuenta de que la vida es inmensamente mayor de lo que puede explicar y de que todas nuestras actividades no pueden girar en torno a una visión limitada: "Ha dejado de ser humillación vergonzante el reconocer que caminamos y nos movemos cultural y filosóficamente al margen de la guía de la razón. Los caminos de la razón pueden tener la claridad y la seguridad de las autopistas, pero la vida, la plenitud de la realidad está fuera de ellas".¹¹

Es así que la modernidad comenzó a dar cabida amplia a la irracionalidad, a una nueva forma de explicación, puesto que comprendió que no existía una estrecha correlación entre lo que se sabía (el conocimiento y sus métodos de aproximación) y la realidad, entre la razón y la vida, puesto que ésta última escapaba a los límites de la razón y sus explicaciones:

“El reino del conocimiento-razón y el reino del ser-realidad son dos reinos autónomos. Cada uno tiene su normativa y sus leyes, y las normas y las leyes de uno pueden no coincidir con las del otro. La modernidad se instalará, como ámbito de seguridad, en el reino de la razón, del conocer o del pensar. Pretende poseer y dominar las leyes de este reino. Pero la modernidad acepta, más o menos explícitamente, que estas leyes pueden dejar fuera de su campo de aplicación algunas realidades o aspectos de realidades, las cuales, de inmediato, merecerían el calificativo de irracionales.”¹²

¹⁰ Idem.

¹¹ Op. Cit. P. 32.

¹² Op. Cit. P. 36. De esta manera, se ha planteado la correlación entre lo racional y lo real, tal como lo hiciese Hegel, diciendo que todo lo racional es real y todo lo real racional. Sin embargo, Unamuno no está convencido con dicha sentencia, creyendo firmemente que lo real, lo realmente real, será entonces irracional. Así, todo lo que caiga fuera del límite de la razón, será irracional, y si la razón abarca tan sólo un pequeño

Hablar entonces de realidad será una tarea titánica, puesto que la instalación del hombre en la realidad exige saber dónde se está, que función le corresponde a uno y las relaciones existentes entre todos los seres que componen dicha realidad. Y es aquí donde se nos presentará el conocimiento como una dimensión primera y fundante de la instalación del hombre en la realidad, en el mundo, nos menciona Sergio Rábade. Así, si dicha realidad se encuentra acotada o delimitada por la racionalidad, luego entonces, nos perderemos de la vida. El hombre cree conocer la realidad, sin saber realmente en qué grado la conoce. "En cualquier momento de la historia, por muy orgulloso que ese momento esté del nivel alcanzado, siempre se verá obligado a reconocer que es mucho mayor el ámbito de lo desconocido que el de lo conocido."¹³ La razón e inteligencia humana serán finitas, y por lo tanto, nunca abarcarán toda la realidad, en tanto que el radio de acción de la intuición será considerablemente mayor por caer en el terreno irracional. Así, la combinación de ambos métodos de acercamiento al conocimiento y a la vida, razón e intuición, serán el camino a seguir por nuestra modernidad.

Asimismo la modernidad también abrirá el telón a lo irracional, muy a su manera, nos dice Rábade: "[...] creemos que es esta modernidad la que [...] está sentando las bases de la mayor parte de las concepciones de lo irracional que irán apareciendo en la historia posterior. Hay un rasgo de la filosofía moderna que nos parece fundamental a este respecto: la ruptura de la armonía entre el ser y el conocer."¹⁴ De esta manera, Pascal, por su parte, nos decía "todo lo que es incomprensible no deja de ser". Además, no se nos habla única y exclusivamente de lo desconocido, sino de lo incomprensible, es decir, lo que no puede ser aprehendido por el conocimiento, nos menciona Sergio Rábade. De esta forma es que se da una ruptura tajante entre el ser y el conocer puesto que son dos ámbitos independientes: "el conocer ya no tiene por qué entenderse como una reproducción asimilativa del ser, de la

fragmento muy minúsculo de la realidad, luego entonces, el terreno de lo irracional será oceánico, por lo tanto quedarnos anclados únicamente en la visión de la razón hará que perdamos de vista a la realidad, a la vida. Unamuno nos dice: "La vida es algo sobre lo que la razón puede decir bien poco, porque se encuentra más allá o más acá de lo racional, según se prefiera, pero está fuera lo racional." Por lo tanto vivir será una cosa y conocer será otra, y someter la vida únicamente a los distintos cánones de la razón o de la inteligencia sería paralizarla.

¹³ Op. Cit. P. 240.

¹⁴ Op. Cit. P. 88.

realidad."¹⁵ En pocas palabras, se produce una desconexión entre el conocer y la realidad, lo que produce la aceptación de una irracionalidad que escapa a los límites de lo conocido, de la racionalidad y sus explicaciones. Así, el conocimiento racional impulsor de la modernidad se encuentra circunscrito por el límite, y de esta manera todo aquello que caiga más allá de su frontera será totalmente inobjetivo, irracional, o simplemente no se encontrará disponible al conocimiento, nos dice Sergio Rábade.

Asimismo Sergio Rábade nos dice que si el conocer racionalmente significa descender o penetrar del compuesto hasta sus elementos o principios, dicha situación consistirá en una operación formal de análisis, pero al encontrarse la mente ante los últimos elementos, no puede seguir el mismo camino resolutivo o analítico, no puede descomponer más, llegando a una decisión, o simplemente no los conoce, o los conoce por un medio irracional (en el sentido estricto de la palabra, puesto que cae fuera del límite de la razón), por medio de la intuición.¹⁶ Viendo así que en la razón misma encontraremos a la irracionalidad. Así, si conocer racionalmente significa analizar, la racionalidad misma llegará entonces donde termina el análisis, en lo simple, por lo tanto, el análisis será sustituido por la intuición, una donde no cabe la justificación o racionalización, es decir, una intuición analíticamente irracional, nos menciona. Luego entonces, la racionalidad analítica será una que tenga su punto de apoyo en la irracionalidad de la intuición. Es así que la racionalidad dependerá del saber intuitivo e irracional.

Cabe mencionar que al decir que la intuición es irracional se refiere a que no es justificable analíticamente, con ello no queremos decir que no se trate de un conocimiento, sino que su modo de acceder es uno distinto al analítico, por medios directos, inconscientes, contemplativos y sin prejuicios. Lo irracional podrá ser lo impensable, lo incognoscible, lo intuitivo, lo contradictorio, lo ininteligible, es decir, lo ajeno a la razón, pero no al conocimiento. Lo irracional se adquirirá de manera inmediata, sin pasar por el proceso

¹⁵ Op. Cit. P. 89.

¹⁶ Así, nosotros, al igual que Rábade Romeo, nos adherimos al concepto de irracional en concordancia con lo impensable, lo incognoscible, lo intuitivo, lo ininteligible, es decir, lo ajeno a la razón pero no al conocimiento, puesto que lo irracional también puede ser lo supra-racional o para-racional, lo extra sistemático, lo incoherente, los sin-sentido, lo trágico, lo pasional, el mito, y a dichos conceptos no nos estaremos refiriendo al hablar sobre lo irracional.

discursivo, analítico, de la razón. Así, debemos entender que lo irracional cae dentro de un espacio oceánico, y la razón, en una pequeña isla (que constantemente se encuentra expandiendo), por lo tanto, los límites del conocimiento no serán puestos por la realidad, sino que se establecerán desde las facultades cognoscitivas del hombre, desde el uso preponderante de una racionalidad. Luego entonces, aprender a navegar en el océano de la realidad, guiados por la brújula de la intuición, nos llevará por nuevos horizontes de la vida.

2.2 ANTECEDENTES HISTÓRICOS DE LA INTUICIÓN

Al hablar de intuición no nos referimos a un ente mágico, misterioso, sino de una parte constitutiva de nuestro ser, junto con la razón, el cuerpo, el espíritu, las emociones. Ésta ha sido conceptualizada a través de los años de diversos modos y definida en términos racionales.

Los discursos a partir de los grandes filósofos griegos dieron origen a una visión del mundo, una en términos del conocimiento racional, de conocer nuestro propio conocimiento y de sabernos conocedores. Las visiones que actualmente dominan han sido las idealistas y las materialistas. Son éstas visiones las que han dado origen a la fragmentación, han separado a la razón de la intuición:

“A lo largo de la historia del hombre hemos podido constatar que el sentido de la vida y su complemento, el sinsentido, la razón y la intuición, se han desarticulado siempre por el discurso tanto idealista –la visión desde los griegos- como materialista –la postura desarrollada a partir de Descartes-.”¹⁷

Los primeros en hablar sobre la intuición son Platón, Aristóteles, entre otros. Cada quién, dentro de su propio esquema, logra encasillar a la intuición, bajo una filosofía, un discurso, como un aporte a las ideas, vista, desde luego, bajo los ojos del raciocinio.

¹⁷ Durán, N. (2004). Op. Cit. P. 23.

Platón habla sobre la intuición, como algo subordinado a la razón, torpe e insuficiente. Nos dice que la intuición se articula con las ideas pero ésta no se encuentra en el cuerpo y mucho menos puede manifestarse a través de una emoción o un sentimiento.

“Platón encuentra en la dialéctica [...] un lugar para la intuición, en donde el diálogo se manifiesta como la intuición de una idea. Es una demostración mediante el raciocinio de algo que no depende del raciocinio; sin embargo, en dicha manifestación platónica la intuición es torpe e insuficiente ante la razón”¹⁸.

Será Aristóteles quien, por su parte, jugará un papel fundamental en la historia tanto de la intuición como del pensamiento actual, que se verá reflejado en la Iglesia Católica a través de la escolástica. Él desarrolló a su manera el método dialéctico,¹⁹ además de darle un giro al concepto de intuición y centrarse en la razón intuitiva, una que se encuentra en el plano del diálogo y en la contraposición de opiniones.

“Aristóteles, por su parte, desenvolverá a su manera el método de la dialéctica, del diálogo de Platón. Cambiándolo de aspecto, se centró principalmente en el movimiento de la *razón intuitiva*. Para este filósofo griego, la *razón intuitiva* para en el diálogo, por medio de la contraposición de opiniones. [...] Su esfuerzo fue el de encontrar la ley en virtud de la cual de una afirmación pasamos a otra. En dicho esfuerzo se encuentra el origen de lo que Aristóteles llamaría *lógica* [...]”²⁰.

Para Aristóteles el hombre es un ser dotado de *logos*, un ser que además de saber, sabe que sabe y es así que se asume como conocedor: “Con ese *logos* se argumentó que el hombre tiene tanto la gran facultad de ver cosas o conocerlas de manera objetiva como de

¹⁸ Idem.

¹⁹ Método que investiga la naturaleza de la verdad mediante el análisis crítico de conceptos e hipótesis, por su parte, Aristóteles entiende la dialéctica como la búsqueda de la base filosófica de la ciencia, y utiliza a menudo el término como sinónimo de ciencia de la lógica. Biblioteca de Consulta Microsoft ® Encarta ® 2005. © 1993-2004 Microsoft Corporation.

²⁰ Durán, N. (2004). Op. Cit. P. 25. De esta manera Aristóteles construirá el método de la lógica: “la aplicación de las leyes del pensamiento racional que nos permite transitar de una posición a otra por medio de los engarces que los conceptos más generales tienen con otros menos generales, hasta llegar a lo particular. Para Aristóteles el hombre es un animal dotado de *logos*”. Durán, N. (2004). Op. Cit. P. 25.

ver lo que ve, esto es, de conocer su propio conocimiento”²¹. Es decir, el ser humano se asume conocedor y su conocimiento se vuelve objeto de reflexión.

Es necesario destacar, como ya se ha mencionado, que el corpus aristotélico será elegido por la escolástica de la Edad Media, gracias a Sto. Tomas de Aquino (siglo XIII) para continuar con la lógica como un método a seguir por la filosofía, en la construcción del conocimiento. De esta manera existe un parteaguas importante en la diferenciación entre la razón y la intuición. La intuición basada tan solo en un discurso.

Tiempo después, durante el Renacimiento, será con Descartes, con quien el método (la forma de ver al mundo y de conocerlo) se tornará distinto, ahora la razón será activa y positiva, puesto que cuestionará el conocimiento dado por la escolástica, esta situación nacerá a partir del momento en que René Descartes supo del descubrimiento de América, luego entonces puso en duda las verdades que le había enseñado anteriormente; esto lo orilló a desarrollar el Discurso del método.²²

Es así que nuestra visión fragmentada surge a partir de Descartes, quien propone en la filosofía moderna *la dualidad*, y con ello inicia la fragmentación del cuerpo humano tanto teórica como prácticamente. Es a partir de entonces que se presentará un conflicto constante entre la razón y la intuición, la mente y el cuerpo, lo simple y lo complejo, y por lo tanto, entre el hombre y la mujer. La visión cartesiana es la imperante, incluso hasta nuestros días.

A través de la célebre fase “pienso, luego existo” surge una gran división entre la mente y el cuerpo, nace una filosofía de la dualidad. La intuición quedará separada de la razón y ambas del cuerpo humano. La visión cartesiana ya no confía en lo que le dicen, ahora necesita comprobarlo, puesto que le han mentido. Descartes menciona que lo que es contradictorio no puede ser verdadero, a tal grado de decir que solamente se puede aceptar como verdadero lo que el ser humano puede ver de manera clara y distinta”.²³ De esta

²¹ Durán, N. (2004). Op. Cit. P. 25.

²² Durán, N. (2004). Op. Cit. P. 26.

²³ Idem.

manera nace un pensamiento basado en la duda, en la incertidumbre. “A partir de entonces la verdad se convirtió en prisionera de la razón”²⁴. Fue el quien pone sobre la mesa dos aspectos importantes, la razón y la individualidad, el reconocimiento del Yo, el nacimiento del ego.

“Descartes ve en el ser humano al sujeto que primero piensa y luego existe (cogito ergo sum). Con ello, el filósofo renacentista puso en la mesa de las discusiones filosóficas dos aspectos importantes: la supremacía de la razón y el reconocimiento del *Yo pensante*; por lo tanto, con la articulación de ambos aspectos se da el nacimiento de la racionalidad moderna. Descartes inaugura la modernidad.

En lo que toca a la razón, es indiscutible que, al resaltarla, Descartes abrió la puerta al camino de un método de análisis racional, y con la consideración del Yo pensante centró dicho análisis en el sujeto, como eje de la relación, frente a todo lo que lo rodea. Fue el nacimiento del ego.”²⁵

Descartes duda sobre lo no demostrado –los sentimientos intangibles, la subjetividad-, convencido verdaderamente de que la razón tiene la capacidad de comprobar, de demostrar, es así que la intuición, lo subjetivo tomará otro rumbo.

También en el método cartesiano la intuición será considerada, solo que será una intuición racional. Su método se reconocerá como pre-intuitivo, puesto que tiene como fin llegar a la intuición, “dividiendo en partes cualquier objeto confuso y no evidente hasta que suceda lo contrario, es decir, que se ofrezca claro, fácil de conocer. Entonces afirma Descartes, por medio del *análisis* se llegará a la intuición.”²⁶

Durán menciona que toda la filosofía posterior a Descartes estará anclada al *análisis* como un instrumento de la intuición, un método por excelencia en la construcción del conocimiento. De esta manera “queda así la intuición enraizada en el campo de la razón en

²⁴ Idem.

²⁵ Durán, N. (2005). Op. Cit. p. 20

²⁶ Durán, N. (2004). Op. Cit. P. 28.

unión con el análisis como otra herramienta del pensamiento.”²⁷ Es así que la intuición, se presentará como el método fundamental y principal de la filosofía moderna, solo que será vista a través de los ojos de la razón.

La intuición intelectualizada no puede aportar muchos elementos en la construcción personal, puesto que se encuentra impregnada con cierto aroma a razón. Una intuición que pasa solamente por la razón, no es intuición, puesto que ésta es de carácter corporeizado. Intuición, razón y cuerpo se encuentran unidos, no uno sobre el otro. Culturalmente es aconsejable pensar, antes que actuar y con ello apartamos a la intuición de nuestra vista.

Ésta será considerada de diversas maneras y poco a poco irá desprendiéndose de la coraza de la razón, hasta nuestros días (hablando en términos y momentos occidentales, puesto que existen otras culturas que han concebido a la intuición como eje fundamental en la construcción de cada persona, es decir el microcosmos en unión con el macrocosmos y el Universo).

Bergson, por su parte, durante el siglo XX consideró a la intuición como mística y emotiva. Él dice que por debajo de la realidad mecánica y estática, se encuentra una dinámica, una más profunda y verdadera que es percibida por la intuición. Nos dice que no se puede llegar a las verdades por medio de las definiciones intelectuales, sino a través de metáforas y sugerencias, por medio de la intuición. Por otro lado, Dilthey considera el carácter volitivo de la intuición. Dice que es ella quien descubre la existencia de las cosas, ella permite descubrir que antes que seres pensantes, somos seres que queremos, deseamos, aceptamos.²⁸

Actualmente la intuición es concebida de diversas maneras, desde distintas ópticas que la dotan de un carácter más real y no en el plano idealista o materialista, es decir, de carácter no solo racional.²⁹

²⁷ Idem.

²⁸ Durán, N. (2004). Op. Cit. P. 39.

²⁹ Para mayor información acerca de los tipos de intuiciones a través de un largo recorrido histórico consúltese la obra: “Cuerpo, intuición y razón”, de la maestra Norma Delia Duran Amavizca.

2.3 CONCEPTO DE INTUICIÓN

Durán nos menciona que la palabra intuición se desprende de intuir, que en latín significa “ver”; es por ello que la intuición, es válida tanto como visión, como contemplación. Y bajo la misma definición, se puede concebir como un *método directo*, es decir, la intuición nos arroja un conocimiento inmediato³⁰.

La intuición es la aproximación al conocimiento más ligado a la naturaleza, a nuestro origen, “funciona en un salto cualitativo, sin procedimiento metodológico, ve las cosas, no piensa sobre ellas”.³¹ La intuición es así una parte de la conciencia cosmológica, una despojada exclusivamente del *yo*, en unión con la macroesfera, la próxima y la distal, es decir, con nuestro propio entorno, el planeta tierra, el sistema solar y con el Universo. Es por ello que es de carácter holístico, universal, comunal, y existe en el terreno de la cooperación. Es un “*proceso no lineal, no empírico a través del cual obtenemos e interpretamos información en respuesta a nuestras preguntas*”.³²

Es un método directo para acceder al conocimiento. Es ella, quien, en primera instancia, en el plano inconsciente, nos avisa de los peligros inminentes de nuestro entorno o nos da avisos del diario acontecer interno, es decir, da cuenta de nuestras vidas y su devenir en esta sociedad.

“La intuición se nos ofrece, en primer término, como un medio de llegar al conocimiento de algo, y se contrapone el conocimiento discursivo [...]. La intuición consiste exactamente en lo contrario. Consiste en un acto único del espíritu que de pronto, súbitamente se lanza sobre el objeto, lo aprehende, lo fija, lo determina por una sola visión del alma.”³³

³⁰ Durán, N. (2004). Op. Cit. P. 40.

³¹ Durán, N. (2004). Op. Cit. P. 51.

³² Day, L. (1997). Op. Cit. P. 105.

³³ Durán, N. (2005). Op. Cit.

La intuición puede llegar a ser muy controvertida, incluso hay quienes piensan en recurrir a ella en última instancia, por considerarla como algo trivial: “Pero la intuición también tiene sus críticos. Algunos, por ejemplo, sostienen que se apela a la *intuición* cuando se desea evitar los costes del pensamiento analítico y que intuición puede ser sinónimo de *pensamiento descuidado*.”³⁴ Pero como hemos visto, dichas suposiciones se basan en un pensamiento plenamente racional, donde solo importa lo que se puede ver, comprobar, medir y cuantificar.

Intuición es el acceso a un conocimiento, pero desconociendo conscientemente el proceso: “*Intuición es cuando sabemos, pero no sabemos cómo sabemos*. Profundizando un poco más, es un saber interno, o un conocimiento que viene de adentro. [...] Este conocimiento interno puede ser estimulado por algo o alguien externo a nosotros, pero la información proviene de nuestro interior”³⁵.

De esta manera la intuición no puede ser concebida como algo ajeno a nosotros, como algo que pudiésemos adquirir con el paso de los años. Ella es una parte constitutiva de nuestro ser, en estrecha relación con la razón y con nuestro cuerpo. Se encuentra en nuestro interior:

“La intuición no está fuera del individuo, como lo expone la racionalidad, sino que forma parte del complejo microcosmos del cuerpo que a su vez se articula al macrocosmos universal”³⁶.

Las respuestas que cotidianamente buscamos se encuentran en nuestro interior: “[...] he llegado a comprender que ciertas preguntas están tan ligadas a nuestra personalidad que las respuestas sólo pueden encontrarse en nuestro interior. Muchas veces éste es el último lugar en el que buscamos. La labor de la intuición es conducirnos a estas respuestas”³⁷.

³⁴ Hogarth, R. (2002). *Educación de la intuición*. España: Paidós.

³⁵ Rosanoff, N. (1992). *Op. Cit.* P. 18.

³⁶ Durán, N. (2004). *Op. Cit.* P. 14.

³⁷ Day, L. (1997). *Op. Cit.* P. 33.

La intuición es una parte constitutiva de nuestro ser y todos, definitivamente todos contamos con ella. Laura Day nos dice que absolutamente todos somos intuitivos, solo que algunos han desarrollado más esta capacidad que otros.³⁸

Una intuición será parte de la vida y por lo tanto la comprenderá, pero analizarla y verla exclusivamente bajo la mirada de la razón, la dejará inconclusa. La intuición es de carácter general, holística y en este terreno puede entender y preservar la vida: “La inteligencia no puede comprender la vida, la biología tan sólo puede caricaturizarla; únicamente la intuición puede entenderla, ‘visión directa del espíritu por el espíritu’; ‘el cambio puro, la duración real, es cosa espiritual, o impregnada de espiritualidad. La intuición es lo que el espíritu alcanza, la duración, el cambio puro’.”³⁹

La manera en cómo ésta se comunica es un tanto inusual para nosotros, porque no estamos acostumbrados a escucharla. Ella se comunica a través de emociones, sensaciones, incluso a través de pensamientos, imágenes, síntomas o simplemente sensaciones físicas. Su lenguaje es diferente:

“[...] la intuición, (es un lenguaje de) signos y síntomas mediante los cuales el cuerpo nos indica que hemos de prestar atención a cierta emoción”.⁴⁰

Es necesario recordar que la intuición se encuentra articulada a la razón y al cuerpo, y por lo tanto, también a nuestros órganos, emociones, sentimientos y a los elementos de la naturaleza, es decir, a una geografía y un momento histórico dado:

“La intuición debe concebirse en relación con el cuerpo, con los órganos internos, pues cada órgano contiene un elemento en relación con la naturaleza (corazón-fuego, bazo-tierra, pulmón-metal, riñón-agua e hígado-madera), con las

³⁸ Y esa es la intención de esta investigación, el poder explicar cuáles son los procesos que permiten desarrollar nuestra intuición, y por lo tanto, nuestra razón, nuestro intelecto, nuestro cuerpo, nuestras relaciones intersubjetivas, y mejorar las relaciones con nuestro entorno.

³⁹ Prigogine, I. (1997). ¿Tan sólo una ilusión? Una exploración del caos al orden. Barcelona. Tusquets. P.76.

⁴⁰ Schulz, M. (1999). Despierta tu intuición. Barcelona: Urano. p. 381 en Durán, N. (2004). Op. Cit. P. 118. Entre paréntesis mío.

emociones (alegría, obsesión, tristeza, miedo e ira), con la racionalidad, con la percepción y con el instinto”.⁴¹

Es por ello que su lenguaje es a través del cuerpo, como ya hemos mencionado, y éste será, muchas veces a través de síntomas que pueden avisarnos de algún problema interno. Para escucharla, es necesario pasar del pensamiento (exclusivamente) al sentimiento, al cuerpo:

“Para que el ser humano palpe su intuición, deberá de pasar del pensamiento al sentimiento, a su soma, el cuerpo; el sentimiento lo llevará a la intuición. El paso del pensamiento a la intuición no es posible si antes no se toca la memoria corporal.”⁴²

Pero también existen algunas otras manifestaciones de la intuición. Ésta se puede dar a conocer a través de simbolismos que debemos de interpretar:

“La intuición, además de obtener información, la interpreta. De hecho, las impresiones intuitivas deben ser interpretadas para que resulten útiles, al igual que la información de los sueños. La información que recibimos por medio de la intuición es de carácter simbólico. Este simbolismo es inherente a todos los lenguajes internos, en oposición al lenguaje que utilizamos de forma habitual para comunicarnos con los demás.”⁴³

La información que recibimos a través de la intuición puede no ser del todo clara, en primera instancia, pero cuando llega existe un sentimiento de certeza, no hay ansiedad, miedo, culpa, prejuicios, todo desaparece. También es importante reiterar que puede darse en forma de símbolos o imágenes que podremos interpretar. Para ello Laura Day nos dice que dichas imágenes o símbolos no significan lo mismo para cada uno de nosotros, así que tendremos que descubrir dichos significados.

⁴¹ Durán, N. (2004). Op. Cit. P. 14.

⁴² Durán, N. (2004). Op. Cit. P. 51.

⁴³ Day, L. (1997). Op. Cit. p. 108.

“La información intuitiva se suele recibir con mucha claridad, pero en algunos casos nos llega a través de voces, sentimientos e imágenes *fragmentarias** que después debemos combinar para descubrir su significado. En este intrincado proceso hay un amplio margen de error. La intuición no siempre da respuestas claras como sí o no; se manifiesta por medio de símbolos, sonidos y sentimientos que deben ser interpretados e integrados por la mente racional.”⁴⁴

También nos dice que absolutamente todo tiene un significado, si percibimos que nos pica la nariz, si alcanzamos a percibir lo que estamos percibiendo, tiene un significado. Nada es causal, todo es significativo, es decir, no son coincidencias, y por consiguiente lo podemos interpretar. “Todos los momentos –pasados, presentes o futuros- tienen un significado. Todas las señales, los actos y las cosas que percibimos en el presente tienen un vínculo con el pasado. Y todo lo que percibimos tiene un significado en el futuro.”⁴⁵

Todo, absolutamente todo lo que se percibe a nuestro alrededor tiene un significado. En otras palabras, hay una razón específica por la cual estamos eligiendo cierta información y otra es desechada, es decir, los miedos, el ego, las angustias (vertidas en nuestros cuerpos a través de la cultura y la sociedad) nos hacen ver solo lo que queremos y el papel de la intuición consiste en desentramar dicho proceso.

Es de esta manera que quien logra entrar plenamente en contacto con su intuición entra en contacto con su cuerpo, toma conciencia de él y del entorno. Es así que la intuición se manifiesta a través del cuerpo, de distintas maneras, a través de emociones, sentimientos, sensaciones, a través de todo el cuerpo en conjunto (por medio de los sentidos o intelectualmente). Durán dice que primero puede manifestarse a través de sensaciones, que después se convierten en sentimientos o imágenes, incluso en pensamientos. Otros autores como Rosanoff, Day, Goldberg, entre otros, opinan que ésta puede darse

* Es necesario mencionar que la intuición en primera instancia puede darse como pequeños momentos, como pequeños destellos, pero esto no indica que la intuición sea fragmentaria. *Cursivas mías.*

⁴⁴ Day, L. (1997). Op. Cit. p. 144.

⁴⁵ Day, L. (1997). Op. Cit. p. 78.

directamente a través de imágenes, sensaciones corporales o a través de palabras concretas que posteriormente tendremos que interpretar.

La intuición constantemente entra en conflicto (debido a un proceso histórico) con la razón, la lógica, las ideas preconcebidas, las costumbres, las ideologías, y las diferentes formas de ver el mundo impuestas por la sociedad del momento, cuando esto puede no ser así: “Nuestra intuición debe competir con las ideas preconcebidas que tenemos sobre el mundo, con nuestra tendencia «lógica» y con nuestro «sentido común».”⁴⁶ Al menos, así lo menciona Day. Ahora sabemos que una verdadera intuición no debiese entrar en competencia, ni demostrar ser eficaz y eficiente. Esto lo encontramos en los discursos neoliberalistas, competitivos, “exitosos”, y un auténtico desarrollo se encuentra en otro lado, en uno donde lo que se busca es la manifestación de nuestro ser más auténtico.

La intuición es de carácter predominantemente femenino, es sensible, conciliadora y cooperativa, pertenece más al plano inconsciente, es mística y es de carácter general, holística, en tanto que la razón es de carácter masculino, es expansiva, mira hacia fuera, es científica, agresiva y competitiva, es individual. “El pensamiento racional es lineal, fijo y analítico, pertenece a la esfera del intelecto, cuya función es diferenciar, medir y catalogar, y por ello tiende a ser fragmentado. El conocimiento intuitivo, por su parte, se basa en la experiencia directa y no intelectual de la realidad que surge durante un estado expansivo de la conciencia; tiende a ser sintetizante y holístico”⁴⁷.

Existen autores que consideran a la intuición como un mecanismo interno “que nos ayuda a tomar decisiones. Es lo que algunos llamamos un presentimiento, un instinto”, un

⁴⁶ Day, L. (1997). Op. Cit. P. 97.

⁴⁷ Durán, N. (2004). Op. Cit. P. 54.

* Es necesario aclarar que intuición e instinto son dos cuestiones distintas que se complementan, puesto que los instintos son reminiscencias de nuestro pasado evolutivo, son mecanismos naturales que nos ayudan a sobrevivir, en tanto que la intuición, además de salvaguardarnos, encierra un aspecto más correlacionado con nuestro entorno, es decir, contempla las interconexiones de nuestros semejantes y no tan semejantes, buscando así nuestro desarrollo integral y el de nuestro entorno próximo, medio y distal, siendo así de carácter espiritual.

sentido que nos guía en una u otra dirección y que, combinado con la práctica, nos proporciona las herramientas para tomar decisiones firmes.”⁴⁸

La intuición es de carácter inconsciente, pero desarrollarla implica trabajar directamente sobre nuestro cuerpo, emociones, pensamientos y acciones, de manera consciente, e incorporar dicho proceso a nuestra vida cotidiana, en cada momento. Laura Day nos dice que en nuestra vida cotidiana nuestro cuerpo realiza una serie de funciones físicas muy complejas de un modo simple, eficaz e inconsciente, como por ejemplo, respirar. También nos dice que tomar consciencia de ello, controlar conscientemente la respiración, tiene muchas ventajas, tal y como lo hacen los maestros yogui: “al hacer cualquier ejercicio de respiración podemos controlar el dolor, aumentar la concentración, ayudar al cuerpo a relajarse e incluso acelerar el proceso de curación”. De esta manera, la intención es hacer consciente un proceso inconsciente, en este caso, nuestro cuerpo, nuestros instintos, etc., para poder así, acceder a nuestro ser más auténtico y sus manifestaciones, es decir, a nuestra intuición.⁴⁹

Laura Day nos dice que “la información intuitiva no es empírica porque no la recibimos a través de los sentidos. Sin embargo, cuando percibimos una impresión intuitiva y la utilizamos para llegar a una conclusión pasa a ser empírica. Cuando captamos una imagen intuitiva sobre un hecho futuro, nuestra mente racional puede usarla como si fuera tangible.”⁵⁰

También ella nos dice que al leer algún libro uno se encuentra “realizando una serie de funciones mentales sin tener conciencia de ello, por ejemplo la memoria. Cuando ve una palabra, la compara de forma inmediata con las miles de palabras almacenadas en su memoria. Y al mismo tiempo recupera imágenes y datos asociados con ella que quedan registrados en su mente consciente. Su intuición funciona del mismo modo. Proporciona

⁴⁸ Day, L. (1997). Op. Cit. p. 15.

⁴⁹ Op. Cit. p. 70.

⁵⁰ Op. Cit. p. 108.

datos a su mente consciente de forma continua, aunque usted no sepa nada de ese proceso.”⁵¹

Por su parte, el pensamiento lógico parte de la descomposición, de la desarticulación para poder comprender el suceso o acontecimiento. Funciona de manera analítica, minuciosa y a través de todo un proceso intelectual, la intuición funciona de una manera distinta y en primera instancia se puede percibir como destellos, a través de alguna imagen, idea, sensación o sentimiento:

“La deducción es un método de razonamiento lógico en el que se parte de unas premisas para llegar a una conclusión. En cambio, la intuición no procede de una forma lógica, no necesita razonar. Simplemente sabe, de manera inmediata. Mientras la razón actúa de manera minuciosa, la intuición funciona con frases (sic). La intuición percibe destellos de realidad normalmente a través de símbolos, que se deben combinar e interpretar para obtener una imagen coherente”.⁵²

La intuición, en comparación con los métodos analíticos racionales, puede darnos un panorama más amplio y acertado sobre algún problema en particular, debido al carácter general que ésta presenta, uno holístico. Para ello es necesario recurrir a la experiencia y a la intuición. Hogart nos dice que en la resolución de problemas no todos pueden solucionarse de manera analítica exclusivamente, dice que cuando las situaciones se complican, las personas tienden a no confiar tanto en los métodos analíticos por tres razones:

“En primer lugar, por definición los métodos analíticos implican una simplificación y, por consiguiente, no pueden captar la riqueza del contexto del problema, se pierden detalles que pueden ser importantes. En segundo lugar, los métodos analíticos exigen unos supuestos explícitos, y estos supuestos se pueden

⁵¹ Op. Cit. p. 70-71.

⁵² Op. Cit. p. 106.

percibir como no realistas. En tercer lugar, las personas saben que hasta el más pequeño error puede invalidar los resultados de un análisis.”⁵³

Debemos señalar que es la intuición quien, en combinación con la razón, juega un papel importante en la resolución de problemas, en la creación de nuevas teorías, incluso en la vida diaria. Hay quienes aseguran que la intuición precede a la razón, y otros a la inversa: “Incluso Einstein, sin duda uno de los cerebros más destacados de la era moderna, admitía que la verdad científica se revelaba en primer lugar a través de la intuición, y que sólo después se verificaba por medio de procedimientos lógicos. [...] La intuición guía en una primera fase al científico que formula una hipótesis, al detective que busca pistas y al médico que hace un diagnóstico.”⁵⁴ Pero ahora sabemos que existe una rara combinación de las secuencias a seguir, de esta manera no existe una regla en la cual la intuición se manifieste ni el orden de aparición con respecto a la razón.

Luego entonces, a pesar de las diferentes definiciones que se tengan sobre la intuición, algunas sumamente positivistas, predominantemente racionalistas, nosotros nos adherimos a la descripción de ésta como la de un método directo que nos proporciona un conocimiento inmediato, sin procedimientos metodológicos analíticos, predominantemente racionalistas, siendo ésta una manifestación o acto del espíritu. Así la intuición será entonces una manifestación interna de nuestro ser más auténtico, una parte constitutiva de nuestro ser, en estrecha relación y articulación con la razón y con el cuerpo (uno articulado con el espacio-tiempo-conciencia) que busca el desarrollo tanto individual como social y del entorno, es decir, de la vida en sus diversas manifestaciones. Ésta será entonces parte del microcosmos articulado al macrocosmos, manifestándose así a través de emociones, sensaciones, pensamientos, imágenes, síntomas, signos o símbolos y sueños, principalmente. La intuición es de carácter inconsciente, sensible, conciliador, cooperativo, holístico, basándose en la experiencia directa no intelectual exclusivamente.

⁵³ Hogarth, R. (2002). Op. Cit. p. 27.

⁵⁴ Day, L. (1997). Op. Cit. p. 139.

2.4 MANIFESTACIONES DE LA INTUICIÓN

Tal y como lo hemos mencionado, la intuición tiene diversas manifestaciones y existen muchos autores que bogan hacia la misma dirección. Hay quienes dicen que la intuición se manifiesta a través de imágenes, pensamientos, números, sensaciones físicas, emociones, sentimientos, incluso a través de síntomas y de símbolos que tendremos que representar.

Se dice y se refiere que a lo largo del tiempo se han conceptualizado varios tipos de intuición, en diferentes niveles, por decirlo de alguna manera, y estos son: La *intuición sensible*, donde el sujeto percibe un objeto, un árbol, una silla, algo semejante o simplemente algún paisaje de una sola mirada, es decir, es una comunicación directa entre el sujeto y el objeto, sin intermediarios. Por otro lado encontramos la *intuición espiritual*, donde se captará las formas de los objetos, la dimensión y el tamaño, a través de comparaciones y es aquí donde interviene el espíritu, el pensamiento. Es así que también tenemos a la *intuición real*, la cual “penetra en el contenido de las cosas, capta su esencia, su existencia y su consistencia”⁵⁵, ésta a su vez desprende tres clases, intelectual, emotiva o volitiva. La *intuición intelectual* es la conceptualizada por Platón, Descartes y los filósofos idealistas. Es así que la intuición donde predominan los motivos emocionales es la *emotiva*, es decir, se centra en el valor del objeto, en lo que éste vale, si es bueno o malo, desagradable o agradable, etc. En la *intuición volitiva* entran en juego las motivaciones internas de la persona, y éstas a su vez son derivadas de la voluntad, del querer.⁵⁶ Así, podemos ver que las concepciones por donde ha atravesado la intuición se encuentran enraizadas en el racionalismo.

Por otro lado Nancy Rosanoff nos dice algo con respecto a las manifestaciones de la intuición: “Sabemos que viene de adentro porque por lo general viene acompañada por una fuerte sensación física, visual y/o emocional”⁵⁷. Para ella existen principalmente tres tipos o *estilos* de intuición: mental, emocional y cinestésica (o física). Al respecto nos dice:

⁵⁵ Durán, N. (2004). Op. Cit. P. 41.

⁵⁶ Op. Cit. P. 40-41.

⁵⁷ Rosanoff, N. (1992). Op. Cit. P. 18.

“Los intuitivos *Mentales* experimentan la Intuición como algo cercano al *pensamiento*. Es una forma de Intuición más masculina y orientada hacia un objetivo.”⁵⁸

Dice que es como un pensamiento persistente el cual no pedimos, las manifestaciones podrán ser imágenes, o simples ideas.

“Los intuitivos *Emocionales* sienten su Intuición. Es la tradicional ‘Intuición Femenina’, un sentimiento vago o específico que no puede explicarse, pero que generalmente es correcto. Alguien puede sentirse bien o mal con respecto a algo.”⁵⁹

Al respecto, la autora menciona que pueden sentir una ligera depresión cuando su intuición les indica que algo no va bien.

“Los intuitivos *Cinestésicos* tienen *sensaciones físicas* que comunican información. Es posible que tengan un sentimiento apremiante, o algo que excite su corazón, o algo que les produzca un dolor en el cuello[...]. Los intuitivos cinestésicos se sentirán “cómodos” o “incómodos” con respecto a algo.”⁶⁰

Nancy R. nos dice que la gente, por lo general, puede presentar alguna combinación de los tres tipos de intuición, aunque puede estar alguna de forma más presente.

“Los tres tipos de gente pueden percibir la Intuición a través de modos visuales, sentimentales o sensitivos; aunque, por lo general, los intuitivos mentales son visuales y sensitivos; los intuitivos emocionales son visuales, sentimentales y sensitivos, y los intuitivos cinestésicos usan sentimientos y sensaciones”⁶¹.

⁵⁸ Op. Cit. P. 19.

⁵⁹ Op. Cit. P. 20.

⁶⁰ Idem.

⁶¹ Op. Cit. P. 21.

Rosanoff menciona que básicamente existen tres tipos de manifestaciones y que es necesario volvernos sensitivos, para poder escuchar a nuestra intuición: “Son tres las formas principales en las que nos habla la Intuición: *a través de imágenes y símbolos, a través de sentimientos y emociones y a través de sensaciones físicas*. Puesto que la intuición no es necesariamente verbal o lógica, necesitamos volvernos sensibles a un lenguaje más sutil de símbolos, sentimientos y sensaciones físicas, para poder escuchar lo que quiere decirnos”.⁶²

Philip Golberg nos dice que en las manifestaciones simbólicas de la intuición a veces el significado no es obvio o claro, sino que necesita ser descifrado a través de otras intuiciones o del intelecto, es decir, del análisis. Él dice que las sensaciones físicas (manifestaciones de la intuición) a veces pueden ser localizadas con exactitud e identificar con precisión. Este tipo de manifestación tendrá algún significado en particular para cada quien.

Así mismo, el orden de las manifestaciones de la intuición con respecto de la razón no se encuentra establecido a manera de ley o regla general. Philip Golberg nos dice que ésta puede llegar en cualquier momento. A veces puede encontrarnos trabajando o simplemente descansando (que es justamente cuando las ideas reposan y no se encuentran agitadas). Justamente Einstein, en momentos de reposo, al encontrarse en su bañera, le llegaban destellos intuitivos de por donde guiar sus teorías. Golberg a estos momentos los llama incubación (la pausa que ilumina).⁶³

2.5 EMOCIONES Y DESEOS QUE INTERVIENEN EN LA INTUICIÓN

Un aspecto importante a considerar es el papel que juegan las emociones y los deseos en el desarrollo intuitivo. Una vez que percibimos sensaciones o sentimientos con respecto a algo o alguien, debemos de tomar en cuenta que puede no tratarse de información intuitiva (información recibida por medio de la intuición). De hecho, mucho

⁶² Op. Cit. P. 19.

⁶³ Goldberg, P. (1992). La dimensión intuitiva: El descubrimiento de nuestra intuición y su aplicación en la vida cotidiana. México: Hermes.

de lo que sentimos actualmente es resultado de todo un proceso histórico, social, cultural, político y económico, y es por ello que nuestros deseos se encuentran permeados por la sociedad, por el momento y lugar en el que vivamos (debido a nuestra familia, religión, libros leídos, es decir, a través de la educación formal e informal). De esta manera nos resulta difícil escuchar a nuestra intuición y creemos firmemente que queremos o deseamos algo, pero es una ilusión. “[...] cuanto más sepa sobre algo y más se implique emocionalmente en un resultado concreto, más interferirán sus sentimientos a la hora de recibir e interpretar los datos intuitivos.”⁶⁴

Nancy Rosanoff nos dice que nuestros temores crean una barrera que nos impide escuchar a nuestra intuición. Cuando los alentamos cediendo ante ellos, éstos crecen y automáticamente aparecen en diversas situaciones. También nos menciona que para luchar contra este tipo de temores se necesita de la comprensión psicológica de nosotros mismos, indagar de donde proviene dicho temor, comprenderlos, puesto que estos provienen de nuestra cultura o de nuestros antecedentes personales⁶⁵.

Rosanoff nos dice que: “nuestros deseos son tan fuertes como nuestros temores, y ambos debilitan nuestra habilidad para escuchar y confiar en nuestra Intuición”. Por otro lado dice que: “No todos los deseos interfieren con la Intuición. El desear que algo suceda puede influir cuando nosotros dirigimos nuestras energías. Esto, por lo tanto, estimula las cosas que deseamos que sucedan. Una inspiración o idea puede convertirse en un tipo de deseo que nos dirige hacia alcanzar una meta.”⁶⁶

Existen muchos temores, deseos, enojos, reclamos, necesidades y otros tantos aspectos que nublan a nuestra intuición, y por lo tanto a nuestro verdadero ser. Los deseos mal encaminados pueden obstruir el camino: “Sin embargo, hay un tipo de deseo que puede hacer corto circuito con nosotros. A veces nuestros deseos interfieren con nuestro funcionamiento normal, o se enfocan en algo en lo que no tenemos el control de lograr. Este tipo de deseo nubla nuestra habilidad para enfrentarnos al presente. [...] Es una forma

⁶⁴ Day, L. (1997). Op. Cit. p. 142.

⁶⁵ Rosanoff, N. (1992). Op. Cit. P. 60-61.

⁶⁶ Op. Cit. P. 72.

de evadirnos, no haciendo lo que es importante para nosotros. Este tipo de deseo es sólo una careta para esconder el temor al éxito.”⁶⁷

El ego es una de las principales causas de que no podamos escuchar a los demás, ni siquiera a nuestra intuición, es decir, no nos escuchamos, puesto que creemos que lo sabemos todo y no dejamos lugar a nada más. Nancy nos habla sobre un gran obstáculo que encontramos para poder escuchar a nuestra intuición y se llama Mente Experta. “Es la parte de nuestra mente que lo sabe todo –la parte que ha decidido lo que va a suceder, cuándo va a suceder, y cuál será el resultado.”⁶⁸ Dice que con esta actitud, la de la mente experta, la gente asume que todo lo sabe y por consiguiente deja de aprender; ya no hay más espacio para más información, se resisten al cambio y a lo nuevo. Este tipo de mente está relacionada con el pasado y con el futuro, es decir, hace que “se enfoque en lo que se ha hecho antes y en lo que probablemente sucederá basado en la experiencia pasada”.⁶⁹

Al respecto, existe una historia que habla sobre un monje budista y un intelectual que quería aprender de él:

“Este hombre fue con el monje y le expresó su deseo de aprender y estudiar el Zen. El monje invitó al hombre a sentarse y tomar té. El hombre continuó hablando acerca de lo que él sabía, pensando que necesitaba impresionar al monje con su conocimiento antes de que el monje lo aceptara como alumno. Mientras el hombre estaba repitiendo lo importante que era para él aprender el Zen, y lo mucho que él sabía de otras religiones, el monje le sirvió un poco de té.

Pero el monje no dejó de servir el té. La taza del hombre comenzó a desbordarse. El té corría de la taza y caía al suelo. El hombre dejó de hablar y le preguntó al monje qué era lo que estaba haciendo. El monje respondió que la taza era como la mente del hombre. Estaba rebosante de conocimiento. ¿Cómo esperaba que el monje le enseñara algo más, cuando ya no había espacio para más

⁶⁷ Op. Cit. P. 72-73.

⁶⁸ Op. Cit. P. 91-92.

⁶⁹ Op. Cit. P. 97.

conocimiento? ‘Antes de que podamos aprender algo’ dijo el monje, ‘debemos tener una mente vacía’.”⁷⁰

Nancy Rosanoff nos dice que cuando realizamos alguna actividad por primera vez, generalmente colocamos toda nuestra atención en ello (después lo hacemos de manera rutinaria y por inercia), estamos al pendiente de todo lo que sucede y por lo tanto estamos en el lado opuesto de la Mente Experta que es la Mente del Principiante. Nancy nos dice que debemos de tomar esta actitud en nuestra vida cotidiana. Dice que la mente principiante es la mente vacía, hacer todo como si fuese la primera vez. Con ello “podemos apreciar la belleza de cada momento, y estar alertas a lo que está sucediendo en este tiempo en particular, aun con algo que hemos hecho millones de veces antes”.⁷¹

Sobre la misma línea, Nancy nos dice que “para estar en la Mente Principiante tenemos que estar en el momento presente. Si estamos demasiado preocupados por nuestro pasado, asumiendo que éste va a repetirse una y otra vez, ¡así sucederá! Y nos aburriremos. También preocuparnos por el futuro es lo mismo que preocuparnos por el pasado. El futuro puede ser nuestra esperanza o nuestro temor de que el pasado se nos repita.”⁷²

De esta manera ella nos dice que la Mente Principiante nos regresa al presente y esto no significa que olvidemos el pasado, significa no estar abrumados por el pasado o el futuro, logrando así conectarnos de una mejor manera con nuestro ser, con nuestra intuición, y para poder escuchar a nuestra intuición necesitamos reconocer las diferencias entre estos dos tipos de mente, la experta y la principiante. También nos dice que cuando estamos seguros de lo que ocurrirá (mente experta) no damos posibilidad a nada más. “La Mente Experta que está dentro de nosotros no puede permitir que surja una idea nueva y

⁷⁰ Op. Cit. P. 93.

⁷¹ Op. Cit. P. 93-94. Al referirnos que la intuición “está en el momento presente” no queremos decir que su carácter se encuentre plenamente en el presente, sino que además ésta tendrá un carácter predictivo, con probabilidades a futuro, pero solamente “viviendo en el presente” es que podremos encontrarla, en tanto que estar añorando constantemente el pasado o siempre estar viviendo en el futuro, en los sueños, nos desubicará y no podremos escucharla, estaremos viviendo algo que en realidad ya no existe.

⁷² Op. Cit. P. 95.

creativa”, por ello nos dice que “La Intuición siempre está en el momento presente, y siempre nos proporcionará un enfoque fresco de una situación antigua.”⁷³

De esta manera la intuición se encuentra desprovista de prejuicios, competencias dañinas y otros elementos muy característicos de nuestra modernidad (estar pensando siempre en el pasado o en el futuro sin vivir el presente de manera consciente). Es por ello que nuestra intuición junto con la razón y el cuerpo pueden darnos líneas guías para el desarrollo de la vida, la nuestra.

2.6 INTUICIÓN, MODERNIDAD Y SUS EFECTOS EN LA SOCIEDAD MEXICANA

Los grandes problemas que actualmente vivimos residen en nuestros estilos de vida, en nuestra forma de ver y vivir el mundo, y en ello es un factor angular nuestra modernidad. Así nos dice Samuel Ramos que nuestra crisis debe de ser vista tan solo como la culminación de la modernidad, cuya ciencia proporcionó al hombre de poder para después hacerlo esclavo. Tratamos de dominar al mundo con el propósito de librarnos de los fenómenos naturales, sin ver que con dicha actitud generamos otros males, inherentes a nuestra actitud.

Samuel Ramos dice que el malestar de la conciencia moderna denota falta de armonía con nuestro medio. “La civilización ha venido a complicar la vida en grado extremo hasta el punto de desorientar al hombre en medio de la multiplicidad de cosas que él mismo ha inventado. [...] Uno de los errores de valoración que más consecuencias desfavorables ha tenido es el de *eleva los medios a la categoría de fines.*”⁷⁴ Ahora se busca la comodidad, lo fácil, lo desechable... El deseo moderno de liberarse de la fatiga laboral no es nueva, sino tan antigua como la historia misma. “La liberación del trabajo en sí no es nueva; en otro tiempo se contó entre los privilegios más firmemente asentados de unos pocos. En este caso, parece como si el progreso científico y el desarrollo técnico sólo hubieran sacado partido para lograr algo que fue un sueño de otros tiempos”.⁷⁵

⁷³ Op. Cit. P. 96-97.

⁷⁴ Ramos, S. (1940). Op. Cit. P. 11.

⁷⁵ Arendt, H. (1993). La condición humana. España: Paidós, p. 17.

La sociedad industrial trastocó la vida personal y trajo consigo nuevos problemas de salud que implicaron a su vez un cambio en el proceso de vivir el cuerpo humano⁷⁶. Es en esta búsqueda de la comodidad, de lo fácil, del placer que nos perdemos.

López Ramos nos dice lo siguiente: “El cuerpo humano [...] vivió, desde el inicio del siglo XX, una transformación silenciosa con las nuevas patologías; así, empezó a surgir una sociedad que producía cuerpos con enfermedades crónico-degenerativas, muertes prematuras y, en general, una calidad de vida indigna. Este hecho revela que algo estaba sucediendo en la sociedad post-industrial y el cuerpo era la síntesis de ese proceso, con matices diversos según el lugar que se ocupara en la división social del trabajo, en la cultura y en la economía”.⁷⁷

La idea de lo moderno es la despersonalización, ahora hablamos por Chat, por Internet, por e-mail, y esa comunicación nos cuesta, hablar con alguien cuesta dinero. De esta manera, la individualización produce mayores ganancias, puesto que ahora no queremos compartir la televisión, la computadora, en fin, y por lo tanto, cada quien tiene su propio teléfono, su propio televisor, etc. Entramos en una era de consumismo, consumimos relaciones, ahora todo es desechable, las relaciones, la comida, vasos, platos, teléfonos, etc.

Por el mismo lado, el sistema de poder se orienta a que la gente entre en estas fases de consumismo, de despersonalización, de individualización gracias a ingeniosos sistemas, a mecanismos de vigilancia que ahora ya se encuentran implícitos, en uno mismo. “El siglo XVIII [...] elaboró lo que podrá llamarse una nueva economía de los mecanismos de poder: un conjunto de procedimientos y, al mismo tiempo, de análisis, que permiten aumentar los efectos de poder [...] ya no se ejercía a través del rito, sino de los mecanismos permanentes de vigilancia y control.”⁷⁸ De esta manera ya no existe alguien externo que influya en

⁷⁶ López, S. (2007) La construcción social del cuerpo en el siglo XX: la ruta de la historia social, en Camarena M. (2007). El siglo XX mexicano: Reflexiones desde la historia oral. México: AMHO, CEAPAC, p. 15.

⁷⁷ Op. Cit., p. 16.

⁷⁸ Foucault, M. (2000). Los anormales. México: Fondo de Cultura Económica, p. 88.

nosotros directamente con el peso de su autoridad, como lo fue en algún momento la figura de rey, lo cual, en muchas ocasiones genera descontentos, resistencias y rebeliones. Ahora ya no va a ser alguien al que se le tengan que pagar tributos, ahora se paga, pero de una manera tan sutil que casi no se percibe: “[...] en lugar de tener un poder que actúa esencialmente mediante quitas de los frutos de la producción, el siglo XVIII inventó unos mecanismos de poder que pueden tramarse directamente sobre los *procesos de producción*, acompañarlos a lo largo de todo su desarrollo y concretarse como una especie de control y aumento permanente de esa producción.”⁷⁹ Ahora creemos poseer elecciones, encontrarnos libres, tener la capacidad de decisión, tener voz y voto, pero esto dista mucho de serlo así.

Dichos mecanismos no solo se encuentran en los procesos de producción, sino también se encuentran entretejidos con las instituciones, en la educación formal e informal, en cada colonia, en cada hogar a través del sistema familiar, se les pide a los padres que confíen la educación de sus hijos, los próximos obreros y trabajadores del mañana, que los mantengan sanos y fuertes: “se pide a los padres no sólo que encaucen a sus hijos para que puedan ser útiles al Estado; sino que se solicita a esas mismas familias que hagan la retrocesión efectiva de los niños al Estado, que confíen, si no su educación básica, sí al menos su instrucción, su formación técnica, a una enseñanza que será directa o indirectamente controlado por el Estado.”⁸⁰

Es así que en la tradición cultural de nuestro mundo moderno encontramos las patologías puesto que no solo son costumbres, sino ideologías que se pasan de generación en generación. Las diferencias culturales determinarán las diferentes maneras de construcción corporal, siendo así que cada cultura va a construir sus propias patologías, al menos en frecuencia e intensidad.

El ser humano produce su propia cultura para poder sobrevivir al medio que le rodea, desarrolla vestimenta, vivienda y una variedad de elementos que harán más factible

⁷⁹ Idem. Cursivas mías.

⁸⁰ Op. Cit., p. 242.

el desarrollo de un pueblo. Los que viven en Alaska tendrán costumbres muy distintas a la gente que vive en la costa de México.

Debemos de reconocer que cada cultura va a construir un determinado cuerpo, ésta se manifiesta en los cuerpos. Lo instituido está dentro de cada uno de nosotros, en nuestros cuerpos, puesto que ahí se concretizan las ideologías de la familia, la escuela, la sociedad, etc. de las relaciones intersubjetivas, interfamiliares, intergeneracionales, es decir, no podemos escapar a la cultura.

“La construcción social del cuerpo en México es parte de un proceso sociopolítico que se relaciona también con la medicina y la jurisprudencia, la normatividad y los sistemas alimentarios, y el establecimiento de una hegemonía sobre el concepto de salud, el cual implica un sistema de diagnóstico y tratamiento”⁸¹

Nuestra sociedad se encuentra cruzada por una serie de factores que repercuten directamente en lo que somos, en lo que pensamos, en como sentimos y de que nos enfermamos.

“Nuestro tiempo está marcado por las emociones, por eso afirmamos que tenemos un cuerpo dominado por lo emocional. La interrogante es: ¿cómo podemos ver el cuerpo emocional sin perder el cuerpo orgánico? ¿Dónde habitan las emociones y hacen un proceso complejo en el cuerpo, trastocando la economía energética de los individuos? El movimiento corporal no puede ser ajeno a los procesos emocionales.”⁸²

Es de esta manera, que ante nuestras grandes ciudades surge la necesidad de hablar de un movimiento, de un flujo continuo en todos los aspectos porque es cierto que ya se ha sobrepasado el concepto de “mente sana en cuerpo sano”, ahora no podemos creer en ello, puesto que vemos a gente muy atlética pero con serias dolencias físicas o emocionales, con

⁸¹ López, S. (2007) La construcción social del cuerpo en el siglo XX: la ruta de la historia social, en Camarena M. (2007). El siglo XX mexicano: Reflexiones desde la historia oral. México: AMHO, CEAPAC, p. 17 y 18.

⁸² Op. Cit., p. 19.

enfermedades recurrentes, o con poco valor humano, y por el otro lado, podemos encontrarnos con intelectuales muy brillantes, pero solamente en el aspecto racional, no integral. De esta manera, un desarrollo integral es aquel que contempla al ser en todos sus elementos (cuerpo, intuición, razón) y manifestaciones, un ser en movimiento, no me refiero a hacer ejercicio solamente, sino a movimientos de músculos, de órganos (a través de una buena respiración), de emociones, de ideas, de sentimientos y éste será tan solo un camino, puesto que no puedo negar que existan otros, no lo se. O como diría Aristóteles, “la vida está en el movimiento”. López Ramos dice lo siguiente: “La inmovilidad no es conveniente en este intento de construir un cuerpo distinto; el movimiento es muy importante, pues impedirá que la energía se quede en algún lugar del cuerpo y empiece a hacer destrozos en los órganos. Sin movimiento las emociones se condicionan, pues no circulan.”⁸³

Cuando no hay movimiento, se crea un bloqueo, tanto emocional, como corporal, de flujo sanguíneo, o energético. Además de que cuando una emoción se encuentra muy latente, gracias a nuestra forma de ver la vida que se encuentra inmersa en un discurso capitalista, racional, comercial, etc. consumirá energía en exceso creando todo un desequilibrio interior:

“Una emoción hoy día puede convertirse en la consumidora de la energía del cuerpo y acabar pronto con la vida de la persona. Basta saber que los índices de muerte en personas menores de 60 años se han incrementado notablemente, esto como un indicador de que el cuerpo está consumiendo más energía en periodos de tiempo cada vez más cortos. El estrés y la angustia transforman el ritmo al interior del cuerpo, y una vez cambiando éste no es tan fácil volver a regularlo.”⁸⁴

Es así que surge la necesidad de trabajar con nuestras emociones, con nuestros sentimientos, con sensaciones, con nuestro cuerpo en unidad, cuerpo, intuición y razón, puesto que, mirando nuestros problemas racionalmente, en el plano meramente intelectual,

⁸³Op. Cit., p. 27.

⁸⁴Op. Cit., p. 19.

no resolveremos mucho: “[...] racionalmente esto es fácil de comprender, incluso se pueden elaborar explicaciones muy claras, pero no se hace contacto con el proceso interior, por lo que no es factible trascender la razón. Esto constituye una especie de autoengaño, pues el cuerpo sólo se excita y gasta más energía.”⁸⁵

Sin embargo, la intuición vista como una forma de ver y vivir el mundo nos habla en este sentido sobre la razón, mismo que podemos aplicar a la intuición, puesto que son dos caras de una misma unidad, nos posibilita el poder comunicarnos con nuestro entorno, con nuestros orígenes, pero de una manera distinta a como hemos sido educados, no con palabras, no con gestos, ni con escritos solamente, sino con todo nuestro cuerpo, con todo nuestro ser.

Durán nos menciona que, luego entonces, un cuerpo integral se convierte en una posibilidad para enfrentar la realidad, deja de ser ajeno, pasa a ser la construcción corporal, para entablar una relación hacia fuera, una dinámica. Dice que cuando esto se da, también se da la posibilidad de elección. Al dejar de ser ajeno, el cuerpo se percibe en unidad: cuerpo, intuición y razón. Cuerpo, intuición y razón son denominadores comunes de cualquier ser en articulación con la realidad en su conjunto, como un todo. Ella menciona que buscar la unidad de dichos elementos nos enfrenta a la superación de conocimiento únicamente racional mediante un salto de sentimiento, confianza e intuición, es necesaria dicha alternativa ante nuestra actual sociedad.⁸⁶

Es así que en un mundo donde desbordamos razones, es imperante una pedagogía de la intuición y a través de la intuición (pero no solo ello, debemos entender que no podemos excluir tanto a la intuición como a la razón, puesto que son complementarios), del conocimiento propio más que del ajeno, es decir, es necesaria una visión integral. Educar “la intuición” y “con la intuición” es un proceso sencillo y, paradójicamente, también complejo; esto es precisamente porque hacemos una idea de la intuición, no la conocemos, ésta ha sido negada, se ha quedado en meros discursos de lo cotidiano, nos hemos quedado en simples y llanas teorías pero el problema radica en ello, en que la intuición tiene que

⁸⁵ Op. Cit., p. 26.

⁸⁶ Durán, N. (2004). Op. Cit. P. 49.

vivirse, tiene que brotar, despegarse del papel (metafóricamente hablando) y concretar su existencia en un solo cuerpo, el nuestro, para que de ahí logre plasmarse en el de los demás.

CAPÍTULO III ANTECEDENTES DEL ESTILO DE VIDA CONTEMPORÁNEO Y DE MÉXICO

En este apartado realizaremos un breve recorrido por las diversas filosofías de las cuales bebieron las actuales corrientes económicas, políticas, jurídicas, pedagógicas, religiosas, psicológicas, etc., lo cual dio como origen un estilo de vida, una forma de ver y vivir el mundo (una occidental) de acuerdo a los cánones establecidos.

Dichas corrientes tendrán sus repercusiones directamente en nuestra nación, y como tal, también habrá que realizar un breve estudio del porque de nuestro pensamiento actual, y no solo ello, sino que se realizará un breve análisis de las emociones y actitudes vertidas en la población mexicana a lo largo de varios siglos de conquista, cuestión de la cual todavía no nos hemos librado. Pero comencemos desde nuestra historia.

3.1 EPOCA PRECOLONIAL EN MÉXICO

Es necesario hacer un recuento del acontecer de nuestro espacio, ya que ahí encontraremos muchas de las respuestas de la actual problemática de nuestro país. De esta manera podremos encontrar el porque del desden por lo místico, la intuición, sobre nuestras relaciones naturales con nuestro entorno y con nuestros semejantes de una manera muy distinta al de la racionalidad. Y para ello necesitamos abordar nuestra historia desde la conquista, incluso un poco antes de ella.

En el antiguo imperio azteca, existían muchas diferencias entre los pueblos de ese entonces. El valle del actual México estaba dominado por ellos. Los aztecas-mexicas establecieron alianzas militares con otros grupos, logrando un imperio que se extendía desde México central hasta la actual frontera con Guatemala. Para el siglo XV la gran Tenochtitlan, junto con Texcoco y Tlacopan formaron la triple alianza, y en un periodo de 100 años lograron el control total. Esta alianza, bajo la dirección de los mexicas absorbía los tributos del valle y de otras comarcas. La población en la gran Tenochtitlan era

superior a los 150, 000 habitantes y tal vez hasta los 200 mil. Cazadores, recolectores, sociedades campesinas sostenían (mediante los tributos) a grupos de artesanos, sacerdotes, guerreros y comerciantes¹.

Aquellos pueblos dominados tenían que pagar tributo, es decir, trabajar para el gran imperio, ya que de lo contrario no la pasarían del todo bien. Es así que dichos pueblos estaban sometidos a un trabajo extenuante para sostener al imperio. Ante esta situación existían muchos descontentos, Para 1520 se habían establecido 38 provincias tributarias, pero existían muchos pueblos que luchaban ferozmente contra los aztecas para lograr su independencia, Cholula, Huejotzingo y Tlaxcala eran parte de ellos, por lo cual, a la llegada de los españoles y su gran ambición por el nuevo mundo, se unieron a ellos para derrocar al imperio azteca y terminar con este estilo de vida, para entrar, sin saberlo, a otro muy parecido, uno bajo el dominio de los españoles, lleno de vejaciones y visiones antagonistas que acabarían con las antiguas prehispánicas, unas irracionales para los españoles.

La educación en ese entonces era impartida en los llamados *calmecac*, donde se enseñaba solo al grupo de la elite. Aquí había sabios, “los conocedores de las cosas ocultas”, “los poseedores de los libros de pinturas”. De esta manera los conocimientos de aquellas culturas eran vertidas en dos modos de expresión (predominantemente y al parecer propios del área de mesoamérica), la tradición oral y la pictográfica².

Los nahuas distinguían a dos grandes grupos: los cuicatl y los tlahtolli: “los primeros designaban los cantos de guerra, las canciones de amistad, de amor y de muerte, himnos dedicados a los dioses, poemas en los que se aliaban la especulación intelectual y metafísica”, “en cambio los tlahtolli se vinculaban al terreno del relato, de la narración, del discurso y de la arenga [...], los relatos sobre las cosas antiguas”³, las fábulas, las zazanilli y las famosas huehuetlahtolli, es decir, las palabras antiguas. Muchos de estos cantos y

¹ Gruzinski, S. (1991). La colonización de lo imaginario: Sociedades indígenas y occidentalización en el México español. Siglos XVI-XVIII. México: Fondo de Cultura Económica. P. 16.

² Op. Cit.

³ Op. Cit. P. 18.

relatos estaban destinados y se difundían entre toda la población. Un sacerdote era el encargado de que se reprodujese con exactitud.

Por otro lado también estaba la expresión gráfica en papel de amate y de agave, o en piel de venado, los cuales podían enrollarse o desplegarse cual acordeón. Es ahí, donde los antiguos pintaban glifos, los cuales se dividían en 3 gamas de signos con sus respectivas importancias. Unos, muy al estilo contemplativo, llamados pictogramas, representaban objetos y acciones: animales, plantas, aves, edificios, montañas, escenas de danza, procesiones, sacrificios, guerras, dioses y sacerdotes. Los otros, llamados ideogramas, evocaban cualidades, tributos, conceptos: un ojo representando la vista, escudos y flechas representando la guerra. Y finalmente signos fonéticos que se aproximaban a la expresión glífica de los alfabetos occidentales. Lo cierto es que en ese entonces no había una vinculación total de la grafía con la palabra, como la conocemos hoy día. Lo que aparentaba ser tan solo una pintura tenía impregnada toda una historia en sus colores y formas, relaciones económicas, religiosas, políticas, tributos, ideologías, crónicas de guerras, accidentes climáticos, viajes e incluso contenían caracteres adivinatorios, es decir, toda una cosmovisión⁴.

En este sentido, existía un intérprete que hacía hablar a las pinturas, un lector que solía afirmar “soy cual florido papagayo, hago hablar los códigos en el interior de la casa de las pinturas”. Pero también existían algunas pinturas que apoyaban a la expresión oral. Así “la pictografía y el discurso eran mucho más que la expresión de una clase o el instrumento de poder”.⁵

De esta manera, existía una estrecha relación de comunicación, una forma de aprender a ver y vivir el mundo, una a través de la narración y la contemplación directa (método directo para desarrollar la intuición), ya fuese oral o “escrita” a través de las pinturas. Es aquí, en sus pinturas, que todo un universo histórico se encerraba, toda su cultura, sus ideales, sus estilos de vida, su relación con el entorno, pero esta situación

⁴ Op. Cit., p. 21.

⁵ Op. Cit., p. 22.

cambió con los españoles ante su visión occidentalizada (actualmente ya no hay tantos relatos como antes, como hoy día se sigue dando en las tribus de Norteamérica, ahora nos sentamos a escuchar y ver a la Televisión y sus historias unidireccionales sobre la vida en Miami o Nueva York).

A la llegada de los españoles gran parte de los documentos se perdieron, puesto que se consideraban idolatrías. Quemaron muchos documentos importantes de Texcoco y del resto de la Triple alianza, borrando toda una historia y un estilo de vida irracional y hereje a los ojos de los españoles, es decir, los hombres barbados no alcanzaron a entender las estrechas relaciones de los antiguos indígenas con su medio, con las plantas, animales, astros, ciclos estacionales, con la tierra, de su mística, contemplación⁶ y de su respeto por la naturaleza y su entorno, es decir, por la vida.⁷

De esta manera, los españoles introdujeron toda una nueva visión, la suya, encargándose de imponerla sobre la de los indígenas. Dicha tarea fue encomendada tanto a los españoles como a los religiosos, con mecanismos muy ingeniosos que veremos a continuación.

3.2 LA CONQUISTA DE LO ESPIRITUAL

Hernán Cortés llega al “Nuevo Mundo” en el año de 1519 junto con el fraile Olmedo, el cual a su llegada, comienza a predicar. Se dice que llegan justamente un jueves santo en Ulúa y hacen ahí mismo la misa. Cortés por su lado, desea impacientemente someter a los nuevos pueblos, sin embargo Olmedo dice que esa no es la vía, él defiende a los indígenas de los abusos y dice que es necesario evangelizar paulatinamente, sin violencia. Es así que se inicia la colonización, no solamente física, sino también de carácter espiritual, emocional, intelectual de México, y en su realización juegan un papel decisivo el clero regular, es decir, los frailes.

⁶ Parte fundamental en el proceso educativo-intuitivo.

⁷ Cabe mencionar que, como ya hemos visto, no podemos hablar de manera en general sobre los pueblos prehispánicos, de manera uniforme, puesto que ellos también eran muy diversos, y existían los pueblos que sometían a otros exigiendo tributos, siendo su relación diferente con la vida.

Para 1524, 1526 y 1533 llegan una oleada de franciscanos (12 de ellos), dominicos (también 12) y agustinos (solamente 7), respectivamente, siendo Motolinía uno de los primeros franciscanos en llegar. Cuando Cortés llega al nuevo mundo, manda llamar a gente que evangelice, y es así que se toma la decisión de hacerlo pero con frailes, ya que su vida es austera y las condiciones de la Nueva España todavía son precarias, además de ser una buena estrategia, ya que el alto clero vive en total opulencia. Sin embargo ellos no son los primeros en llegar, para 1523 arriba a la colonia Fray Pedro de Gante, junto con dos franciscanos, los cuales mueren al poco tiempo.⁸

A su llegada, los frailes encontraron condiciones muy difíciles, muchos de ellos mueren a causa de las condiciones climáticas ya que éstas eran muy cambiantes, además de que su único medio de transporte eran sus propios pies. Su misión es evangelizar el nuevo mundo. Es así que los frailes no imponen el catolicismo como un perfeccionamiento de la religión indígena, sino que desechan literalmente la anterior e imponen una nueva: un punto que cabe mencionar es que el clero regular (los frailes) desea predicar el evangelio, la palabra de Dios, es así que termina con todo aquello de carácter religioso,⁹ es decir, templos, ídolos y todo aquello que huelga a paganismo, herejía e inexplicable (irracional). Era forzoso arrasar los templos y expulsar a los antiguos sacerdotes. La empresa era grande y era necesario desafiar a todo aquello que se contrapusiera: “ni el arte ni la ciencia tiene derechos si son un estorbo para la salvación de las almas o para la fundación de la Iglesia”.¹⁰ Así el emperador Carlos V dice: “en cuanto a los *cues* o adoratorios, encarga S. M. que se derriben sin escándalo y con la prudencia que convenía, y que la piedra de ellos se tome para edificar iglesias y monasterios, que los ídolos se quemasen, y otros puntos concernientes a esto”.¹¹

Algunas de las estrategias para poder colonizar al nuevo mundo, espiritualmente hablando, fue la de ellos hablar en las mismas lenguas indígenas. Los frailes comenzaron a

⁸ Ricard, R. (2005). La conquista espiritual de México. México: Fondo de cultura económica.

⁹ Op. Cit., p. 104.

¹⁰ Op. Cit., p. 106.

¹¹ Icazbalceta, Zumárraga, cap. XXII, p. 102. en Ricard, R. (2005). La conquista espiritual de México. México: Fondo de cultura económica, p. 107.

hablar en los dialectos, puesto que ellos querían evangelizar estratégicamente.¹² Existieron intentos por parte de los frailes para evangelizar por medio de señas o intérpretes, pero no resultaba fructífero, era necesario hablar en su propio terreno, en sus lenguas. Fue así que muchos frailes se convirtieron en políglotas. El fraile Olmos escribía catecismos y predicaba en diez lenguas distintas,¹³ pero tratar de aprender tantas lenguas a veces resultaba un tanto complicado, es así que se optó por una línea más fácil. Ya que muchos de los pueblos hablaban 2 idiomas, el vernáculo y el Náhuatl, se optó por estandarizar el segundo, puesto que era de carácter más general, y evangelizar en dicha lengua.

Los frailes crearon una empatía con los nativos puesto que ellos andaban descalzos y con túnicas pobres, lo cual era visto ante los indígenas con muy buenos ojos. De tal manera venían vestidos que eran llamados “motolinía”, a lo cual Fray Toribio de Benavente preguntó su significado, a lo que le responden que “pobre”, con el cual él se aut nombra así. Los franciscanos eran muy queridos por los indios: “porque estos andan pobres y descalzos como nosotros, comen de lo que nosotros, asíéntanse entre nosotros, conversan entre nosotros mansamente”¹⁴. Es así que los del clero regular predicaban con el ejemplo.

A la llegada de los franciscanos, dominicos y agustinos, cada quien elige un territorio para evangelizar, siendo los primeros en llegar los que se ven favorecidos por las tierras menos áridas, por los mejores espacios, logrando concretar tres tipos de misiones: misión de ocupación, de penetración y misión en enlace, “La misión de ocupación son los sectores en los cuales los conventos forman una red muy estrecha, a distancia racional unos de otros y agrupados en torno de un centro [...] el de penetración está representado por la fundación precaria de casas esporádicas, en zonas de difícil relieve, de clima penoso, aun no del todo pacificados o circundadas de territorios totalmente indómitos [...] y las casas de enlace a las series de conventos que, en vez de presentarse en forma concéntrica alrededor de una casa principal, como las primeras, forman una línea más o menos directa, que liga

¹² Op. Cit., p. 123.

¹³ Op. Cit., p. 121.

¹⁴ Motolinía, Historia, vol. III, cap. 4, p. 168 en Ricard, R. (2005). La conquista espiritual de México. México: Fondo de cultura económica, p. 227.

un grupo cualquiera con la ciudad de México”¹⁵, con lo cual aseguran trasladarse de un lugar a otro sin haber mucha distancia de por medio, es decir, haciendo escala y recibiendo buenos tratos de los suyos y sin invadir territorio de otras órdenes.

Con la llegada de los frailes, los indios comenzaron a recibir el bautismo, pero los que ya estaban grandes requerían de una instrucción previa para poder recibirlo (conocer el padre nuestro, el credo, los mandamientos, tanto de Dios como de la Iglesia). Por otro lado, era indispensable que se adoptase la nueva religión y desechar la antigua: “El reino terrestre de Dios es la Iglesia católica, nadie puede entrar al reino de los cielos si no ha sido antes súbdito suyo en el reino de la tierra. El Santo Padre es la cabeza de la Iglesia; los reyes y emperadores le deben obediencia. Ha dado protestad a los religiosos para que reciban en la Iglesia a los que quieran formar parte de ella y estén dispuestos a desechar el culto de sus falsos dioses”¹⁶. Cabe señalar que la pretensión de los antiguos españoles no era hacer una fusión, solo imponer, no dialogar, lo cual se heredó generacionalmente a través de la cultura y de los años, es decir, los resultados los vemos aún hoy día.

Los tratos por parte de los frailes hacia los indígenas eran muy variados, algunos muy severos y agresivos, otro cándidos y protectores. El catecismo había de enseñarse regularmente todos los domingos y días de fiesta, además la asistencia al templo era indispensable: muy temprano, “los vigilantes de cada cuartel o barrio, llamados merinos, en las grandes ciudades, y los alcaldes, en los pueblos, tenían que despertar a su gente. Cada barrio o cada pueblo en grupo se encaminaba a la iglesia, con la cruz por delante y rezando oraciones por el camino. Llegados al templo se “hacía cuenta”, o como hoy diríamos, se pasaba lista y se tomaba nota de los faltantes, cuya ausencia no podían justificar el merino o el alcalde [...] al principio de la predicación del Evangelio se imponían muy severas sanciones, pues en 1539 tuvieron que prohibir el uso de azotes, la cárcel y los grillos a los indios por razón de enseñar la doctrina cristiana”¹⁷. Prohibición que fue ignorada muchas décadas después. La letra con sangre entra y éste será un vestigio emocional fuertemente heredado, el miedo al castigo.

¹⁵ Op. Cit., p. 157.

¹⁶ Op. Cit., p. 169.

¹⁷ Op. Cit., p. 181-182.

Los frailes tenían que estar en todas partes, debían de multiplicarse, y lo hicieron, extendieron su vigilancia a los mismos indígenas como un mecanismo de control (propiciando la división de grupo, de la unidad comunal). Existían indios que auxiliaban a los frailes, llamados “fiscales” o “mandones”, que no solo tenían a su cargo reunir a su gente para llevarlos al templo a la enseñanza del catecismo o a la misa, sino que debían vigilar que todo el mundo se bautizara. Posteriormente se hizo uso de los niños y las niñas para evangelizar, además de utilizar impresos, posteriormente se hizo uso de cuadros y de la música. Para ello Fray Pedro de Gante había realizado una doctrina entera de esta clase, a través de dibujos (ahí se encontraban plasmados el padrenuestro, la señal de la cruz, el avemaría, etc.).

Dentro de la misma labor evangélica, los frailes dieron cuenta de los grandes códices creados por los nativos y vieron en ello una posibilidad de evangelizar, a través de pinturas, como las de ellos, además de desaparecer los códigos escritos ya existentes, puesto que consideraban que eran idolatrías. Decían que los antiguos mexicanos contaban con muchos “dioses”¹⁸, y que éstos eran falsos. Ahora tendrían que regirse por nuevos postulados, por principios y categorías ajenas al lugar.

Estos códices antiguos y originales decían mucho sobre las costumbres, sobre la religión, sobre su historia, incluso en ellos podían predecir, así el tonalpohualli era el calendario adivinatorio, y los tonalpouhque eran los “contadores del sol”, los que podían descifrar lo que venía y así estar preparados. Con la llegada de los españoles se crea una pintura mestiza, híbrida. Ahora los españoles les pedían que pintaran para ayudarles en su labor evangelizadora. La pintura, de esta manera, adopta nuevos íconos, nuevas líneas descriptivas (unas horizontales), incluso pierde el carácter contextual, puesto que ya no se va a pintar las bodas de algún príncipe prehispánico, ahora se va a representar el matrimonio en general, es decir, perderá gran parte de la riqueza histórica.¹⁹ Ahora

¹⁸ Las declaraciones por parte de los españoles sobre el politeísmo prehispánico es erróneo, puesto que bajo su visión, los antiguos aztecas, mayas, etc. tenían muchos “dioses”, y esto no es así, ellos veneraban a los “señores”, o “potencias”, lo cual nos habla sobre la esencias, sobre diversas manifestaciones del *continuum* estético indiferenciado de Northrop, no sobre muchos Dioses.

¹⁹ Gruzinski, S. (1991). Op. Cit. P. 40.

también se hicieron pinturas para la confesión y bajo el mando de los españoles, como el Códice Mendoza encargado por el Virrey Antonio de Mendoza²⁰.

Es así que los españoles se inmiscuyen en las formas de hacer códices de los antiguos indígenas, modifican su manera de hacerlo, y por lo tanto su significación, valor, mística y esencia, y dentro de éstas podemos encontrar las representaciones que se hacen del cuerpo humano:

“Los antiguos nahuas hacían del hombre la conjunción de tres entidades vitales autónomas situadas en la cabeza, el corazón y el hígado. Cada una de éstas guardaba estrecha correspondencia con los tres niveles superpuestos del mundo y podía en ciertas condiciones abandonar la parte del cuerpo que le servía de receptáculo. En cambio, la dicotomía cristiana del alma y del cuerpo no sólo ponía en tela de juicio la unidad de la persona sino que también procedía de un discurso que favorecía la singularidad y la autonomía de cada ser ante la divinidad”.²¹

De esta manera la concepción de cuerpo del *tlacuilo*, el que pinta, y de los demás, se verá modificada. Se da una occidentalización de la figura humana y del rasgo. Además de que cambiarán los colores originales de las pinturas (azul, verde, rojo claro y rojo fuerte, negro, gris, amarillo y violeta), se verán modificados así como también los elementos naturales, los contornos, todo ello ante la exigencia europea “un ansia de rapidez y de adecuación a una exigencia europea”.²² Esta forma de ver el mundo se verá alterada, por un estilo occidental, uno europeo, donde lo que se quiere son resultados rápidos, no arte, ni mística, no historia.

Ante la exigencia europea algunos mapas abandonan su colorido, su delicado y concienzudo diseño, descartando los detalles para reducirse a un dibujo tosco y ahorrativo.

²⁰ En el código Mendoza ya no hay anécdotas, historia o ética, son tan solo prototipos y escenas costumbristas, es decir, se pierde la narración.

²¹ Op. Cit., p. 45.

²² Op. Cit., p. 50.

El croquis español era rápido, tosco, con muchas descripciones escritas, carente de detalle y con el paso del tiempo se fueron mezclando éste y la pintura autóctona. “Si el croquis español es ahorrativo de medios, trazando rápidamente y sin floritura alguna, es porque sólo persigue una meta limitada: localizar una explotación, una donación de tierras en un espacio, mientras que el mapa indígena tradicional trata, de manera antitética y complementaria, de la totalidad del terreno”.²³

Así “el grabado fijó la idea que uno se hacía del mundo, y los indios, como los demás, no escaparon a este acto de dominio visual, primer esbozo de nuestras guerras de las imágenes”,²⁴ como las que vivimos hoy día, por medio de la televisión, de los espectaculares, de las revistas que nos incitan a consumir, a vivir una vida acelerada, sin pausas y un tanto lejos de nuestros orígenes evolutivos.²⁵

Posteriormente la pintura se fue perdiendo paulatinamente tomando su lugar la escritura. Así mucha de la mística, del ritual, del arte, del hacer ellos mismos el papel y sus pinturas para plasmar toda una cosmovisión en torno a la “pintura” fue desapareciendo. Con la llegada de los españoles las pinturas se convirtieron en hojas cubiertas de escritura para leer, el arte prehispánico fue cediendo lugar a la letra, pero “[...] poner las pinturas por escrito implicó no sólo la selección, la censura y la síntesis de tradiciones plurales [...] sino también una secularización y una desmaterialización de la información que no dejaba de ser mostrada.”²⁶ Así nuestra visión del mundo iba cambiando vertiginosamente por una occidentalizada, es decir, antropocéntrica, androcéntrica y egocéntrica.

Así la escritura alfabética impuesta plasmaba en el relato continuidad lineal, una sola lectura, marcado de principio a fin, en tanto que las “pinturas” no, éstas eran más flexibles. De este modo la expresión indígena se vio alterada, transformada, y no solo ellos sino también su forma de ver y vivir el mundo, siendo éstos algunos de los importantes

²³ Op. Cit., p. 52.

²⁴ Op. Cit., p. 58.

²⁵ Cabe mencionar que éstos medios son impulsados, muchas veces intencionalmente, otras por inercia, para educar a un cuerpo y convertirlo en un ser consumista.

²⁶ Op. Cit., p. 61.

cambios que resentirían los habitantes de esta gran tierra.²⁷ Lo importante a veces no será el contenido, sino el desarrollo de lo que se hace, la manera en como hacerlo, es decir, lo trascendental a veces es vivir el camino, no tanto la meta. Gran parte de la forma de convivencia se fue perdiendo, las formas de aprender cambiaron, la convivencia con el entorno también, así como los estilos de vida en general. De esta manera la visión de los antiguos pueblos indígenas se vio trastocada, sus potencias o señores eran una herejía, eran el demonio y como tal, debían de ser extirpados. De la misma forma, el conocimiento del entorno, las estaciones, las plantas y animales y sus propiedades, es decir, toda su cosmovisión era hereje, y como tal, debía de ser eliminada.

Así, mucho fue lo que cambió a la llegada de los españoles, llegaron epidemias, nuevos alimentos, nuevos estilos de vida, lo cual generó cambios en la gente del lugar. Antes los indígenas “nunca paraban, ejercitándose en muchas cosas que les hacía ligeros” y a ese ritmo tan arduo se contraponía la “vida fácil”, “cómoda” que prevaleció en los años siguientes a la conquista, una pereza y ociosidad severas. Por otro lado, las formas de dormir cambiaron, pasaron de dormir al ras del suelo a camas elevadas, cambió la forma de vestir, incluso el bañarse 2 veces al día, como se hacía antes. Pero no todo fue oscuro, puesto que a pesar de todos los cambios introducidos, los frailes aportaron avances en torno a la agricultura y a la calidez humana, defendiendo a los indígenas de los abusos por parte de los españoles.

Ezequiel Chávez menciona el papel importante de algunos frailes en la defensa de los indígenas: fray Pedro de Gante, fray Bartolomé de las casas, fray Julián Garcés y el obispo don Vasco de Quiroga, el cual llegó a fundar hospitales, hospicios y escuelas de santa fe; llegando a ser, “la estructura salvadora de la humanidad, la Iglesia católica”.²⁸

Desgraciadamente, y pese a los esfuerzos de los frailes porque se respete a la gente, a los españoles no les interesan los indígenas, les interesa el oro, la plata, todo lo que para

²⁷ Y si hacemos caso a la cuestión de que las palabras tienen un sentido que va más allá de lo que podemos ver y que éstas juegan un papel decisivo en la construcción de los sujetos, podremos entender que la nueva visión construyó cuerpos diferentes y formas de pensar muy diferentes a las originales, unas orgánicas.

²⁸ Chávez, E. (2002). Obras II. México: Colegio Nacional, p. 342.

ellos es precioso y costoso, además de que también les interesa traer mas negros para que trabajen. Así los indígenas no serán tratados como humanos, sino como algo inferior a ellos, vejaciones, maltratos, violaciones, estarán aplicadas a los habitantes del nuevo mundo y esto se quedará en la memoria de todo un pueblo, en su cuerpo colectivo e individual. La comunidad indígena quedará resentida, con enojo, frustrada y temerosa; todo ello estará inscrito en sus historias, en sus formas de ver y vivir el mundo, y por lo tanto, permanecerá en sus cuerpos y en los nuestros, a través de un largo proceso socio-histórico-cultural.

El papel de la colonización se desarrolla en todos los aspectos, desde que es lo que se va a pensar, a creer, hasta como se van a vestir los indígenas, puesto que andar desnudo, o semidesnudo es una falta grave a la moral, es decir, hay que avergonzarse de nuestro cuerpo. Del mismo modo, a la entrada de los españoles, recién llegan también las enfermedades traídas de Europa, epidemias, nuevas vestimentas, nuevas ideologías, nuevos estilos de vida, incluso hasta una nueva alimentación. En ese entonces la alimentación indígena era a base de frijol, chile, maíz, calabaza, guayaba, aguacate, piña, pulque (con un alto contenido proteínico), chapulines (que contienen la proteína animal que requerimos), entre otros insectos, aves y otros animales (criaban el pavo y el perro), las clases pudientes se alimentaban de carne de venado y aves silvestres²⁹. No existían los cerdos ni las reses, y a la llegada de los españoles, también arriban dichos alimentos que en exceso constituyen un serio problema de salud, obstruyen el flujo sanguíneo, ocasionando problemas cerebro vasculares, cardiacos, entre otros, además de ser, la carne roja, un tanto tóxica para el organismo humano. Estos animales, además de provocar cambios en los cuerpos de los nativos, también alteraron la flora del lugar, puesto que estos (las vacas) necesitan mucho espacio para pastar, lo que ocasionó, y sigue ocasionando, la tala inmoderada de los bosques para colocar pastizales, logrando con ello modificar el suelo (los árboles retienen el agua y permiten que el suelo no se erosione) y el clima del lugar.

Otros de los cambios que ocurrieron a la llegada de los españoles fue la de lograr que los indígenas dejaran de ser polígamos. Ellos así lo eran por razones económicas y

²⁹ Panyela, A. y otros (1969). Op. Cit. P. 493.

sociales. Sus múltiples mujeres trabajaban arduamente, dejando un gran capital al indio y este les pagaba con su cuerpo.

Existieron muchos otros cambios. Así López de Gómara observó que las sangrientas prácticas religiosas de los nativos lograron una fuerte disciplina en ellos. Los frailes, a la hora de la confesión eran muy indulgentes por lo cual muchos indígenas quedaban decepcionados por la penitencia impuesta, nos menciona Ricard.

Mucho cambió desde entonces. “El México precortesiano era todo, menos un país de *concentración urbana*. Hoy mismo, muchos pueblos están constituidos por casas enteramente diseminadas.”³⁰ Siendo así un obstáculo muy importante para la evangelización, puesto que la dispersión de la gente, de los pueblos y de sus hogares, generaban muchos peligros y fatigas a los misioneros, lo cual los llevó a solicitar, directamente Motolinía, al emperador Carlos V, en carácter de urgencia, la agrupación de los indios en pueblos, a la manera de los campesinos españoles, y así poder evangelizarlos, civilizarlos y cuidarlos con mayor facilidad.³¹ Esta situación probablemente es el antecedente directo de lo que actualmente vivimos en la ciudad de México, puesto que podemos ver que en muchos lugares de nuestro país seguimos con la antigua tradición, como lo hacían nuestras sociedades precolombinas, de vivir distanciados geográficamente unos de otros, es decir, cada quien tiene espacio suficiente para sembrar su propia comida, para esparcirse y convivir directamente con su medio, con la naturaleza, cuestión que actualmente no podemos vivir en nuestra gran urbe.³²

Cabe mencionar que otro de los factores que introdujeron los frailes, en este caso benéficos para los indígenas, fue que mandaron traer de Castilla árboles frutales, introdujeron el cultivo de flores y legumbres desconocidas, enseñaron a los indios a

³⁰ Ricard, R. (2005). Op. Cit. P. 231. *Cursivas mías*. El problema de la concentración urbana que actualmente vivimos en la ciudad de México, genera enfermedades tanto físicas como emocionales. El hacinamiento genera estrés, fatiga, falta de movimiento, entre otros tantos malestares.

³¹ Op. Cit., p. 232.

³² El doctor Sergio López Ramos menciona que las urbes acaban con las vidas longevas, debido al exceso de trabajo, al estrés y a muchos otros factores. Es aquí donde se encuentra muy presente la soledad debido a la competencia, la exigencia de una autorrealización impuesta por lo cual se genera también mucha frustración. Además es un espacio donde reina el egoísmo, la egolatría, la vanidad y la vida territorial, por lo que no podemos trabajar en equipo. Es difícil que cada quien tenga un espacio suficiente para su pleno desarrollo.

sembrar el trigo y mejorar el cultivo de maíz, también les enseñaron el arte de la industria de seda, que declinó poco tiempo después.³³

Por otro lado, Fray Diego de Valadez juega un papel importante en la colonización espiritual de México, puesto que hace uso de la retórica para poder incidir directamente en los indígenas y su cosmovisión, y por consiguiente, sobre sus cuerpos. Es aquí donde se hace uso de la memoria artificial, a saber, guardar información en las personas a través de discursos, imágenes, palabras, etc. es decir, culturalmente. Su retórica contiene ciertas características, como que tiene que ser convincente, usar un tono adecuado, qué es lo que se va a decir y como se va a decir; es necesario incidir en las personas, que crean y se convencen de que lo que se dice es cierto, es el arte de hacer que alguien crea en algo. Es así que, a través de este mecanismo, la persona introyectarán lo que se dice, se instalarán como un dispositivo interno que nos estará vigilando todo el tiempo³⁴. “Este Dios sumo es también la suprema bondad: no acepta sacrificios sangrientos y sacrificarle hombres sería ofenderle. Es igualmente, la suprema sabiduría: todo lo sabe, todo lo ve, nada escapa de su conocimiento, ni aun los más secretos pensamientos. En el Juicio Final descubrirá todos los actos ocultos, lo mismo buenos que malos. No hay que creer que sólo es pecado lo que se ve: se puede pecar no sólo de obra, sino también por puro pensamiento.”³⁵

De esta forma y bajo la visión de los religiosos *de ese momento*, se instalarán éstas ideas absolutistas que modificarán la forma de aprender, de ver y vivir un mundo, el nuestro. Es así que bajo una nueva visión, todo lo antiguo, la antigua religión, y por lo tanto, política, arte, estilos de vida, formas de curación y de conocimiento, etc., resultará inadecuado, hereje, y por lo tanto, habrá que terminar con ello.

Por otro lado, la manera de introducir el miedo fue realmente interesante, esto se realizaba en obras de teatro, donde, por ejemplo, en una ocasión, según Motolinía, alguien personificando a San Francisco comenzaba a predicar en todo el pueblo, cuando de repente

³³ Se dice que dicha actividad distraía a los indígenas de las devociones de cuaresma, pero también se dice que lo que en realidad terminó con la industria de seda en la Nueva España fue la introducción de seda china, mucho más barata pero de menor calidad, actualmente esta situación no ha cambiado en mucho.

³⁴ Para mayor información consultar la obra de Michelle Foucault, “Vigilar y castigar”.

³⁵ Ricard, R. (2005). Op. Cit. P. 195.

venía a alguien que fingía que se encontraba borracho, ante esta situación, Francisco lo amonestaba que callara pero este continuaba, así que el santo llamó a los demonios para que se lo llevaran y así lo hicieron, enormes, feos y estruendosos cumplieron su cometido. Así también llegaban hechiceras y los demonios también se las llevaban al infierno, incluso, “El infierno tenía una puerta falsa por donde salían los que estaban dentro; y salidos los que estaban dentro pusieronle fuego, el cual ardió tan espantosamente que pareció que nadie se había escapado, sino que demonios y condenados todos ardían y daban voces y gritos las ánimas y los demonios”.³⁶ Incluso un fraile hacía representaciones muy crueles del infierno, donde metía animales vivos en una caldera y les prendía fuego.

Es así que hablar de las formas de introducir el miedo nos abre nuevos horizontes sobre nuestro panorama actual. Hoy podemos ver a una sociedad resentida, con muchos miedos, con una serie de elementos que no permiten su pleno desarrollo. Una sociedad culposa se ve imposibilitada para crecer, cree que sus orígenes son malos, cree que lo que hace está mal y que lo proveniente de otros lados es lo mejor, lo bueno, luego entonces entra en una fase de simulación, *hace como que hace pero no hace*, tal y como lo hicieron nuestros antepasados cuando colocaban pequeños ídolos debajo de los altares católicos, siendo que a quien realmente veneraban era a sus deidades o señores. Un cuerpo no puede ser considerado como un obstáculo de crecimiento, tal y como la tradición lo marca, pero debemos entender que una mentira repetida mil veces se vuelve una verdad, una realidad, aunque ya no sea así, aunque las filosofías eclesásticas hayan cambiado.

Es necesario entender y comprender que los tiempos cambian, las ideologías y formas de ver el mundo, también, así como también la Iglesia y sus métodos. Es en este entonces, en la colonización, que la Iglesia mantiene un discurso moralista, de pecado, de que el cuerpo es un estorbo y es necesario martirizarlo. El cuerpo es un ser deseante, pero esta situación es un pecado, entregarse libremente a nuestros deseos. Si caemos en falta, si nos entregamos a nuestros deseos entonces tendremos culpa, hemos faltado, pero esto no se quedará ahí exclusivamente, sino que la culpa repercutirá directamente en nuestras células, en nuestro sistema inmunológico, en nuestro cuerpo.

³⁶ Motolinía, p. 95, en Ricard, R. (2005). Op. Cit. P. 316.

Es así que las formas de pensar, la budista, la católica, protestante, musulmán, generarán diferentes tipos de cuerpos, dependiendo de cada forma de ver, aprender y conocer el mundo, algunos de manera pasiva, otros de manera activa y competitiva. Ante esta situación, nuestros ritmos corporales se verán alterados, es decir, ante una pasividad o una exigencia, con lo cual puede llegar a generar mucho estrés, lo cual alterará el ritmo cardiaco, digestivo, hormonal, etc., dice Sergio López Ramos. No se puede construir nada que no haya vivido el sujeto.

Ante este panorama se hace necesario estudiar cuales fueron las otras fuentes que intervinieron en nuestro pensamiento mexicano, es decir, las diferentes manifestaciones culturales que llegan hasta nuestros días, desde Locke, Bentham, Kant, etc.

3.3 LA PRESENCIA DE LA FILOSOFÍA EN LA VIDA DE MÉXICO

Es de suma importancia conocer que las diversas políticas y discursos de los gobernantes en turno se verán directamente plasmados en las emociones, sentimientos, ideologías, acciones y cuerpos de los gobernados. Por lo tanto, realizar un rastreo profundo de los orígenes de dichos discursos para entender nuestras actuales condiciones será la tarea a seguir, o como se le define a la ciencia histórica: “el oficio de los inconformes”.

La filosofía será entonces el punto de partida. A través de los siglos se ha visto indudablemente que esta rama del conocimiento ha influenciado avasalladoramente a los diferentes movimientos, ya sea tanto políticos, como económicos, culturales y religiosos, dirigiendo así su curso de navegación en el mar de la historia. Por lo tanto, se hará necesario evocar a John Locke y a Descartes, puesto que, como lo menciona Northrop, ellos serán los arquitectos del humanismo y la democracia del mundo moderno. Si bien la filosofía de Descartes marcó de forma contundente nuestra forma de ver el mundo, así también John Locke determinará en gran medida las concepciones filosóficas que se tengan sobre el hombre y la naturaleza y por lo tanto, la economía, la política, la educación, y por consiguiente la vida cotidiana de los sujetos.

John Locke fue en esencia la piedra angular filosófica que sostuvo la edificación económica, que a su vez fue el hogar de las diversas políticas reinantes hasta nuestros días. Luego entonces, la concepción de este personaje sobre el ser humano será de vital importancia, puesto que las diversas políticas estarán encausadas por dichas definiciones. Así, John Locke definirá a la persona como un tablero en blanco, tal como lo hiciese Aristóteles en su momento, cuestión que influenciaría notablemente al mundo inglés:

"(...) la concepción inicial moderna de la personalidad, especialmente por lo que se refiere al sector de habla inglesa del mundo moderno, fue introducida y definida por John Locke. Para Locke (...), el alma es, en su esencia, un tablero en blanco."³⁷

De esta manera, como nos dice Northrop, la filosofía del mundo moderno, influenciado primeramente por Descartes y posteriormente por Locke, concebirá una nueva definición del individuo, cuestión que cambiaría radicalmente la relación de éste con su propia naturaleza, con el entorno, con la religión y por supuesto, con el Estado y las relaciones intersubjetivas.

Northrop, refiriéndose a John Locke y Descartes, nos dice: "Ambos concebían la naturaleza de las cosas como formadas por los objetos materiales de la ciencia física, a los que denominaban 'sustancias materiales', y de las personas, a quienes denominaban 'sustancias mentales', siendo considerado el resto de la experiencia como producto de una interacción de estos dos tipos de sustancias."³⁸

De esta manera, Northrop nos hace un análisis extremadamente interesante sobre la filosofía de John Locke, puesto que este último considera que la naturaleza ha de concebirse como un sistema de objetos físicos enclavados en un espacio público, absoluto, que se extiende hasta lo infinito, denominándolas sustancias materiales.

³⁷ Northrop, F. (1948). El encuentro de Oriente y Occidente. México: editorial E.D.I.A.P.S.A. Pag. 89-90.

³⁸ Northrop, F. (1948). Op. Cit. P. 111.

Pero retornando al pensamiento lockeano, John Locke basa su filosofía justamente en el pensamiento de Galileo y de Newton, desarrollándola a su manera. Éstos dos últimos unen los factores sensibles (accesibles a los sentidos) de la naturaleza a los definidos matemáticamente por medio de una relación de tres términos, a saber, uno de ellos formado por los átomos de la física en el espacio y tiempo matemáticos, el tercero serán las cualidades percibidas en el espacio y tiempo sensibles, y por último, el segundo término, el observador, que sirve de intermediario. Luego entonces, nos dice Northrop, que el problema será relativo a la naturaleza de este observador, y para resolver esta cuestión, el pionero será Tomás Hobbes. Éste nos dice que el sujeto u observador no será otra cosa sino una colección de átomos de la física, al igual que una mesa o una silla pública, intentando derivar la totalidad del conocimiento moderno única y exclusivamente de las sustancias materiales, generando con ello un nuevo problema, puesto que de esta manera, ni siquiera los colores, los olores, los sonidos, el espacio y el tiempo sensibles existirían como apariencias.

Así Galileo y Newton contemplaban un espacio y un tiempo matemáticamente definidos y unos sensibles. El espacio y el tiempo sensibles entonces serán las cualidades percibidas que no son parte integrante de la naturaleza, puesto que ésta se compone única y exclusivamente de átomos físicos incoloros e inodoros situados en un espacio y tiempo matemáticos y públicos, de esta manera las cualidades percibidas son aparentes, es decir, que si quitásemos al observador no quedaría nada de ellas. Así Galileo y Newton nos dicen que las cualidades sensibles no son propiedades de los objetos físicos, es decir, el calor no está en los átomos del fuego.

De esta manera John Locke retoma estas ideas y las interpreta a su manera, y vio que la alternativa de Hobbes no era aceptable, así que decidió definir la naturaleza del observador, dando por resultado la siguiente definición: "un observador es la clase de entidad que satisface la relación de apariencia de tres términos. Precizando más: es una entidad tal, que cuando actúan sobre ella los objetos materiales en el espacio y tiempo públicos, matemáticamente definidos, de la física de Newton, tiene conciencia de los

olores, sonidos, olores, sufrimientos y placeres, en el espacio y tiempo sensibles, considerados como apariencias."³⁹ Así, John Locke nos dice que una sustancia mental, luego entonces, será una sustancia capaz de conciencia la cual cuando es afectada por las sustancias materiales percibiría las cualidades en el espacio y tiempo sensibles, como contenido de su propia conciencia. Las consecuencias de dicho pensamiento son muy profundas puesto que el racionalismo científico y la filosofía de la ciencia operando tan sólo con particularidades sensibles proporcionaban un nuevo 'estado de natura' y un nuevo contenido para la 'ley de la razón'. Así, nos menciona Northrop, esta nueva ley de la razón y su estado de natura generaron una nueva idea del bien en lo concerniente a la religión es decir, la tolerancia en lugar del gobierno teocrático del magistrado presbiteriano o el derecho divino de la Iglesia anglicana del rey, por otro lado, se generó una nueva idea del bien con respecto al Estado, es decir, *la democracia popular*. De esta manera, religión y política se verían trastocadas por la nueva ideología, puesto que la realidad en su conjunto, bajo esta visión, no es otra cosa que sustancias materiales en el espacio y tiempo públicos que actúan sobre sustancias mentales, haciendo que éstas últimas proyecten, como apariencias, cualidades sensibles en el espacio y tiempo sensibles. Es decir, no queda otro camino que identificar el alma del hombre y la persona política con las sustancias mentales puesto que éstas son las únicas que tienen conciencia. El cuerpo de la persona será entonces un conglomerado de sustancias materiales o átomos que se mueven bajo las leyes completamente mecánicas de la física de Newton, es decir, se reafirmará entonces una visión cartesiana de la dualidad, por otro lado, la persona en su naturaleza moral, religiosa y política, como ser consciente, y en su condición científica como observador de la naturaleza, es una sola sustancia mental, en tanto que en su naturaleza corporal y en su condición científica como objeto será entonces un conglomerado de átomos de sustancias materiales. De esta manera, bajo esta nueva teoría, este grupo de sustancias materiales constituirá su "propiedad" al igual que las sustancias materiales que forman su tierra y su casa. "Por tanto, aun cuando la persona sólo es una sustancia mental, tiene como propiedad un cuerpo constituido por muchas sustancias materiales".⁴⁰

³⁹ Op. Cit. P. 122.

⁴⁰ Op. Cit. P. 126.

De esta manera, puesto que una sustancia mental, nos menciona Northrop, es una entidad elemental, indivisible, y *totalmente independiente de las sustancias materiales*, por lo tanto el alma del hombre no puede desmenuzarse y no será afectada por la muerte del cuerpo humano. Consiguientemente, la Iglesia solamente podrá hacerse cargo de las sustancias mentales, puesto que sólo ésta tiene conciencia. Así, la religión tenderá a convertirse en algo privado, puramente introspectivo, siendo así que el mismo individuo será el mejor conocedor o director religioso profesional, el único guía religioso competente. John Locke nos dice: "por tanto, a cada hombre le corresponde ocuparse de su alma y debe dejársele a él ese cuidado."⁴¹ Cuestión que acarreará grandes consecuencias en el terreno religioso, político, y económico.

De esta manera, la filosofía de John Locke será en extremo interesante puesto que nos dice que las relaciones físicas entre las personas guardan conexión *con sus cuerpos, los cuales son completamente independientes de sus sustancias mentales*, nos menciona Northrop. Así, será muy difícil saber entonces cuál es la relación que existe entre una sustancia mental y cualquiera de las otras, puesto que no se hallan relacionadas con el espacio ya que las sustancias mentales no se encuentran en el espacio. De esta manera no se puede concebir a las sustancias mentales como vecindadas de la misma manera que las sustancias materiales en el espacio. Dicha cuestión será de vital importancia puesto que sentará las bases de la organización social, sea eclesiástica o civil. Así, la persona como sustancia mental no establece ninguna relación con las personas, o sustancias mentales, que forman la sociedad y por lo tanto no existen leyes sociales que hayan sido prescritas por Dios o por la naturaleza. "De aquí que no quede otra alternativa que considerar las leyes del gobierno eclesiástico o civil como simples convenios que sólo derivan su autoridad de las opiniones privadas, obtenidas introspectivamente, de los individuos atómicos independientes y del consentimiento conjunto de la mayoría."⁴²

Aquí se puede vislumbrar que bajo esta teoría de las sustancias mentales, todos los individuos son absolutamente libres e independientes. Dicha situación se contrapunteará

⁴¹ Op. Cit. P. 127.

⁴² Op. Cit. P. 131.

con la visión aristotélica, puesto que está marca un orden jerárquico que se haya definido por una ley teleológica de la naturaleza, empíricamente determinada y que existe con plena independencia de la opinión y los convenios sociales, en tanto que para John Locke, será totalmente distinto. La naturaleza está así formada por sustancias materiales que obedecen única y exclusivamente a las leyes puramente mecánicas de la física de Newton, lo cual quiere decir que en la naturaleza no existe base alguna para las leyes sociales, éstas serán un convenio entre las sustancias mentales, y por lo tanto, *su carácter no será natural*, es decir, serán las leyes o convenios cuya autoridad deviene del libre consentimiento de la mayoría, aplicándose tanto en el terreno divino como en el civil.

Northrop nuevamente nos menciona las consecuencias de dicha ideología lockeana, puesto que no sólo permeó el terreno religioso, sino también el artístico, el individual. El individuo será considerado luego entonces, como una conciencia en blanco o tabla rasa, por lo tanto, "para tales sustancias, las emociones y las pasiones no son características intrínsecas de su naturaleza, sino simples datos como los colores y los sonidos, respecto a los cuales este hombre nuevo, moderno, adopta simplemente la actitud de un observador. A ello se debe que el hombre moderno, como el frío inglés contemporáneo, evite el entusiasmo."⁴³ Así, nuevamente podemos ver que una sociedad, la inglesa, adoptó en su vida cotidiana una filosofía que marcó determinantemente sus vidas, su forma de ser, puesto que ellos, como nos menciona el autor, son mucho más fríos que los españoles, cuya esencia es la pasión (ellos no se vieron altamente influenciados por la filosofía de John Locke).

Dicha cuestión será de vital importancia, puesto que la pasión, según la teoría de John Locke, no es más que una particularidad de la propia conciencia, de carácter fenomenológico, plenamente independiente de la naturaleza espiritual esencial de uno y un hombre sensato, como nos lo dice Northrop, será aquel que se limita a mirarla con frialdad y a distancia, como si observase cualquier otra cosa que es ajeno a él mismo en lugar de considerarla como una expresión instintiva de su naturaleza más profunda, verdadera y vital. De esta manera, las emociones y las pasiones fueron consideradas en un plano inferior

⁴³ Op. Cit. P. 135.

a los colores, sonidos, olores, y el espacio y tiempo sensibles. Así, bajo esta nueva jerarquía (las emociones y las pasiones como inferiores, los colores, sonidos, olores, espacio y tiempo sensibles, en segundo grado) lo que realmente cobrará importancia será entonces la sustancia material o bien, la sustancia mental introspectivamente dada, intrínsecamente desprovista de emoción, puramente espiritual, con la que el individuo comulga el sábado en una sala austera, sin colores o sonidos que puedan perturbarle. Así, toda la parafernalia involucrada en el rito religioso, los cantos, los colores, las figuras, el arte, como los valores estéticos y emotivos resultaran completamente innecesarios, y así lo verá el protestante, nos dice Northrop.

El ser humano, la persona individual, nos dice, es absolutamente libre e independiente, todos los hombres nacen libres e iguales, así, el hombre moderno democrático no necesitará siquiera de otros hombres para la salvación de su alma además de ser igual a todos los demás. Todos los hombres, por su naturaleza, serán libres, iguales e independientes y por lo tanto, a ninguno de ellos se le podrá sacar de dicho estado para someterlo a un poder político de otro sin su consentimiento. Un hombre así será dueño absoluto de su persona y de sus bienes, pero otras sustancias mentales con libertad, con cuerpos más indolentes tenderán a robarle al vecino su vivienda, sus cosechas, e incluso dañarle, y esta será la razón por la cual este renuncie a una parte de su libertad para someterse a las leyes del Estado, puesto que éste como individuo independiente, por sí solo no podrá proteger su propiedad. Así las leyes del Estado, servirán como reguladores de las sustancias mentales. Surgiendo de esta manera una nueva democracia que traspasará fronteras, incluso continentes.

Las concepciones filosóficas, como podemos ver a través de los discursos ya dados, no quedarán en los libros, en las escuelas ni en ningún otro medio impreso o institucionalizado, sino que saltará del papel y cobrará vida y fuerza en los diferentes discursos y estilos de vida de cada uno de los sujetos. Nuevamente, dichas concepciones filosóficas verán al sujeto de una manera muy específica lo cual dará como resultado una forma de ver y vivir el mundo. El problema surgirá entonces cuando dichas concepciones atomizan al sujeto y lo separan del *continuum* estético indiferenciado, es decir, cuando se

mira al mundo y al sujeto de una manera fragmentada así como al conocimiento, todo lo que surja será también fragmentado. De esta manera, una democracia nacida en el seno lockeano dará primordial importancia a la propiedad privada, a las sustancias materiales y a la naturaleza se le verá como algo que nos pertenece, no como algo a lo que pertenecemos.

Sin embargo, esta democracia también tiene sus pros, como la educación universal. Sin embargo, Northrop nos menciona que también ésta, la democracia, debe ir acompañada necesariamente de una educación que se ocupe no sólo "[...] de la ciencia aplicada, de la literatura, del arte y las materias prácticas, sino, también de las creencias básicas del hombre acerca de su propia naturaleza y de la de su universo, pues si no prosigue la investigación con respecto a estos últimos problemas, a medida que el aumento de los conocimientos científicos modifiquen las doctrinas científicas y filosóficas tradicionales, [...], el pueblo se quedara desprovisto de la capacidad intelectual necesaria para apreciar la importancia de tales cuestiones."⁴⁴ Asimismo, reiterando, Northrop nos hace un gran énfasis en la fusión de los dos grandes conocimientos, Oriente y Occidente, puesto que estos dos contienen los elementos necesarios para el desarrollo de una persona integral. De esta manera, la educación deberá de contar con una nueva visión tanto teórica como práctica sobre el ser humano, sobre sus orígenes, sobre sus interrelaciones íntimas y estrechas entre él y sus semejantes y no tan semejantes, es decir entre el ser humano y el *continuum* estético indiferenciado, es decir, el todo. De esta manera una educación que contemple el aspecto teórico y el estético intuitivo, se verá sumamente enriquecida y dará nuevas líneas de desarrollo en nuestras sociedades actuales.

Por otro lado Berkeley posteriormente hizo notar que lo obtenido por medio de los sentidos es una mera particularidad puesto que todas nuestras ideas, según la filosofía de John Locke, no son sino ideas reunidas, lo cual nos lleva a pensar que no existen conceptos de clase o universales y por lo tanto que todas nuestras ideas son particularidades. Así las cualidades sensibles son meros nombres, por lo cual a esta corriente se le llamó nominalismo, teoría misma desarrollada por Berkeley y Hume. Lo cual nos lleva a abordar brevemente lo expuesto por Hume. Él nos dice que no existe nada, sino los datos

⁴⁴ Op. Cit. P. 148-149.

sensoriales atómicos transitorios y particulares y sus asociaciones transitorias sucesivas, nos menciona Northrop. De esta manera para Hume no existe el alma inmortal, por el contrario, la persona no es sino una asociación transitoria de datos sensoriales o introspectivos, por lo tanto será necesario definir el bien en todas las esferas, es decir, en la religión, la moral personal y social y también en cuanto a el Estado, tarea que continuaría Bentham. Las consecuencias de lo antes dicho serán de largo alcance ya que no sólo se deberá ahora rechazar la filosofía de John Locke y de Jefferson, sino también la concepción católica y protestante. Puesto que en lugar de ser una sustancia mental, libre, independiente e igual a todas las demás, o en lugar de tener alma inmortal, el sujeto no será otra cosa sino una colocación temporal de datos sensoriales transitorios. Es decir, no existe ningún yo sustancial que tenga por sí mismas facultades. De la misma manera, nos menciona Northrop, surge el positivismo en la ciencia debido a que no existe nada sino lo inmediatamente aprehendido.⁴⁵

En este terreno es necesario ahondar más sobre la cuestión del bien ya que éste se definió con base en la filosofía de John Locke, Hume, Bentham y otros más. Bentham por su parte relacionó la idea del bien con los placeres inmediatamente experimentados o con la felicidad, la cual puede llegar a medirse de acuerdo a la cantidad de tales placeres. Así es como surge el utilitarismo hedonista de Bentham y Mill. Ello acarreará consecuencias inimaginables puesto que el bien se encontrará inscrito en las coordenadas del placer, cuestión que acaso no resulta familiar hoy día. "Al ser concebidos los placeres como cosas personales, privadas, particulares, tal interpretación propendía a crear una ética exageradamente individualista y egocéntrica. Bentham intentó superar esta debilidad dando a la teoría con la formulación social con su famosa sentencia 'la máxima felicidad para el mayor número'. Así, el bien se convirtió en gran parte en un asunto cuantitativo tanto por el individuo como para la sociedad."⁴⁶ Para ello, Mill denotó que esta teoría proporcionaba fundamentos filosóficos nuevos para una nueva democracia, reemplazando en parte la

⁴⁵ William James por su parte, hará su aportación al decir que lo que aprehendemos inmediatamente no se limita a los datos sensoriales atómicos y sus relaciones. Éstos se muestran muy bien delineados en el centro del continuum empíricamente dados de la experiencia inmediata, el resto del *continuum* será indiferenciado e indeterminado, en pocas palabras, no todo lo que vemos es todo lo que existe, existe un universo detrás del universo visible, es decir, como nos dice Northrop, que existe una porción considerable del *continuum* con carácter indeterminado el cual no puede ser diferenciado por los datos sensoriales atómicos.

⁴⁶ Op. Cit. P. 173.

tendencia de John Locke y señalando sus fallos. Northrop nos menciona así que el efecto de esta filosofía empírica y utilitaria de Bentham y Mill consiste entonces en reforzar e intensificar la gran importancia que le daba a John Locke a la *primacía del individuo*. Así en Mill la bondad no estaba ya definida en términos de sustancias mentales que son libres, iguales e independientes, sino lo contrario, la bondad se referirá entonces al contenido agradable, inmediatamente percibido, de la experiencia individual. El contenido placentero, sensorial, especificó de cada conciencia será único en cada individuo.

Así tendremos dos visiones diferentes acerca de los gobiernos. Por un lado, para John Locke el gobierno será un mal necesario, uno al cual el individuo se somete a regañadientes por motivos de protección de la propiedad privada, en tanto que para Mill el gobierno será un bien positivo, además de ser un instrumento necesario para lograr una plena felicidad del mayor número de personas. Vemos así, nuevamente, que una filosofía se encontrará en diversas esferas adentrándose sutilmente dentro de cada una de ellas, y dichos efectos podrán verse desde cualquier ángulo. Northrop nos dice lo siguiente: "[...] cualquier alteración experimentada en la concepción filosófica básica sobre el hombre y el universo tiene consecuencias sumamente importantes, no sólo para la ética personal, la religión y la política, sino también para la ciencia de la economía."⁴⁷ De esta manera, nos menciona el autor, "Jevons basaba la ciencia económica en el hedonismo de Bentham. Por consiguiente, los movimientos de los precios en el mercado y todas las leyes de la ciencia económica eran considerados como resultado de los esfuerzos que realizaban los hombres por incrementar sus placeres hasta el máximo y reducir sus dolores hasta el mínimo. Para Bentham, Mill y Jevons estos placeres definían no sólo el valor económico, sino también el moral y político."⁴⁸ Posteriormente, dicha situación se tornaría distinta basándose en cualquier necesidad inmediatamente sentida. Ahora no sería una corriente del valor denominada hedonista, sino psicológica, nos menciona Northrop. Sin embargo, los restos de dicho hedonismo los veremos hasta nuestros días.

⁴⁷ Op. Cit. P. 183.

⁴⁸ Op. Cit. P. 217.

Asimismo vemos entonces que estas filosofías se verán plasmadas en la economía, directamente en la angloamericana, la cual, llegará a nuestro país en su momento a través de Estados Unidos directamente. Es así que Jevons hará su aparición en el terreno de la ciencia económica definiéndola en términos de un hedonismo utilitario de Bentham. De esta manera el placer y el dolor serán un eje principal del cálculo de la economía. Ahora el problema de la economía será satisfacer nuestras necesidades hasta el máximo con el mínimo esfuerzo procurándonos el máximo placer a expensas del mínimo esfuerzo. Así Bentham define el bien como algo que no ha de encontrarse en ninguna ley aristotélica de la naturaleza dado por Dios, es decir, no existe nada salvo las impresiones sensoriales inmediatamente aprehendidas. De este modo se identificó el bien con el placer y la mejor ley era aquella que proporcionaba la mayor suma de placer al mayor número de personas, nos menciona Northrop.

De esta manera podemos ver que la idea del bien en la cultura tradicional angloamericana, y por consiguiente nos atañe a nosotros, se basa por un lado en la doctrina religiosa egocéntrica y subjetiva del protestantismo y la doctrina política individualista, basada en Descartes y Malebranche, además de la construcción de John Locke de la persona como sustancia mental, y por otro lado la teoría económica de *laissez-faire*, formulada por Adam Smith y Jevons, apoyada a su vez en Locke, Hume y Bentham, (teniendo como consideración especial que los ingleses en general, a diferencia de Estados Unidos, han seguido a Aristóteles y a Hooker un tanto más que los protestantes no conformistas y a John Locke) nos menciona Northrop. Así, dicha doctrina económica de *laissez-faire* tendrá repercusiones absurdamente gigantescas, puesto que describían que era erróneo impedir el libre juego de la acción individualista, exigiendo que se tratara a los trabajadores, nos menciona, no desde el punto de vista de su valor como seres humanos, sino desde el punto de vista *del valor de cambio de su trabajo* en un mercado sometido a la libre competencia, cuestión que claramente podemos ver hoy día, así, dicha economía no estará aislada de nuestra educación, de nuestros valores y principios, puesto que la economía será parte fundamental en el desarrollo del ser humano. La doctrina de *laissez-faire*, cobró una gran importancia en su época, puesto que liberaba a los individuos de las exigencias monárquicas, pero adolecía de un serio individualismo, mismo que fue heredado

hasta nuestros días.

Por otro lado, también será muy importante conocer y entender a Kant si queremos conocernos a nosotros mismos. Fue él, quien llega al rescate del protestantismo moderno. Su filosofía propone una base completamente nueva para la moral y la religión, muy diferente a la de John Locke, Berkeley y Hume, además de la del mundo griego medieval del catolicismo romano. Así en la Gran Bretaña, la visión kantiana ejerció influencia política, así como moral y religiosa, desplazando entonces al individualismo atómico de la filosofía política de John Locke y Mill, además de la doctrina económica de Smith, Bentham y Jevons. En ese sentido, Northrop nos menciona que no debemos aceptar plenamente las filosofías de John Locke y Aristóteles, puesto que éstas resultan ser inadecuadas, por un lado Aristóteles, por la incapacidad de su ciencia y filosofía para explicar los hechos modernos experimentales y la distinción epistemológica entre los factores sensoriales y los factores matemáticos de la naturaleza, cuestión que sacaron a la luz Galileo y Newton, por otro lado el pensamiento de John Locke, que contiene contradicciones internas que se ponen de manifiesto en el hecho de que la teoría de las ideas que acarrea su doctrina de la interacción de las sustancias materiales y mentales despoja de todo sentido a la noción de dichas sustancias. Es por estas razones que se hará necesario superar a Aristóteles y a John Locke si se quiere comprender cuál será un criterio adecuado del bien para el mundo occidental contemporáneo, tarea que realizó Kant, Carlos Marx y los sucesores hegelianos de Kant.

Pero comencemos con Kant, puesto que este describió un sistema ético, basado en la idea de que la razón es la autoridad última de la moral. Afirmaba que los actos de cualquier clase han de ser emprendidos desde un sentido del deber que dicte la razón, y que ningún acto realizado por conveniencia o sólo por obediencia a la ley o costumbre puede considerarse como moral. La filosofía de Kant colocará a la razón práctica "como un guía más seguro de los valores y de todos los problemas humanísticos que el conocimiento obtenido mediante los métodos científicos a los que él daba el nombre de razón pura."⁴⁹ Kant que era un experto físico matemático advirtió que:

⁴⁹ Op. Cit. P. 210.

“[...] es completamente imposible definir los conceptos técnicos de la matemática sólo con términos tales como los colores, sonidos, olores, dolores y placeres y sus imágenes ulteriores, como lo exige la teoría lockeana de las ideas y la filosofía subsiguiente de Hume, Bentham y Mill.”⁵⁰

Así, Northrop continúa: “[...] por otra parte la física de Newton, como la de Einstein, requiere una distinción entre el tiempo y el espacio sensibles y el tiempo y el espacio, tal como entran de manera sistemática en la teoría científica experimentalmente comprobada. Si la filosofía de Hume fuera exacta, sólo existirían el espacio y tiempo sensibles.”⁵¹ De esta manera, no nos queda otra opción que sacar la conclusión de que nuestro conocimiento de los objetos sensoriales y científicos consta de dos partes, una recibida empíricamente por los sentidos, como nos dice Hume, y otra recibida teóricamente, es decir, *a priori*.⁵²

Dicho pensamiento tendrá sus repercusiones inmediatamente. La persona humana se presentará como algo totalmente distinto. Mientras que para John Locke la persona era un tablero en blanco, una sustancia mental indiferenciada que no tenía ideas y cuya conciencia carecía de contenido hasta que las sustancias materiales de la física actuaban sobre ella permitiéndole percibir los colores, sonidos, olores, sufrimientos y placeres y sus asociaciones y secuencias privadas, para Hume la persona no era otra cosa más que una asociación de tales datos e impresiones de los sentidos o en las que solamente se ponía de manifiesto las combinaciones acarreadas por la sucesión de los datos. En este sentido, ni John Locke ni Hume concebían a la persona humana como un sujeto cognoscente, como creador positivamente activo. Con Kant dicha situación cambia radicalmente, nos menciona

⁵⁰ Op. Cit. P. 263.

⁵¹ Idem.

⁵² Pero ante esta cuestión es interesante e indispensable entender las palabras del filósofo español contemporáneo Ortega y Gasset, que nos dice: "la física es un conocimiento *a priori*, confirmado por un conocimiento *a posteriori*". Sin embargo, nos dice Northrop, este *a priori* será un *a priori* hipotético, sujeto a modificaciones, y por lo tanto no será un *a priori* categórico e inmortalmente cierto. Dicha reflexión tendrá serias implicaciones en el conocimiento occidental, puesto que denota una constante dialéctica del conocimiento en un mundo que pretende ser completamente estable, categórico, y totalmente cierto y verdadero, aunque la historia demuestre lo contrario.

Northrop. Así, con Kant se transforma la moderna concepción que se tiene del hombre, puesto que ya no es un ser pasivo, es un ser sistemáticamente activo y creador.

Kant entendió que su filosofía científica no explicaba la moral ni la religión. Explicaba al hombre como un conocedor de la naturaleza pero no como agente moral libre y activo. Así, de esta manera, no le quedó otra alternativa más que establecer a la moral y a la religión como sujetos que no guardaban conexión con el conocimiento científico o empírico. Posteriormente como para darle un nuevo giro, Fichte llegará a la conclusión de que tanto nuestro conocimiento científico de la naturaleza como nuestra exigencia moral de un sentido de libertad presuponen el acto libre del individuo, es decir, el hombre no es una criatura moral, y en lugar de que la vida moral dependa de las influencias del conocimiento y la razón, la vida moral se concentrará en la voluntad misma. Esta será la nueva idea del bien, la voluntad. "[...] el hombre mejor es aquel que más vigorosamente domina la situación por la fuerza de su voluntad y que el mejor gobierno es aquel en que funciona esa voluntad dominante". En rigor, esto fue lo que dijo precisamente Hegel, discípulo de Fichte. Así, en la filosofía de Hegel, surgen dos nuevos factores, uno, la lógica dialéctica, y el otro, la primacía de la cultura sobre la naturaleza. En esta lógica, podremos ver dos elementos primordiales, uno es el yo, un verdadero individuo moral, y el otro es el no-yo, o naturaleza, es decir, una tesis y una antítesis, la una limitada por la otra. En este sentido, la libertad puede encontrarse no tanto en la voluntad de los individuos humanos comunes, sino en una voluntad trascendente o sobre humana. Así, esta voluntad absoluta será la libertad pura. Nos menciona Northrop.

En este sentido, las revoluciones serán incesantes. Una visión dialéctica cobrará sentido en un terreno cultural. Es decir, la filosofía de Kant y de sus sucesores, de Fichte, de Hegel, de Carlos Marx, diferirán sustancialmente de los angloamericanos puesto que éstos consideran al individuo como un ser mucho más complicado de lo que se deduce de la psicología y filosofía positivista angloamericana. Tanto los seguidores de Hegel y de Carlos Marx supondrán que el individuo se encuentra gobernado en la evolución de su conciencia, tanto en sus instituciones históricas y sociales, por la dialéctica de la tesis, la antítesis y la síntesis, nos menciona. De esta manera, un gran sector vio el carácter inadecuado de estas

filosofías anticuadas. Los alemanes, así como los rusos consideraron erróneas y caducas a las culturas democráticas de Inglaterra, Francia y los Estados Unidos, mismas que se encontraban basadas en las filosofías de Descartes, John Locke, Hume, Bentham y Mill, inaugurando un nuevo mundo de la filosofía, uno sin precedentes en el mundo occidental. Ahora, las nuevas bases serían Kant, Hegel, Carlos Marx, entre otros.

Hegel hará su gran aparición en el escenario europeo con sentencias tales como que la evolución cultural, a diferencia de la natural, surgirá de la revolución más que por un desarrollo gradual, así, la lógica de la negación se encontrará en el centro de las revoluciones culturales, sólo que existirá un pequeñísimo error, heredado por Carlos Marx, dicha negación podría no ser determinista, y esto lo hemos contemplado un sinnúmero de ocasiones: a través de la historia se ha demostrado que en cualquier cultura dada puede ser negada su filosofía más de una vez, nos menciona Northrop.

En este sentido, Carlos Marx y su filosofía nos darán un ejemplo muy representativo de la manera en que una teoría en extremo técnica y sistemática determinará los valores, los objetivos y las realizaciones posteriores de un pueblo, nos menciona Northrop. Materialismo dialéctico será la nueva versión de las ideas de Hegel, diciendo ahora que en lugar de ser las ideas las que determinaban la naturaleza y las instituciones culturales, serán estas últimas las que tenderían a determinar a las ideas. Hoy día sabemos que dicho proceso no es unidireccional, sino bidireccional y en un plano más profundo y trascendente del que se vislumbraba en aquellos ayer. Por otro lado, las relaciones de producción cobrarán nuevo sentido bajo esta nueva filosofía. Ahora, debido nuevamente a un largo proceso histórico, las relaciones laborales, económicas, se tornarán en el nuevo eje fundamental del desarrollo de las sociedades emergentes: "Marx advirtió cómo trabaja el hombre con ciertos materiales de la naturaleza para satisfacer sus necesidades corporales y de otra índole. Al satisfacer estas necesidades, trabajando con los materiales de la naturaleza, el hombre entra en determinadas relaciones, no sólo con la naturaleza, sino con otros hombres. Estas relaciones, a las que Marx denomina 'relaciones de producción', son fundamentales en toda la filosofía marxista."⁵³ De esta manera, el cambio de las

⁵³ Op. Cit. P. 305.

relaciones de producción determinará de manera general los procesos sociales, políticos e intelectuales de la vida cotidiana. Y esto será muy cierto, no ya en la vida de la sociedad en su conjunto, sino, a juicio de Carlos Marx, en cuanto a la conciencia del individuo diciendo lo siguiente: "No es la conciencia de los seres humanos lo que determina su existencia, sino, a la inversa, es su existencia social la que determina su conciencia".⁵⁴ De esta manera, Carlos Marx vislumbró el sentido que cobraría el ser humano en dichas relaciones económicas y de poder. El ser humano sería ahora visto como mercancía, como un material que produce materiales, como una fuerza de trabajo, simplemente como una mercancía en el mercado libre el cual recibe una cantidad muy inferior a su fuerza de trabajo. En este entendido, el ser humano se verá desplazado completamente por el hedonismo o la plusvalía, y por lo tanto, como ya lo hemos mencionado, esto cobrará sentido si nos adentramos en las consecuencias psicológicas, físicas, morales, intersubjetivas, espirituales, es decir en un sentido integral de dicho ser humano y de su entorno, o sea, del *continuum* estético indiferenciado. Así, en gran parte de las políticas educativas de nuestro espacio, se encontrarán implícitos estos fines, insertando en los procesos de enseñanza y aprendizaje el modo de mantener esta situación excluyente, individualista, hedonista, jerárquica, egocéntrica, sin cuestionar.⁵⁵

De esta, a manera de resumen, Northrop nos menciona que se hizo necesario hacer un recuento histórico de las diferentes filosofías que se desarrollaron a través del mundo occidental, para poder entender los procesos que hoy día vivimos en nuestras sociedades. Es por ello que, nos dice, las filosofías de Kant, Hegel, Marx, así como las de John Locke, Hume, etc., además de poseer cierto valor e importancia, podrían resultar inadecuadas para nuestro actual mundo occidental moderno, cuestión que necesariamente deberá ser complementada con la cosmovisión oriental y su apreciación intuitiva del *continuum* estético indiferenciado, es decir, una visión integral que es capaz de entender las diversas interconexiones de todo nuestro entorno y vislumbrar que existe lo racional en estrecha comunión con lo irracional, es decir, la razón y la intuición caminando hombro a hombro.

⁵⁴ Carlos Marx citado en Op. Cit. P. 306.

⁵⁵ Claro está que hoy día algunas corrientes pedagógicas bogan en otras direcciones, mismas que ven al ser humano como lo que es, un ser espiritual, integral, como la *pedagogía de lo corporal* en proceso de construcción.

Pero para ello deberemos abordar en el siguiente capítulo un poco más la visión oriental para conocer el porque de dichas afirmaciones. Pero por ahora, regresemos al marco mexicano y tratemos de entender un poco más sobre la seria descalificación que vivimos hoy día cotidianamente, porque no creemos en lo que hacemos, tal y como lo pudimos observar directamente en nuestros entrevistados.

3.4 NO CREEMOS EN LO QUE HACEMOS

En cuanto a la descalificación del nuevo mundo, podemos contemplar un sinnúmero de enunciados propuestos por gente que realmente desconocía nuestro espacio y nuestro tiempo, siendo hoy día igual. A saber, algunos ejemplos que a continuación mencionaré.

Personajes como el deán alicantino don Manuel Martí (siglo XVIII), escribiendo una carta al joven Antonio Carrillo, describiéndole la situación tan atrasada de nuestro continente, en cuanto al ámbito intelectual se refiere, y pidiéndole con ello que no realice sus estudios en el Nuevo Mundo, puesto que solo perdería el tiempo, nos dan idea de la visión tan errada que se tenía sobre nuestra tierra y nuestra gente. También podemos encontrarnos a personajes como Buffon, la reina de España, y otros tantos europeos que hablaban sobre lo hablado (en lo imaginario), descalificaban un espacio que ni siquiera les era familiar y en el cual, mucho menos, habían tocado suelo.

La primera en sembrar la semilla de la discordia fue la reina de España, que al escuchar a Colón sobre como eran los árboles del nuevo mundo (según su visión), pensó, por lógica, que también así era su gente, a saber:

“Resultado de esa actitud son en parte las descabelladas apreciaciones y argumentaciones que en Europa se debatía para clasificar al indígena, a la naturaleza, al clima, a la fauna, a la flora, a la religión, a las costumbres, en fin al lenguaje del Nuevo mundo. Quien primero tuvo la culpa fue la Reina. Al escuchar cómo Colón le decía que en las Indias los árboles no echaban hondas raíces porque llueve mucho y el suelo está podrido, la donadora de joyas, preocupada, le

dijo: ‘En esa tierra donde los árboles no se arraigan, poca verdad y menos constancia habrá en los hombres’.”⁵⁶

Este contexto, hoy día, no ha cambiado en mucho. La descalificación hacia nuestro trabajo, por parte del exterior, ha logrado permear barreras y se ha instalado en nuestros cuerpos, la hemos introyectado, es decir, interiorizado e incorporado. Actualmente es difícil aceptar que, nuestro trabajo realmente puede ser y es bueno, creativo, productivo, ingenioso, con un fuerte sentido y contacto con la realidad, es decir, en un plano racional e irracional (considerado como irracional y sin valor para el pensamiento occidental, eurocéntrico, capitalista, positivista, cartesiano, dogmático, discursivo, racional, y un largo etcétera.).

Pero regresando al siglo XVIII, el deán alicantino don Manuel Martí realmente intenta convencer al joven Carrillo de que su mejor opción era estudiar en Europa y situar su residencia en Roma, y no en el Nuevo Mundo, ya que acá solo perderá el tiempo y se hará holgazán. A la letra, dice así:

“¿A dónde volverás los ojos en medio de tan horrenda soledad como la que en punto a letras reina entre los indios? ¿Encontrarás, por ventura, no diré maestros que te instruyan, pero ni siquiera estudiantes? ¿Te será dado tratar con alguien, no ya que sepa alguna cosa, sino que se muestre deseoso de saberla, o –para expresarme con mayor claridad- que no mire con aversión el cultivo de las letras? ¿Qué libros consultarás? ¿Qué bibliotecas tendrás posibilidad de frecuentar?”⁵⁷

Afortunadamente hubo quien leyó esta carta 37 años después, se indignó e hizo algo al respecto. El orador sagrado y teólogo, el Dr. Juan José de Eguiara y Eguren, se dio a la tarea de rebatir dichos argumentos tan inestables, demostrando férreamente, gracias a su exaltación de sentimiento patriótico, que esta nación daba mucho de sí, y logró demostrar que las palabras del deán alicantino solo eran fruto de la ignorancia. Se dio a la tarea de

⁵⁶ Shneider, L. (1986). Ruptura y continuidad: La literatura mexicana en polémica. México: FCE. Pp. 12.

⁵⁷ Fragmento de la carta del deán alicantino don Manuel Martí al joven Antonio Carrillo citado en: Eguiara, J. (1984). Prólogos a la Biblioteca Mexicana; Nota prel. por Gómez de Orozco. México: FCE. P. 56-57.

reunir documentos, gente letrada y preparada que ésta tierra viese nacer, y mostrarlos en un solo lugar, la Biblioteca Mexicana. Fue a través de cerca de dos mil escritores de la América Septentrional que el Dr. Juan José silenció brevemente las voces europeas, demostrando la muy calificada capacidad de nuestros intelectuales. Además demostró que nuestra nación contaba con teólogos, profesores encargados de las disciplinas científicas, retóricas, filosóficas, que también impartían derecho romano, medicina, entre otras ciencias y estudios. Todos ellos excelentemente bien preparados. También el Dr. Juan José de Eguiara y Eguren se dio a la tarea de realizar un breve recorrido histórico demostrando la fuerza de nuestro pensamiento y conocimiento anterior a la conquista⁵⁸, todo ello a través de su “Anteloquia”.

Sin embargo, la tarea de descalificación perduraría por mucho tiempo, incluso en nuestros días. Schneider nos menciona que durante los siglos XVI y XVII Europa discute los valores teológicos, religiosos y jurídicos, de hecho, cuestiona su plena humanidad. Es a finales del siglo XVII que se da una corriente de subestimación de la cultura criolla, donde los valores intelectuales no importan. Dicha corriente alcanzará al deán Manuel Martí. Durante el siglo XVIII, también existen europeos como Buffon que detentan la misma bandera ideológica europea, transmitiéndola a un sinnúmero de europeos que harán lo mismo, como Feijoo, Montesquieu⁵⁹, Hume, Voltaire, Reynal, entre otros. A saber:

⁵⁸ Cabe señalar, que en el primer colegio fundado por los españoles en el Nuevo Mundo, en 1536 en Tlatelolco, resultó que los mejores estudiantes eran los indígenas, puesto que aprendían el latín, español y toda materia que les era impartida con una facilidad asombrosa. Fue por ello que cancelaron muchos colegios y restringieron la educación. Para mayor información consúltese la obra Ricard Robert. *La conquista espiritual de México*, México, FCE, 1986. El Dr. Juan José dice lo siguiente al respecto: “Así que los indios comenzaron a formarse en las costumbres españolas, se les vió progresar en ellas notablemente. ‘Agora – escribe el obispo antes mencionado don fray Julián Garcés en su Carta al Sumo Pontífice Paulo III- es tanta la felicidad de sus ingenios (hablo de los niños) que escriben en latín y en romance mejor que nuestros españoles, y los que se dan entre ellos al estudio de la lengua latina y castellana no salen menos aprovechados que nosotros...’ Aprenden más presto que los niños españoles y con más contento los artículos de la fe por su orden, y las demás oraciones de la doctrina cristiana, reteniendo en la memoria fielmente lo que se les enseña.” En Eguiara, J. (1984). Prólogos a la Biblioteca Mexicana; Nota prel. por Gómez de Orozco. México: FCE. P. 197.

⁵⁹ Montesquieu decía que los climas calurosos obligaban a prácticas de esclavismo, poligamia o despotismo. Es decir, en sociedades donde los climas eran tropicales (India, México, etc.) era natural encontrarse con chicas precoces y hombres perezosos, dicho de otra manera, él decía que el clima afectaba directamente el comportamiento humano, y con ello justificaba la superioridad europea. Pániker, A. (2005). *Índika: una descolonización intelectual*. Barcelona: Kairós. P. 21.

“Si para Eguiara América ‘es recinto de hombres sabios’, no lo era así para la general opinión europea. Desde el científico Buffon, que encuentra la naturaleza viva del Nuevo Mundo menos activa y fuerte, al indio débil y pequeño, sin ardor para con su hembra, menos robusto que el europeo, menos sensible pero más tímido y más cobarde, sin ninguna vivacidad, ninguna actividad en el alma y con un cuerpo que se mueve involuntariamente por una urgencia de necesidad; opinión aceptada en parte por Montesquieu, y que se reafirma en Hume, el hombre americano venía padeciendo la ofensiva del Viejo Mundo.”⁶⁰

Es así, que hasta nuestros días, el menosprecio sigue vigente. Una visión de inferioridad, de adorar y venerar lo extranjero, de minimizar lo propio, de no escucharnos entre nosotros, es el legado de nuestros antepasados y es nuestro diario devenir. Por fortuna no todo es así, también existe el trabajo de personajes tan importantes como Vasconcelos, Antonio Caso, Valverde, E. Chavez, Rafael Moreno, López Ramos, entre otros tantos que han dado un nuevo sentido a lo que hacemos, desde reflexiones filosóficas y epistemológicas han conseguido dar luz al verdadero valor de lo nuestro, que no es ajeno al gran concierto internacional, pero que además posee su propio aroma y matiz.

Por referirse a algunos de los personajes importantes, podemos mencionar ampliamente al maestro Rafael Moreno, quien con sus reflexiones, críticas y propuestas dieron lugar a nuestro pensamiento. Es por ello necesario aprender entre nosotros mismos, conocer nuestro trabajo, dejar de repetir, cual cerebros de perico, dejar de importar modelos extranjeros y aplicarlos automática y directamente, sin reflexión. Es así, que el maestro Moreno insiste en mirar hacia adentro desde dentro y para ello será necesario conocer donde estamos parados, quienes somos, reconocer que nuestro orígenes son europeos, pero también indígenas. Uno de los grandes pecados que cometemos consiste en repetir, compararnos con los demás e importar ideologías indiscriminadamente. Es por ello necesario crear, y la filosofía (una propia) nos ofrece la posibilidad de conocer nuestro entorno, de acceder a nuevas reflexiones y, dando un pequeño paso adelante del maestro Moreno, actuar.

⁶⁰ Shneider, L. (1986). Ruptura y continuidad: La literatura mexicana en polémica. México: FCE. Pp. 26.

Es así que debemos ver que el acceder y tolerar a las diferencias de pensamientos, de visiones y cosmovisiones es lo que nos permitirá entender lo que realmente está sucediendo, lo que *el otro* está viviendo, entendiendo y tratando de explicar su realidad a través de mitos, de leyendas, de narraciones que son consideradas pueriles, irreales e irracionales por parte de un sector del pensamiento, uno positivista, cartesiano, es decir, eurocéntrico y egocéntrico. Con ello no quiero descalificar el pensamiento eurocéntrico, es decir, egocéntrico, antropocéntrico, racionalista cartesiano, puesto que en su momento realizó grandes logros, sacar al mundo del dogmatismo religioso. Pero que ahora, dicho pensamiento resulta un tanto corto ante una realidad que nos rebasa.

El pensamiento occidental se encuentra plasmado de una corriente judeocristiana, de modernidad, racionalismo cartesiano, individualismo, igualitarismo, laicismo, ciencia, tecnología, progreso, capitalismo, ahora neoliberalismo, globalización, entre una retahíla de ideologías que miran al mundo bajo su propia óptica.⁶¹ Es la *occidentosis*, como diría Pániker, un buen término utilizado para esta visión, la predominante sobre un mundo material⁶².

Un buen ejemplo de lo antes dicho lo podemos ver en que, durante la conquista, los frailes franciscanos, dominicos y agustinos (llegados al Nuevo Mundo en 1524, 1526 y 1533 respectivamente) veían con malos ojos las costumbres y creencias de los indígenas, puesto que, ante sus ojos, eso era herejía, hechicería, y cosas del demonio. Así, una visión holísta fue considerada erróneamente politeísta⁶³, y por lo tanto, sacrílega, digna de ser arrancada de raíz. Es así que podemos ver el choque de dos visiones, de dos culturas, de dos formas de explicar la realidad. Y esto, hasta nuestros días, también sigue igual, solo que con otros nombres, lo racional y lo irracional.

⁶¹ Pániker, A. (2005). Op. Cit. P. 25.

⁶² Op. Cit. P. 32.

⁶³ Como ya hemos mencionado, debemos entender que los antiguos mexicas no creían en muchos dioses, sino en potencias, en representaciones, pero que, a los ojos de los frailes, esos eran dioses y eran malos. La visión de un solo dios nace en otro tiempo y espacio, uno muy distinto al nuestro. Sus antecedentes los podemos rastrear en el antiguo Egipto.

Los términos racional e irracional actualmente se encuentran contrapunteados, pero ello no debiera ser así. La predominancia del uno sobre el otro es lo que genera gran parte de los problemas que hoy día vivimos, puesto que nos insensibilizamos y no alcanzamos a comprender verdaderamente la trama de la vida. Así, intuición y razón (lo irracional y lo racional) no tienen porque encontrarse en los polos opuestos sin un estrecho contacto, ya que pertenecen a un mismo espacio, nuestro cuerpo. Intuición y razón coexistiendo armónicamente, generarán cambios radicales en nuestras vidas, en nuestro entorno y en nuestro tiempo. Solo es cuestión de saber escuchar. Pániker describe muy bien esta situación, él nos dice que los términos oriental y occidental, así como lo racional, lo científico y su opuesto, no tienen porque estar peleados, nos menciona que su conjugación sería una excelente opción para expandir nuestros horizontes⁶⁴.

3.5 PENSADORES MEXICANOS

Así como hemos visto, nuestro país nace de una compleja red estructural de ideologías, de nuevos estilos de vida y alimentación, así como de finos mecanismos educativos que instalan en el sujeto una forma de ver y vivir el mundo. Así también es necesario distinguir que nuestro pensamiento actual mexicano ha tenido sus orígenes de muchos lados, de España, Francia, Alemania, incluyendo nuestro propio espacio. A lo largo de la historia hemos visto su evolución, sus contrariedades, contradicciones, avances y retrocesos, pero es necesario hacer hincapié en que realmente contamos con una ideología propia, contamos con escritores que se preocupan por nuestro diario acontecer y son ellos parte del cambio de una visión muy especial, la nuestra.

Es necesaria una reflexión de lo que se ha generado en nuestra gente y desde nuestra gente, ya que voltear la mirada hacia otros países sin mirar nuestro trabajo, no sólo desmerita el nuestro, ya que ni siquiera le da la posibilidad de existir, sino que ni siquiera le abre nuevos caminos. Es necesario hacer un recuento.

⁶⁴ Para mayor información consúltese la obra: Pániker, A. (2005). *Índika: una descolonización intelectual*. Barcelona: Kairós.

Existen grandes pensadores mexicanos que han mirado hacia Europa, que, para su tiempo, era necesaria dicha reflexión, puesto que la ideología del momento había generado un estatismo ante la situación tan cambiante de esta época. Me refiero al periodo de la ilustración y sus grandes pensadores.

Ante el escenario de la iglesia, su pensamiento aristotélico, reinterpretado en el siglo XIII por sto. Tomás de Aquino a manera de conciliación entre el pensamiento de san Agustín y los averroístas⁶⁵, era el eje principal para comprender el contenido sobrenatural de la revelación cristiana. Dicho pensamiento era tanto filosófico como teológico, lo “[...] más importante para ellos fue su convicción de la armonía fundamental entre razón y revelación. Los escolásticos afirmaban que el mismo Dios era la fuente de ambos tipos de conocimiento y la verdad era uno de sus principales atributos”⁶⁶, así mismo: “[...] como los escolásticos creían que la revelación era la enseñanza directa de Dios, ésta tenía para ellos un mayor grado de verdad y certeza que la razón natural. En los conflictos entre fe religiosa y razonamiento filosófico, la fe actuaba siempre como árbitro supremo y la decisión de los teólogos prevalecía sobre la de los filósofos”⁶⁷. Así de esta manera, la enseñanza escolástica predominó en la época y durante varios siglos. Ya para el siglo XVIII nacen una serie de pensadores que se cuestionan el porque de dicha enseñanza, de los peripatéticos, del corpus aristotélico como única visión.

Es muy cierto y no podemos discutirlo, que nuestro pensamiento se encuentra fuertemente influenciado por las ideas cartesianas, puesto que, Descartes, además de ser tal vez el más grande filósofo francés, es considerado el “padre de la filosofía moderna.”⁶⁸ Ante la primera publicación de Descartes muchos son los que le dan la bienvenida a estas nuevas ideas, porque “comprendieron que por fin había aparecido otro pensamiento que vendría a

⁶⁵ Así el pensamiento de Aristóteles es introducido a España por medio del mundo islámico, pero con ciertas modificaciones e interpretaciones.

⁶⁶ Biblioteca de Consulta Microsoft ® Encarta ® 2005. © 1993-2004 Microsoft Corporation. Reservados todos los derechos.

⁶⁷ Idem.

⁶⁸ Moreno, R. (2000). La filosofía de la Ilustración en México y otros escritos, Compilación. México: Facultad de Filosofía y Letras, UNAM, p. 141.

suplantar a la ciencia y a la filosofía oficiales”⁶⁹, y en este sentido grandes pensadores mexicanos introducen éstas nuevas ideas a manera de renuncia al pensamiento escolástico.

Con el pensamiento de Descartes “el sujeto cognoscente se vuelve hacia sí mismo y no hacia el mundo exterior para dar razón de todo”⁷⁰. De esta manera tanto Descartes como otros pensadores, se ven obligados a abandonar las enseñanzas del momento, es decir, quieren pensar por sí mismos, lejos de misterios, quieren comprobar lo que se dice y no quieren ser nuevamente engañados. ¿Acaso esto no hace eco con nuestra vida hoy día?

Es así que Alzate y Bartolache entran en el escenario ideológico como los máximos representantes de la filosofía mexicana de la Ilustración, puesto que no están conformes ni de acuerdo con las enseñanzas de la época. Alzate se refería a la educación de la filosofía en las escuelas: “tiene fincada toda su subsistencia y toda la decencia de su persona en misterios”, de esta manera, “el simple acto de pensar por sí mismos implica por eso la destrucción del mundo antiguo”, el repudio a la escolástica. Alzate tan solo desea convertir a los habitantes de la Nueva España en críticos, en aplicar el recto uso de la razón, propagar el método cartesiano, aunque en voz baja, muchas veces sin citar la fuente, puesto que era condenado en esa época. Alzate se encuentra convencido de que la razón es el único camino de la educación y de que en consecuencia la razón de las ciencias, la misma del mundo moderno, debía estar en la cultura, en las costumbres, en los hábitos, en todos los actos, aun en los más cotidianos. Por otro lado, Bartolache es quién en sus escritos intenta hacer que todos apliquen el buen método en cualquier tipo de materia, como una forma de acercarse al conocimiento. De esta manera ni Locke ni Malebranche ni Spinoza influyen de tal modo como lo hizo Descartes, además de Bacon y Newton.

Cabe mencionar que no se trata de un pensamiento extraído de Europa e implantado en México de manera fehaciente, sino de su asimilación por parte de los pensadores mexicanos, su interpretación y aplicación al contexto nacional, puesto que los ilustrados cuentan ya con una voluntad nacionalista.⁷¹ De esta forma Descartes juega un papel

⁶⁹ Op. Cit., p. 142.

⁷⁰ Op. Cit., p. 144.

⁷¹ Op. Cit., p. 157.

primordial en la historia de nuestro país: “Sin duda es importante que el cartesianismo haya contribuido a la constitución definitiva de la filosofía y de la suficiencia de la razón entre nosotros; pero es mucho más importante que esté ligado estrechamente a la adquisición de la conciencia nacional y a la formación de un nuevo hombre que se sabe y se siente mexicano sin perder por eso su cartilla de ciudadano universal, conquistada entonces juntamente con la independencia respecto de la Corona y del pasado colonial.”⁷²

Es justamente en las publicaciones de Alzate (la primera se dio en 1768) y Bartolache que se introduce no solo la ideología cartesiana, el uso correcto de la razón, el buen método, sino también “nuestro México”. Se pretende generar un sentimiento de unidad, de cohesión, de nacionalismo, decir que somos una entidad diferente de España

Ilustrados y liberales presentan un proyecto, el crear un hombre nuevo, lejos de su pasado, sin negarlo, pero acabando con las viejas ideas, con el pensamiento antiguo. Los liberales encargados de alcanzar una libertad civil, los ilustrados de alcanzar una libertad de la razón. Se trata entonces de un proyecto con una nueva educación, un nuevo tipo de saber, un nuevo hombre. En este sentido, se hace necesario tomar las riendas de la educación, despojar a la Iglesia como único eje de construcción y decir que el rumbo de una nación depende no de su carácter religioso, de fe, sino de la construcción a través de la ciencia, de la industria y del trabajo, no de la devoción. Es así como las ideas cartesianas se cuelan hábilmente en el terreno nacional, pero estas ideas van modificándose y tomando nuevos matices, a veces unos muy contrastantes.

Muchos son los pensadores, así como Alzate y Bartolache, que luchan no por opacar el pasado, no por desecharlo, sino aprender de él y construir algo nuevo, en pro de una nación, la nuestra (o la humanidad), dando lugar a Ezequiel Chávez y Samuel Ramos, los contemporáneos, entre otros.

⁷² Idem.

3.5.1 Ezequiel Chávez, Samuel Ramos y sus pensamientos

Ezequiel Adeodato Chávez juega un papel importante en la formación de nuestro país, tanto en su estructura como en pensamiento. Así, éste gran educador y filósofo mexicano hace grandes aportes a nuestra forma de ver el mundo, abre caminos y no se queda solamente en el discurso, en lo hablado. Él plantea la unidad, el Universo como un todo, deja de lado las fragmentaciones y dice que no existe nada aislado:

“Es el Universo un todo del que nadie ni nada puede apartarse y en el que todo influye sobre todo, tanto en la extensión total del espacio cuanto en la del tiempo, por lo cual si se define una cosa cualquiera hay que definirla siempre con relación a tres concepciones coordinadas: la primera, referente al lugar que esa cosa ocupa en el espacio; la segunda, al que haya ocupado, ocupe y haya de ocupar en el tiempo, y la tercera al que haya ocupado, ocupe y haya de ocupar en la realización de las demás cosas y en la de todo.”⁷³

Así podemos ver que Ezequiel Chávez se encuentra dentro de una visión orgánica del mundo, nada se encuentra aislado, todo repercute, es repercusión y repercutirá en todo lo que le rodea. “[...] nada aislado y desprendido de todo vale nada: ni la patria, ni ninguna de las ciencias, ni todas ellas, ni el arte, ni todas las artes, ni ninguna de ellas, [...] ni amigos ningunos alcanzan por si solos Lo Infinito.”⁷⁴ Pero desgraciadamente existen puntos, ante su visión, que no dejan ver al Universo como un todo, y estos son dar satisfacción a los *apetitos egoístas* y a los *impulsos materiales*. Así mismo, debido a las conexiones entre el todo, es posible prever lo que sucederá, no siendo así con el ser humano, el cual escapa a dichas predicciones, siendo así *voluntad* y *libertad* los factores humanos que determinan dicha incertidumbre.

Ezequiel Chávez nos menciona que en el ser humano existen dos naturalezas, una material y otra inmaterial, que no vemos ni oímos, ni palpamos, ni podemos advertir por

⁷³ Chávez, E. (2002). Obras II. México: Colegio Nacional, p. 321.

⁷⁴ Op. Cit., p. 386.

medio de los sentidos, siendo así el factor corporal y el espiritual del ser humano. Nuestra naturaleza material entra dentro de lo mecánico, lo tangible, pero la inmaterial es libre. Nos menciona que ambas naturalezas coexisten en los seres humanos, aun siendo de carácter contrarias, además de que una se encuentra “totalmente sometida a las leyes físico-químicas en tanto que la otra, libre e inteligente, puede encontrar modos de dirigir las energías físico-químicas, conservando al propio tiempo el ser que ella tiene”⁷⁵.

Así mismo él nos menciona la importancia de los valores materiales, que son tan solo transitorios y complementarios que por si solo no valen nada. Por el otro lado, los que valen son los que no son egoístas, el amor de cada cual a todos los hombres como a sí mismo, éstos son los esenciales, siendo los demás accidentales⁷⁶.

Del mismo modo, otro de los grandes pensadores mexicanos, Samuel Ramos, hace una reflexión sobre la misma línea, el nos advierte que la crisis que vivimos abarca todos los órdenes de la existencia humana. De esta manera la mayoría de los hombres respiramos un ambiente viciado y pocos son los que dan cuenta de ello. Nuestra civilización, visto desde su época, se encuentra regida por valores meramente materiales sin importarle el factor humano.⁷⁷ Así, las propias criaturas engendradas por el ser humano, se revelan contra su creador⁷⁸. El ser se encuentra desorientado entre una multitud de cosas que lo dominan, tal y como lo dice Ezequiel Chávez. Ramos nos dice que “el hombre se encuentra rodeado de un sinnúmero de cosas, de ideas, de valores, que le cortan el paso, y se siente perdido en medio de esta selva artificial que él ha plantado y cultivado con sus manos,”⁷⁹ es decir, ha quebrantado sus orígenes, se ha perdido en un mar de razones y se ha olvidado de su cuerpo, de su intuición.

Samuel Ramos le da un espacio primordial a la inteligencia (entendida como una unidad entre razón, intuición y valores), como un instrumento plástico, susceptible de

⁷⁵ Op. Cit., p. 324.

⁷⁶ Op. Cit., p. 348.

⁷⁷ Así los procesos de industrialización, el capitalismo, el egocentrismo, el consumismo se verán plasmados en las conciencias individuales y colectivas.

⁷⁸ Ramos, S. (1940). Op. Cit. P. IX.

⁷⁹ Op. Cit., p. 17.

modificaciones, como un medio de salvación. De la misma forma, también hace énfasis en desechar por un momento los conocimientos adquiridos y dejarle paso a la intuición.

Por otro lado, Ezequiel Chávez nos hace un gran énfasis en la formación del ser humano y sus características. Así él nos dice que el ser tiene tres caminos a escoger: un camino vivir egoístamente, existiendo así en lo efímero, accidental y material, otro camino el de vivir a costa de otros, como parásito, por medio de la astucia o por la fuerza y el último el de coordinar la propia libertad con la de cuantos quieran hacerlo, colaborando así con el Amor Infinito, refiriéndose al amor de Dios. Ezequiel dice que una de las características del hombre es que todos estamos cruzados por las necesidades, pero que no podemos ser víctimas de ellas si y solo si tenemos la suficiente inteligencia para entenderlas y para no cederles terreno, solo cuando sean útiles. De otra manera, cediendo terreno y entregándonos a las pasiones, a los goces sensuales, y a las tendencias egoístas, nos volveremos esclavos: “Bien sabido como es que el que cede a tendencias egoístas y a la seducción de goces sensuales se convierte en esclavo de aquéllas y de éstos y llega a ser un animal cuya vida tiene por término enfermedades y desdichas que por su falta de dominio sobre sí mismo él mismo origina”⁸⁰. El Universo no puede perfeccionarse, pero el hombre inteligente se hace cargo de que su libertad no le permita ser esclavo de falsas necesidades. Por lo anterior, podemos ver que este gran pensador mexicano tiene una gran visión.

Así mismo Samuel Ramos nos menciona que el dualismo que actualmente vivimos tiene sus raíces en el ser dividido por dos tendencias, unas encaminadas a la satisfacción del alma y otras a las del cuerpo, concordando con las ideas de Chávez, además de que esta forma de vivir tiene sus expresiones en todos los campos de la vida humana, en lo social, en lo político, en lo económico y en casi todos los países e ideologías.

De tal manera que uno de los grandes problemas de nuestra sociedad es “[...] la superficialidad de la vida y de las costumbres de la mayoría de las gentes: [...] que conduce a gran número de hombre y mujeres a entregar casi toda su existencia a la satisfacción de sus apetitos, predominantemente a los deleites sensuales, con el insidioso halago de su

⁸⁰ Chávez, E. (2002). Op. Cit. P. 326.

amor propio [...] todo lo cual contribuye a que estén degenerando y desbaratándose familias”⁸¹. Todo ello de alguna manera nos orilla a olvidar nuestro cuerpo y por lo tanto a nuestra intuición, a nuestro verdadero ser.

Así para poder combatir con estos males es necesario optar por otras vías de acción. De esta manera él nos dice: “Los siglos grandes, los siglos de cultura verdadera son, en efecto, los siglos en los que ha habido comunicación constante de ideas justas, de nobles sentimientos y de buenos propósitos y buenas acciones; ‘compenetración recíproca’ de las clases sociales y de las profesiones; mutua estimación y mutua confianza.”⁸²

Chávez nos dice que es de vital importancia los factores humanos en el porvenir de una nación, en este caso, de México, jugando así un papel primordial los antecedentes raciales. Una raza, la mexicana, cuenta con una gran virtud, la resistencia, además de que son nuestras razas conquistadas un elemento constitutivo de la nacionalidad mexicana.

Para combatir estos grandes males se hace necesaria una reflexión de nuestro ser en unidad, con el cosmos, diría Chávez, pero también debemos de reflexionar sobre el papel de nuestro cuerpo y aprender de él, puesto que él nos dará las respuestas que requerimos, por formar parte de ese macrocosmos y para ello se hace ineludible una visión donde la intuición, la razón y el cuerpo se encuentren trabajando juntas, en armonía con nuestro entorno y con nuestros semejantes.

Chávez vislumbra, así como otros pensadores tales como José Vasconcelos, que para poder remediar las desventuras ocasionadas por las diferencias provocadas, es necesario “[...] prevenirlas y evitarlas mediante acertados trabajos de educación y reeducación de los que son víctimas de sus propias inferioridades, y prescribir que el pago del trabajo por cada cual efectuado en servicio de otro [...], sea tal que basta para asegurar la vida del que lo haga y la de los que en justicia de él dependan”⁸³. De esta manera, también nos refiere Ibargüengoitia acerca de una verdadera educación, una coherente que

⁸¹ Op. Cit. P. 356.

⁸² Op. Cit. P. 345.

⁸³ Op. Cit. P. 352-353.

vaya al fondo del asunto y mantenga la estructura funcionando adecuadamente, es decir buenos salarios a los profesores y no estar construyendo elefantes blancos que no sirven para nada.

Es aquí donde José Vasconcelos juega un papel de suma importancia a nivel nacional con su propuesta educativa y popular, recorriendo las raíces nacionales, escarbando en nuestra historia, cursando el horizonte político, tan cerca y tan lejos⁸⁴, y apoyándose de los artistas e intelectuales del momento, como los contemporáneos, ofreciéndoles puestos claves en la acción nacional (nombra a Jaime Torres Bodet como su secretario particular). Es así que las raíces de cada individuo se encuentran en su propio espacio y dentro de si mismos. De esta manera, mirar hacia atrás es un buen ejercicio para entender y comprender nuestro presente poniendo la mirada en nuestra historia, en nuestras raíces y en nuestro cuerpo.

Chávez por su lado aplaude los esfuerzos en materia de educación por parte de José Vasconcelos y Jaime Torres Bodet, de que toda la gente sepa leer y escribir, arrancar de raíz al analfabetismo, pero que también es necesario conocer qué es lo que se va a leer y escribir, todo esto guiado por aspiraciones superiores, “¿qué lecturas son útiles y de beneficio social para todos? ¿Qué lecturas son perjudiciales y dañinas?”⁸⁵

Es así que Ezequiel Chávez reprueba el pensamiento superficial, indefinido e incierto de Augusto Comte, donde se superpone el dominio de la racionalidad positiva y solo las ciencias empíricas son fuente de conocimiento. Debemos de recordar que fue Gabino Barreda, quien en busca del progreso, sale del país en busca de las ideas de Auguste Comte para introducirlas en nuestro país, en la Escuela Nacional Preparatoria, influyendo de manera decisiva en tradición positivista en la filosofía mexicana; un intento valiente, audaz y visionario para su época. Del mismo modo, Ezequiel nos dice que la ciencia en sí misma no es mala ni buena, todo depende del uso que se le dé y del mismo modo, la lectura

⁸⁴ Vasconcelos apoya al gobierno en turno pero con un toque muy personal, a distancia, sin tomar partido, puesto que ya conoce de antemano los cambios frecuentes tanto del carácter mismo de los gobernantes (Carranza le da un nombramiento especial a Isidro Fabela solo por el hecho de haberle llamado el “emperador de la barba florida”), como también de los gobernantes (el asesinato de Madero, de Carranza, etc.).

⁸⁵ Op. Cit. P. 384.

en si misma también cuenta con estas características, solo debemos revisar el contenido vertido en sus páginas, la lectura es mala si incita a tendencias malas.

Y ya inmersos en materia de educación, Chavez dice que no es lícito agarrarse de dicha instrucción para objetivos personales y que pretendan llamarse educación, y con ello se pretenda crear rencores, odios o desavenencias entre las diferentes clases sociales, el desprecio de una por la otra, ya que esto nos alejará de la formación de la buena voluntad tan necesaria para nuestro bienestar y el progreso.⁸⁶

De esta forma, por medio de la educación, es que se pueden crear úlceras sociales; una mala educación impartida puede sembrar el odio y desprecio por todo aquel que no pertenezca a su estatus. Es así que una política educativa debería de contar con el respeto a la vida, al medio, a la familia y a uno mismo, una educación centrada en el sujeto actualmente no existe en nuestras sociedades, porque se educa para alimentar a la gran máquina, no a los cuerpos y corazones de cada persona.

El desarrollo de un ser se encuentra influenciado sobremanera por las formas en que ha aprendido a ver y vivir el mundo. Y si nuestro sistema social se encarga de educarlo, a través de las instituciones formales y no formales, con una mira externa al cuerpo, los resultados no irán encaminados hacia el sujeto, hacia la vida o hacia el bienestar integral.

Chávez nos habla de una seria decadencia que encuentra sus orígenes en las falsas tesis de los enciclopedistas del siglo XVIII que nos dicen que nos ocupemos solamente por los adelantos materiales que las ciencias positivas descubran, siendo así risibles, desdeñables y perniciosas las creencias religiosas, que no sirven de nada. Así para 1917 y hasta 1940, ideales basados en las falsas tesis de los enciclopedistas del siglo XVIII, atravesando el XIX y hasta el XX, bosquejando ideales positivistas difunden un serio negativismo, dejando de lado los verdaderos valores y sustituyéndolos por la utilidad y la conveniencia, por lo efímero⁸⁷.

⁸⁶ Op. Cit. P. 353.

⁸⁷ Op. Cit. P. 380.

Una nación que nace dentro de estos ideales (que por si solos carecen de significado si no son empleados en la realidad, si solo se quedan en el terreno ideológico) necesita nuevas alternativas de construcción, de educación, de formas de aprender a ver y vivir la vida, una que integra al cuerpo, la intuición y la razón como factor fundamental de un ser en formación:

“Éste es el momento en que se necesita hablar de una nueva pedagogía corporal que permita a la persona expresar sus estados internos para que fluya la energía, la emoción. Si esto no se logra, la ruta de viaje de la energía se verá entorpecida, lo que permite comprender el proceso de condicionalidad, mismo que puede ser resuelto si se pasa a la acción, al movimiento interior, al fluir de la energía”.⁸⁸

Somos cuerpo, somos historia, intuiciones, razones, somos cultura, lenguajes, discursos, nos constituimos del alimento que nos brinda nuestro entorno, somos emociones, sentimientos, energía, somos parte de un todo y es por ello que debemos considerarlo así, y no de manera fragmentada.

La educación del momento, tanto la formal (instituciones académicas, etc.) como la informal (como la familia, las reglas o normas sociales, etc.) ha impulsado el uso de la razón como un factor preponderante para ver y vivir el mundo, dando como resultado lo que actualmente estamos viviendo, y es por ello que hacer un recuento histórico se hace necesario para entender el porque de lo que actualmente estamos viviendo, del porque urge una enseñanza, una pedagogía que incluya a la intuición en el proceso formativo. De esta manera entendiendo nuestro pasado comprendemos que lo que hicieron nuestros ancestros fue un valiente intento, fue un enorme avance, para su época, pero que actualmente está causando estragos en nuestros cuerpos, puesto que se dejó de lado al ser, o simplemente se quedó en el terreno ideológico, en letras, pero que no lograron concretar su existencia en nuestro cuerpo. Es ahí que surge la necesidad de voltear la mirada hacia un horizonte muy

⁸⁸ López, S. (2007) La construcción social del cuerpo en el siglo XX: la ruta de la historia social, en Camarena M. (2007). El siglo XX mexicano: Reflexiones desde la historia oral. México: AMHO, CEAPAC, p. 25.

olvidado, nuestros sentidos, nuestras emociones, sensaciones, nuestra alimentación, nuestra forma de razonar con la cabeza y con el cuerpo, es decir, nuestra intuición, nuestra razón y nuestro cuerpo, y todo ello en conjunto, de manera armónica tanto interior como exteriormente, con nuestro entorno y con nuestros semejantes.

3.6 LA LITERATURA Y EL MEXICANO EN CONSTRUCCIÓN

El arte es tan solo un reflejo de nuestro medio social, del diario acontecer, de tantas vidas vividas y por vivir, de un pasado muy presente, de nuestra voz y la de nuestro entorno. Es tan solo una muestra de nuestra realidad, aunque vista desde otros ojos, unos muy peculiares, los del artista. Es así que éste nos podrá hablar de lo que sucede en un país determinado en un momento dado, de las calles con cierto aroma a olvido, de las sombras bajo nuestras pisadas, incluso de la historia del aire y otros olores de nuestra gran selva de asfalto, pero debemos tomar en cuenta que son las palabras las que pueden encaminar el discurso de un pueblo, incluso de una nación.

El arte puede ser tan solo una expresión efímera, superficial, o también una que venga desde dentro, no de dientes para afuera. Es así que el arte puede tener múltiples manifestaciones y voces, todo depende. Es él quien puede despertar emociones y sentimientos en todo aquel que se detenga por un instante a contemplar y escuchar, creando un instante estético: “El goce estético se explica precisamente porque cuando el artista levanta esa costra de nuestro espíritu para contemplar el fondo, reconocemos a nuestro yo más íntimo, contemplamos lo que hubiéramos podido ser, pero que no fue a causa de otras exigencias más imperiosas.”⁸⁹

Cuesta nos hace referencia de que, para su tiempo, existe una seria discontinuidad entre el arte y la realidad, cuando no debería de ser así. Para Cuesta el arte le da un nuevo sentido al mundo, el arte es un medio de análisis, de investigación, y gracias a él, lo oculto puede revelarse. El arte es así una necesidad humana de una vida superior. Para él, el arte

⁸⁹ Ramos, S. (1940). Op. Cit. P. 15.

radica en la forma, no en el contenido. Es necesario un arte próximo a la vida, el cual es cálido, piadoso, complaciente, interesado en el espíritu, los otros no lo son. Cuesta dice que la poesía y la inteligencia son inseparables y esta última no necesariamente es racional, cartesiana, sino que apuesta por una inteligencia de lo imprevisto, una irracional. Las obras clásicas son verdaderamente revolucionarias, se rebelan contra los poderes fundados en la razón, aunque ambos pensamientos conviven en Cuesta, la inteligencia racional y la irracional.

Como ya he mencionado, varios son los matices del arte y uno de ellos es la tan apreciada expresión de la palabra plasmada en un texto literario, en poemas, o simplemente, y no en calidad precisamente de arte, en los textos que nos hablan sobre el diario acontecer de una nación, a veces exponiendo simplemente puntos de vista, a veces presentando una sería crítica ante lo viejo, lo actual y el porvenir.

La literatura es tan solo un camino para poder impregnar en los ojos, oídos y cuerpo de todo aquel espectador los sentimientos de una nación que tan solicitados son por los gobernantes y dirigentes. Un sentimiento puede encausar a toda una población, puede someterla, incluso puede hacer que ésta no se levante en armas y desarrolle toda una revolución sin manos.

Las ideas vertidas en la literatura propia de un espacio, pueden levantarnos y dejarnos caer, pueden hacernos llorar, reír, contemplar una realidad aparte y compartida, pero también pueden dejar profunda huella en el lector. Es así que éste puede ser partícipe de las emociones del autor, pero dicho escritor puede estar encaminando tales sensaciones para el consumo, para la introyección, o simplemente para evitar una rebelión y concretizar un pensamiento hegemónico.

Cada nación, cada pueblo tiene su manera de contar la vida, de expresarla en ideas, en escritos, en arte. Las vivencias propias de la gente nos arrojarán como resultado una literatura que hable sobre el diario devenir, aunque cada quien la cuente muy a su manera. Es así que cada quién hablará de lo que le toca ver, sentir y vivir.

Es así que México cuenta con una literatura propia, cuenta con una gama interesante de escritores deseosos de plasmar el paisaje nacional. Muchos de ellos lo han hecho, logrando implantar una ideología propia, resultado de una intensa confrontación entre lo propio y lo importado, pero que a fin de cuentas eso es lo nuestro, una fusión entre no sólo dos mundos, sino muchos de ellos. De esta manera, se hace necesario remitirnos nuevamente a la historia de nuestro país, a las ideas que conformaron nuestra nación, nuestra ideología, nuestra literatura.

Una literatura encaminada por los senderos únicos y exclusivos de la razón, no pueden ofrecernos gran cosa. La razón impregna todos los estilos de expresión de nuestras vidas, y la literatura no se encuentra aislada: “Podemos decir que la prolongación de la lógica cartesiana impregna la vida social e individual y nos quita la posibilidad de poder sentir o ver de otra manera el cuerpo humano y el espacio inmediato donde se vive”⁹⁰, y esto podemos apreciarlo no solo en la ciencia, sino en la literatura, en el cine, en el arte, en una conversación a medio camino, en el metro, incluso en nuestras propias casas y nuestros propios cuerpos.

Puesto que la literatura juega un papel importante en la visión nacional, tanto desde dentro como en el gran concierto internacional, ésta penetra sus raíces en la conciencia de una sociedad llamada así subjetividad socializada además de presentar repercusiones en nuestro cuerpo, así lo dice Sergio López Ramos. De la misma manera, podemos ver que el papel que juega la literatura en nuestra sociedad es de suma importancia, puesto que será la forma en como nos vean en el extranjero, pero aún mas allá, es la visión que tendremos de nosotros mismos. Es aquí donde, al ver un impreso, un escrito publicado y distribuido en todas partes (librerías, puestos de periódico, etc.), creemos que tiene toda la razón, que es cierto lo que es vertido en sus páginas, que todo aquello que es narrado es la realidad, aunque con sus respectivas ópticas, las de cada individuo que las lee y las comparte de forma oral.

⁹⁰ López, R.(2006). Op. Cit. P. 175.

Un escritor experimentado y colmilludo puede dirigir los sentimientos de una nación, puede hacer ver al mexicano como alguien triste, melancólico, incluso como el resultado de una madre violada, es decir, como un “hijo de la chingada”, o al norteamericano como el salvador de la humanidad, es decir, “la lectura se convierte en un instrumento para hacer que los hombres se relacionen y se articulen por un sentimiento compartido socialmente; poner en los ojos y en la conciencia de los hombres imágenes que inducen o condicionan formas de ser o de sentir, morir o actuar ante una acción o desamor nos puede dar un gusto o una alegría porque los lectores cómplices se dan o hacen, según sea el caso, con una idea.”⁹¹

Es aquí, dentro del terreno literario que el escritor podrá plasmar en las personas no solo sensaciones, sino también los valores que serán contagiados por gran parte de la sociedad (actualmente gracias a los medios de comunicación): “Ciertamente el mundo de los valores no es accesible de un modo directo a la mayoría de los hombres; pero existen las individualidades superiores, los artistas, los reformadores morales, etc., cuya misión es descubrir valores nuevos, que circularán después como patrimonio de la conciencia humana.”⁹²

Es por ello la importancia de la literatura, así como de todas las artes, como dijera Ezequiel Chávez: “¡Bien hacían Juan de Ruysbroek y su admirable discípulo, Gerardo Magno, en dirigir a todos a la lectura, no de escritores que aíslen a hombres o a grupos de hombres, sino de los escritores que hacen que el hombre ame como a sí mismo a todos los hombres de todo el mundo!”⁹³

Vivir una literatura es un buen comienzo, pero quedarnos ahí solamente, no lo es tanto, puesto que sólo nos quedaremos con fantásticas quimeras, con héroes creados, con amores y desamores soñados, es decir, viviremos en el terreno imaginario, entre la realidad y la fantasía, tan solo en un plano, en una realidad aparte. Algunos autores escriben sobre lo que viven, sobre sus experiencias personales, algunos otros nos hablan de lo ya hablado,

⁹¹ Op. Cit., p. 175-176.

⁹² Ramos, S. (1940). Op. Cit. P. 64.

⁹³ Chávez, E. (2002). Op. Cit. P. 386.

sobre lo que otros dicen, pero nuevamente no podemos quedarnos ahí plantados, se necesita experimentarlo en el cuerpo, con sensaciones, con sentimientos, de otra manera solamente vivimos las vidas de otros⁹⁴. Es así que se requiere un camino distinto, uno que tome en cuenta al cuerpo en unidad, vivirlo y no creer que lo vivimos: “[...] buscar el punto de equilibrio entre la experiencia y la representación que trascienda la vivencia inmediata y en ella hacer propuestas de nuevas imágenes, nuevas invitaciones a vivir con y en el cuerpo”.⁹⁵

El espacio literario puede ofrecernos una infinidad de pensamientos, de experiencias, de vivencias, de aromas, de imágenes, y ello representa esencialmente dos caminos, uno que nos de la posibilidad de crecer y aprender, otro, tan solo una ilusión, un deseo, una imposición, un aliciente.

Cuesta realiza una auténtica crítica ante el escenario mexicano, ante la problemática del diario acontecer. No se deja diluir en el trasfondo literario, no en la forma, no en la estética importada, sino que apuesta más por el contenido, por el mensaje. Cuesta realiza su entrada en el entramado mexicano un día de septiembre de 1923 con una estruendosa risa ante un comentario bromista de su profesor. Owen también fue expulsado de esa clase. Esta nueva familia, unida desde entonces, después comparte tiempo y espacio con la famosa sociedad bicápite, formada por Villaurrutia y Salvador Novo, los cuales se frecuentan (Novo mantiene su distancia) con otro grupo de jóvenes entusiastas, encargados de realizar escritos y proponerlos en el escenario nacional, ellos son Jaime Torres Bodet, José Gorostiza, Carlos Pellicer, y Gonzáles Rojo, entre otros (organizados en el llamado grupo sin grupo), formando ellos parte de los Contemporáneos, y también del nuevo Ateneo: el original estaba en manos de Pedro Enriquez Ureña, Antonio Caso, José Vasconcelos y Alfonso Reyes, los cuales propendrían una transformación radical y un enorme impulso crítico de la cultura.

⁹⁴ Algo similar ocurre al mirar la televisión, cuando observamos las imágenes de un bosque exuberante, de las montañas o de un pueblo cargado con cierto aroma a olvido, creemos de cierta manera que lo estamos viviendo, una oleada de sensaciones recorren nuestro cuerpo, pero en realidad no estamos ahí, es tan solo una ilusión, no podemos oler el bosque, no podemos sentir las texturas de la montaña ni platicar con la gente de aquel pueblo olvidado, es tan solo una ilusión. Para mayor información consúltese la obra: Mander, J. (2004). 4 buenas razones para eliminar la televisión. Barcelona: Gedisa.

⁹⁵ López, R. (2006). Op. Cit. P. 176.

Cuesta es uno de los grandes escritores que, a mi parecer, sobresale dentro de los contemporáneos por su actitud tan crítica y certera, aunque debemos señalar que el papel de los contemporáneos fue de suma importancia para su época, puesto que ellos no apostaban a la Revolución, ellos eran un grupo caracterizado por su actitud crítica, por sus propuestas literarias publicadas incesantemente en unos y otros espacios, ellos se alejan de la racionalidad, optan por un nuevo camino, uno más intuitivo, sensible, buscando la expresión humana como algo que viene desde dentro, no desde lo ya dicho, rescatando el espíritu humanista, es así que debemos de reconocer su esfuerzo y sus logros. Debemos entender que ellos no planteaban un proyecto de nación, y esa no era su intención, pero si proponían hablar de su país, de su gente, aunque desde su punto de vista. Ellos fueron atacados incesantemente, fueron descalificados puesto que sus ideas no correspondían al momento, uno revolucionario. El grupo sin grupo logró concretar muchas propuestas, no repetían las ideas europeas, y en el camino de no copiar, eligieron la expresión del ser, buscaron su parte más sensible y describieron a su nación.

Por otro lado y siguiendo a Cuesta, él en una de sus publicaciones llamada Examen, propone un análisis concienzudo de la cultura, deslindando el compromiso del arte con cualquier tipo de ideas políticas, históricas y religiosas.⁹⁶ Es aquí donde inicia un debate en pro de la libertad de expresión y condena la moral impuesta por los políticos que la manipulan.

Los discursos literarios pueden ofrecernos alternativas, pueden abrir el telón crítico y ponernos a pensar, y es un excelente comienzo, pero no podemos quedarnos ahí solamente. Los discursos actuales no miran al ser en unidad, o lo miran, desde las letras, no internamente, solo desde un discurso, y como ya lo hemos mencionado, puede ser un excelente comienzo, pero también puede ser tan solo una válvula de escape, una salida, un aliciente.

⁹⁶ Cuesta, J. (1991). *Ensayos Críticos/Jorge Cuesta*; introducción de María Stoopen. México: Edit. UNAM. p. 38.

La intención de los aztecas era crear un cierto tipo de ser humano, uno muy disciplinado, uno preocupado por su historia, por su gente, por el respeto, incluso con sus contrincantes, se buscaba la mística, y eso lo podemos ver en sus representaciones, en sus pinturas, en sus construcciones, en sus estilos de vida, en su cultura y no solo de ellos sino de las culturas aledañas.

Las formas de construcción van cambiando, las intenciones son otras. Así los españoles introducen una nueva formación humana, una occidental. Las ideas del positivismo también modifican la forma de ver y vivir un mundo, el nuestro, incluyendo a nuestro cuerpo. Las ideas vertidas en la literatura, en la ciencia, en los discursos marcarán rumbos distintos, formas diferentes de ver la vida. Así, debemos recordar que nuestra cultura nace en una intelectualidad, con Bartolache, Alzate, con los contemporáneos, con Gastelum, Chávez, Samuel Ramos, incluso con Octavio Paz, Ibarguengoitia, Carlos Fuentes, y con el genio Juan Rulfo. Estos discursos se pasan de mano en mano, de generación en generación, de voz a voz, de cuerpo a cuerpo, a través del tiempo y del espacio.

Algunos discursos miran y hablan de la gente, desde sus posiciones, desde un tono a veces idealista, desde algún estrado, a veces distanciado, a veces no, pero otros escritos, otros pensamientos hablan de la gente “desde” la gente, desde su voz, haciendo que nos adentremos a una nueva mirada, la del pueblo, y tal es la intención de una oleada de escritores que dejaron huella en el ámbito nacional, en el internacional y más allá de ello, en nuestra mirada. Tal es el rumbo de Juan Rulfo, sus escritos, su fotografía, su vida, así como otros intelectuales que dejan ver su sencillez, su humanismo, su forma de ver la vida y de vivirla, su sentir desbordado en sus páginas, su intuición, su voz, como Jaime Sabines, entre otros. Es así que debemos darle su lugar a cada interpretación, guardar respeto y continuar proponiendo, siempre hacia delante, en espiral.

3.7 EL PAPEL DE LA INTUICIÓN EN EL MARCO MEXICANO

Pero, ¿por qué hablar de intuición y cuerpo?, ¿por qué remitirnos a todo un conjunto y no solo a las experiencias de los sentidos?, es así que, en este sentido, hablar del cuerpo en conjunto incluye todo un conjunto de experiencias, de sensaciones y sentimientos que de manera aislada nos remiten a solo una parte de un suceso, de un conocimiento, tan solo a una parte del proceso constructivo del conocimiento.

Reiterando, Norma Durán nos menciona que existe una clara separación entre cuerpo y mente (a través de un proceso histórico). Esta división entre cuerpo, intuición y razón nos limita en la construcción de nuestra conciencia, de la presencia y pertenencia en nuestro propio tiempo y espacio. “Un cuerpo racional piensa y luego existe dividido”. Durán menciona que la palabra intuición se desprende de intuir, que en latín significa “ver”; es por ello que la intuición, es válida tanto como visión, como contemplación. Y bajo la misma definición, se puede concebir como un método directo, es decir, la intuición nos arroja un conocimiento inmediato⁹⁷.

Ella nos refiere que nuestra visión fragmentada, es decir, la división entre cuerpo, intuición y razón, surge a partir de Descartes, quien propone en la filosofía moderna la dualidad, y con ello inicia dicha fragmentación del cuerpo humano tanto teórica como prácticamente. Es así que desde dicho modelo se inauguró por Descartes el uso de la razón como una vía preponderante para que el ser humano se relacione con su entorno. Desde entonces el cuerpo y la mente han sido fragmentados; mente y cuerpo ya no son uno solo. Y a partir de entonces se presentará un conflicto constante entre la razón y la intuición, la mente y el cuerpo, lo simple y lo complejo, y por lo tanto, entre el hombre y la mujer.

En la actualidad el ser humano está padeciendo las consecuencias de esta fragmentación, puede hablar lógica o metodológicamente de lo que sabe, pero no puede hablar de lo que siente en el cuerpo (y como lo siente). La razón como una cualidad que busca dar explicaciones a todo, medir, cuantificar, observar, siempre estar dudando, creer

⁹⁷ Durán, N. (2004). Op. Cit.

solo lo que podemos ver, solamente dar crédito a nuestras mediciones y descartar todo aquello que no sea comprobable, se ha desligado de un proceso integral en la manera de aprender y experimentar nuestro mundo, olvidando, negando y descalificando al cuerpo como una vía de enseñanza y aprendizaje del mundo al que pertenecemos.

Osho menciona que la razón tiene su utilidad, pero por desgracia, se ha convertido en el dueño de todo nuestro ser. Lo cual ha originado muchísimos problemas en el mundo moderno. Un mundo inmerso en la razón solo puede preocuparse por cosas muy palpables, por lo que puede ver. El menciona que si la cabeza, el corazón y el cuerpo (razón, intuición y cuerpo) se encuentran trabajando en armonía, todo será más sencillo. Al existir conflictos entre estos tres elementos, solo estaríamos perdiendo el valioso tiempo⁹⁸.

En este mismo sentido aprender con todos nuestros sentidos, con nuestro cuerpo, nuestras emociones y nuestra memoria histórica nos habla de otro tipo de aprendizaje, uno intuitivo, es decir, hacer caso de la conexión que tenemos con nuestros semejantes y con nuestro medio y con nosotros mismos, lejos de prejuicios y perjuicios, propios de un conocimiento donde prepondera la razón.

Samuel R. nos refiere que existe un impedimento muy fuerte para que la razón sea modelable, flexible, capaz de ajustarse a los múltiples problemas de la realidad, y este ha sido el progreso de la ciencia. Así, mientras mayor número de conocimientos acumula el hombre, existe un alza en la cantidad de prejuicios hacia nuestra realidad, siendo un obstáculo para el desarrollo de la inteligencia (y de nuestra intuición). Él dice que es necesario “arrojar por un momento el fardo de los conocimientos adquiridos”, deshacernos de toda idea preconcebida y “ponerse en contacto directo de la auténtica realidad, tal como se ofrece a la intuición”.⁹⁹ De tal suerte que la intuición no es instrumento único, pero si un factor indispensable de la razón: “para dar a ésta los principios explicativos, las categorías que le faltan en aquellos campos de científicos nuevos que pretendía entender con las ideas

⁹⁸ Osho. (2005). *Intuición, el conocimiento que trasciende la lógica*. México: Grijalbo.

⁹⁹ Ramos, S. (1940). *Op. Cit.* P. 31.

prestadas de otras ciencias”¹⁰⁰, ya que proporciona elementos nuevos, no reciclajes de otros pensamientos, además de dotar a la inteligencia de un carácter abierto, reformador, plástico. Siendo así que se aconseja intuir las esencias en una actitud preteórica, antes de emitir cualquier juicio o de hacer cualquier razonamiento. De esta forma la intuición surge como un medio para devolvernos un contacto directo con las cosas reales.

Ezequiel Chávez nos dice: “sin duda es cierto que la aparición de muchos de los conocimientos humanos ocurre después de que ocurren en el organismo corporal del hombre tales o cuales fenómenos, pero nadie ha comprobado que éstos sean lo mismo que tales o cuales conocimientos, ni que no existan ni puedan existir éstos sino hasta después de que se produzcan en los órganos de los sentidos, determinados fenómenos.”¹⁰¹ Es decir, y haciendo alusión a su manera de pensar, no podemos detenernos y creer que solamente podemos aprender a través de nuestros sentidos, el conocimiento no es exclusivo de la experiencia. Él dice que hace más de 2000 años Aristóteles declaró que a falta de toda sensación nada podrá ser aprendido ni comprendido. Este conocimiento ha seguido una ruta específica a lo largo de la historia, incluso hasta nuestros días, además de que millones de personas creen en lo que dijo de manera incontrovertible, siendo así válido, imponer en todas las escuelas, en todos lados, la exclusión total y eterna de toda enseñanza que no corresponda al de las ciencias positivas, es decir, los conocimientos cuyos orígenes solo sean los datos proporcionados por los órganos de los sentidos.¹⁰² Este pensamiento sigue vigente hasta nuestros días.

De esta manera, él nos menciona que la condenación de la creencia religiosa, que a finales del siglo XVIII fue aclamada por los que se proclamaban que tenían *ilustración*, fue afirmada por Augusto Comte y el positivismo, entrando así en un terreno donde lo material no dejaba cabida a lo inmaterial, a lo irracional, a la intuición. Ezequiel Chávez nos dice que todo ello es tan solo una falacia, que han existido grandes sabios como Newton, Einstein y Pasteur que fueron creyentes, además de que “[...] ni es verdad que sólo pueda

¹⁰⁰ Op. Cit., p. 32. Aunque difiero al respecto de que la intuición es tan solo un instrumento, un auxiliar, puesto que intuición, razón y el cuerpo comparten el mismo espacio, no uno subordinado al otro.

¹⁰¹ Chávez, E. (2002). Op. Cit. P. 387.

¹⁰² Op. Cit. P. 388.

adquirirse el conocimiento mediante la intervención de los órganos de los sentidos, sino que, por lo contrario, nunca por el simple funcionamiento de éstos se ha llegado a conocimiento ninguno, ya que se requiere siempre la intuición aun para darse sencillamente cuenta de lo que en cualquier momento ocurre en los órganos de los sentidos sea lo que fuere.”¹⁰³

Además, él nos refiere a fenómenos y misterios cuyo nombre es energía, al mismo tiempo que grandes psicólogos contemporáneos afirman que los fenómenos psicológicos son inmateriales. Él hace una seria reflexión sobre aquellos acontecimientos que no pasan directamente por los órganos de los sentidos y que tienen una concreción directa en la vida; nos habla sobre los profetas.”Vieron ciertamente lo que aún no pasaba. ¿Cómo pudieron verlo si aún no pasaba y no ha venido a ocurrir sino mucho después? Esto prueba que es posible tener y que ciertamente se tienen conocimientos que no entran por la puesta de los sentidos.”¹⁰⁴ Es muy razonable lo que dice.

De esta manera nos dice que existen conocimientos que no pasan directamente por los órganos de los sentidos, llamados así intuiciones ultra sensorias, es decir, visiones directas e inmediatas del espíritu, sin intervención de los órganos de los sentidos. Así, las intuiciones ultra sensoriales son “[...] la convicción de que sucederá lo que esperamos, y la certidumbre de lo que no hemos visto, por la que comprendemos que los mundos fueron creados por Dios.”¹⁰⁵

Asimismo él destaca la importancia del pensamiento cartesiano, cuando nos menciona que Descartes decía “una especie de luz interior”, una “luz natural”, que nadie puede ver, y es esta la que nos da la posibilidad de tener intuiciones, conocimientos y comprensiones, directa o indirectamente sin pasar por las sensaciones, así la primera etapa del conocimiento será, según Descartes, la intuición. De esta manera Chávez nos dice que existen, como ya lo he mencionado, dos tipos de naturaleza, una sometida a la necesidad porque es material y otra libre porque es espiritual. De tal suerte, que como ambas

¹⁰³ Op. Cit. P. 389-390.

¹⁰⁴ Op. Cit. P. 391.

¹⁰⁵ Op. Cit. P. 391.

coexisten en un mismo sujeto, este se encuentra “sujeto” a la seducción de los sentidos y se puede dejar arrastrar por sus impulsos primitivos, pero para que se mantenga en el cumplimiento del deber y del bien, es necesario una fe en la existencia permanente, una razón superior, la de Dios¹⁰⁶.

Sobre esta línea podemos seguir y decir que efectivamente el conocimiento no es exclusivo de los órganos de los sentidos, ni tampoco de la razón, pero debemos recordar que somos seres en unidad, y como tal también formamos parte de un todo, siendo así que la intuición juega un papel de manera conjunta con las sensaciones, sentimientos, con la razón y con el cuerpo en unidad con el entorno, con nuestros semejantes, y por ello la necesidad de indagar y adentrarnos en la historia propia, una integral. Así se hace indispensable no buscar causas, sino procesos que tienen que ver directamente con los estilos de ver la realidad. Actualmente vivimos una sociedad llena de culpas, de faltas, de temores ante lo desconocido, de descalificación ante lo que hacemos (debido a la conquista y a la literatura), esto lo hemos podido constatar a lo largo de esta investigación, puesto que es nuestra historia, pero también en ella podemos ver que no todo está determinado. Estas formas de ver el mundo generarán un cuerpo culposo, uno con mucho miedo, con rencor y con frustración, desencadenando nuevos códigos a nivel tanto corporal como social, es decir, transmitiremos lo que hemos vivido de generación en generación, a través de nuestros discursos, de lo que decimos, de nuestra literatura, de nuestro cine, de nuestra cultura, encarnado todo ello en un espacio muy cercano, nuestro cuerpo.

La duda cartesiana juega un papel importante en nuestra sociedad mexicana, es en su discurso donde actualmente se construyen los cuerpos de la gente. De esta manera debemos de ser calculadores, debemos de controlar a la naturaleza, tal y como lo hace el *homo faber*, no de hacernos uno y vivimos como tal. Una formación integral tiene que ver con el respeto a la vida, al planeta, a nuestra familia y a nosotros mismos. El mundo que hoy vivimos se encuentra encaminado hacia fuera, hacia el dominio de nuestro medio, “Entregado por completo al mundo exterior, plena su conciencia de preocupaciones materiales que desplazan cualquier interés, la vida del alma se va extinguiendo hasta que el

¹⁰⁶ Op. Cit. P. 394.

individuo se convierte en un autómeta.”¹⁰⁷ Realmente no nos experimentamos, no nos vivimos y esto nos mantiene atados: “los momentos en que somos nosotros mismos son muy raros y por eso raras veces somos libres. La mayor parte del tiempo vivimos exteriormente a nosotros mismos, no percibimos sino el fantasma incoloro de nuestro yo...”¹⁰⁸

De esta forma, Samuel Ramos nos habla del papel importante que juega nuestra conciencia, ya que dice que la existencia humana se distingue de todas las otras porque tiene conciencia de existir, así un árbol, un insecto, no la tienen. Al darnos cuenta de nuestra existencia nos encontramos situados en medio de muchas realidades que actúan sobre nosotros. Es así que la conciencia nos hace sentir como una existencia en medio de otras, ocupando un sitio determinado dentro de ellas. La conciencia no solo se refiere a nuestro estado actual, del “aquí” y el “ahora”, también tenemos recuerdos y expectativas, nuestro presente, pasado y un posible futuro¹⁰⁹. Y es ahí, en nuestra conciencia, que podremos dirigir nuestra construcción personal y social. Es en la conciencia, si damos cuenta de ella, que podremos entender el porque de lo que actualmente vivimos, tomando conciencia de nuestra historia, de nuestras acciones presentes, de nuestro cuerpo, de nuestro respirar y este, es un camino de la intuición. Pero hablaré más de ello en los capítulos siguientes.

Así, Samuel Ramos nos dice que existen dos clases de conciencia humana, la del “ser” y la del “deber” ser, siendo así los valores tan solo una proyección ideal de cómo deben de ser las cosas, y ante este terreno, podremos encontrarnos frente a lo espiritual. De esta manera un nuevo humanismo es aquel que tendrá una conciencia más justa, mejor documentada de los valores originales del hombre y de sus relaciones cósmicas, una que tome en cuenta a la intuición, alejándose de prejuicios doctrinales, es decir, “obtener una idea del hombre como totalidad.”¹¹⁰

¹⁰⁷ Ramos, S. (1940). Op. Cit. P. 13.

¹⁰⁸ Op. Cit. P. 13.

¹⁰⁹ Op. Cit. P. 41.

¹¹⁰ Op. Cit. P. 49.

Kant por su lado considera al “deber” como una ley dictada por medio de la razón, en cuyo carácter de autoridad se apoya la validez moral. Siendo así que la moralidad tiene que ser una conciencia justa de valores. De esta forma se considera que alguien es moral cuando se rige conforme a la ética, a los valores del momento, de la sociedad. De esta forma, moral y cultura¹¹¹ estarán estrechamente relacionadas.

Ante este panorama, podemos observar que existe una estrecha correspondencia entre los valores, la moral, la ética, la razón, la cultura y la sociedad. Es así que los que ejerzan el poder, los que, debido a los medios de difusión de la cultura, son los que encaminarán las sensaciones, las emociones, los estilos de vida de toda una nación, al menos, en su mayoría. Son ellos quienes determinarán las leyes, quienes dirán quienes son normales y quienes los anormales.¹¹²

Ana Arendt por su lado nos dice que la sociedad espera de cada uno de sus integrantes ciertas conductas, por medio de la imposición de un sinnúmero de normas, las cuales tienden a homogeneizar, a estandarizar a todos los integrantes, a hacerlos actuar, a desechar las acciones espontáneas o sus logros sobresalientes.¹¹³ De esta manera se ejerce un control sobre los ciudadanos, sobre la población, se exigen normas que tienen que ser acatadas, de lo contrario existen sanciones, como el rechazo, la burla o incluso, muchas de ellas en el orden de lo interno, “[...] en este sentido, legislar sobre la salud, la educación y la higiene se hace pensando en el ideal del orden y el progreso. Sin embargo, los sujetos de la legislación son los pudientes, los ricos, los terratenientes. La elaboración de códigos

¹¹¹ Para los etnólogos, cultura es toda forma de vida, de conducta, de pensar, de creer, de actuar, de hablar, de crear (arte, inventos, descubrimientos, ideas), o sea, todo aquello que es capaz de hacer del hombre y que en la Naturaleza no produce ningún otro ser: Panyela, A. y otros (1969). Razas Humanas. Barcelona: Editorial Ramón Sopena.

¹¹² En este sentido Michel Foucault nos dice que él considera que en lo referente al control de los individuos, Occidente tuvo dos grandes orígenes, dos modelos a seguir: la exclusión de los leprosos y la inclusión del apestado. En la Edad Media y hasta finales del siglo XVIII existían centinelas que poseían una lista de cada habitante de cada distrito de la ciudad, merodeaban por las calles, vigilaban las puertas de cada casa, además de que literalmente pasaban lista y la persona tenía que asomarse por la ventana, de lo contrario significaba que estaba en cama enferma y por lo tanto era peligrosa y por consiguiente había que intervenir, como un simple ejercicio de poder. Se clasificaba: los enfermos y quienes no lo estaban. Foucault, M. (2000). Op. Cit. P. 53.

¹¹³ Arendt, H. (1993). Op. Cit. P. 51.

sanitarios y de leyes educativas es sólo el principio de una manera de gestar nuevas relaciones entre los usuarios y los ejecutores de dichas leyes”¹¹⁴

Ante tantos discursos podemos extraviarnos, encontrarnos inmersos en una telaraña que hemos creado, así las criaturas engendradas se revelan contra su propio creador. De esta manera podemos desorientarnos y ni siquiera reconocernos a nosotros mismos, a nuestro cuerpo, nuestros orígenes, nuestra vida. De esta forma, siempre estar mirando hacia fuera, hacia las normas sociales, hacia los diferentes discursos de la cultura, además de encontrarnos en un medio tan cargado de informaciones, sensaciones, etc. como lo es nuestra ciudad, favorecerá que nos olvidemos de nosotros mismos, que pongamos la vista hacia fuera y nos olvidemos de nuestro cuerpo, de nuestra intuición, de nuestro verdadero ser, y nos convirtamos en hedonistas.

Nuestra actual sociedad mexicana exige un cuerpo que produzca, que lo haga de manera rápida y eficiente, y si se llega a enfermar, no importa, es necesario suministrarle antidepresivos, o cualquier anestésico, para que no se detenga la producción. Ante un escenario como este, también es recurrente el dejarle nuestra salud en manos de alguien más y no tomarla en nuestras manos, no nos hacemos cargo de nuestras emociones ni de nuestros cuerpos (ni siquiera bajo la supervisión de alguien que conozca verdaderamente al cuerpo como unidad, bajo la guía de un maestro), éstos están en manos de las diferentes instituciones de nuestra sociedad.

El doctor Sergio López Ramos nos refiere de viva voz que la intuición se encuentra en la relación con los maestros, en todo aquel que enseña, puesto que es aquí, a través de su *mística* donde aprenderemos de ella, ya que no podemos adquirirla por Internet, o viendo televisión, es decir, debemos de recurrir a la vivencia, no a los teoremas o teorías, no en un plano meramente intelectual.

¹¹⁴ López, S. (2000). Prensa Cuerpo y Salud en el siglo XIX mexicano (1840-1900), México: Miguel Ángel Porrúa-CEAPAC, p. 66.

Es así que necesitamos conocer nuestros orígenes y para ello la historia se hace indispensable, una historia social, familiar, regional, individual. “Un árbol, una selva cuyas raíces se vigorizan y cuyo suelo se riega moderadamente manteniéndolo sin que se disgregue, se defienden mejor contra las tempestades y contra los ciclones que el árbol, que la selva cuyas raíces se cortan y se secan deslavando su suelo”¹¹⁵.

Ezequiel Chávez nos dice que un gran número de males nos acechan, teniendo un solo origen: “la falta de conocimiento y de recuerdo de la obligación de descubrir en cada caso cómo y por qué cada mal se ha producido”¹¹⁶. Siendo acentuados por la falta de decisión, de entereza, perseverancia y valentía. El nos dice que muy posiblemente esta situación se deba a que el hombre tiende a dejarse llevar por el torrente de impulsos sensuales sin siquiera intentar gobernarlos, es necesario educar, con una nueva visión.

En este sentido es necesario considerar que intuición y razón son una sola entidad que habita un espacio muy cercano, nuestro cuerpo y es por ello que es ahí donde tendrá sus repercusiones el desequilibrio, el dominio de la razón sobre la intuición. El dualismo cartesiano como una forma de ver y vivir la vida no supo articular estos aspectos porque desdeñó la subjetividad, las sensaciones y las emociones, ha construido un cuerpo con múltiples dolencias, físicas, psicológicas (psicosomático), es decir, no se ha planteado una construcción armónica con el entorno, una pedagogía integral que se interese por sus personajes y su desarrollo integral, una que considere a la razón, la intuición y el cuerpo en articulación. La educación de nuestro medio ha impedido el desarrollo de un cuerpo saludable, simplemente ha dejado al cuerpo humano de lado, y este no puede dejarse de lado, ni considerarse como un centro de estudio aislado de todo lo que en él converge. No podemos disociar de él las emociones, sentimientos, sensaciones, pensamientos, espíritu ni nada que tenga que ver con él, puesto que es en sí mismo un documento vivo: “Es así que el cuerpo es un centro receptor de la cultura, ya que elabora sus procesos de integración de la información de acuerdo con las formas de socialización, mantenidos también por el núcleo familiar que juega un papel importante en la construcción subjetiva de las emociones y

¹¹⁵ Chávez, E. (2002). Op. Cit. P. 369.

¹¹⁶ Chávez, E. (2002). Op. Cit. P. 383.

percepciones de cada uno”¹¹⁷, de esta manera, todo lo que acontece a nuestro alrededor, en nuestra nación, repercute directamente en nosotros mismos, en otras palabras, la manera en como hemos sido educados altera drásticamente nuestra dinámica interior, y esto lo podemos ver en todas las esferas, desde como caminamos, las somatizaciones, el dolor que sentimos, entre otras tantas cuestiones, es decir, nos han enseñado a sentir dolor en mayor o menor grado, nos han enseñado a amar, a sentirnos culpables, a pensar de determinada forma, a alejarnos un poco más de nuestros orígenes y olvidarnos de nuestro cuerpo, de nuestro ser, de nuestra intuición.

Es así que México será el espacio en el cual trabajar. México es entonces un bello mosaico de culturas ancestrales, el cual, por su esencia y por su historia, nos recuerda que nuestras cosmovisiones y filosofías fueron otras y, por lo tanto, los actuales pensamientos, políticas, economías, estilos de vida, etc., occidentales no hacen eco en nosotros y por lo tanto nos sentimos vacíos. En cambio, las disciplinas orientales tendrán una estructura y contenido muy parecido al que teníamos y seguimos teniendo en algunas regiones de nuestro país. Luego entonces, México será el lugar de encuentros y por lo tanto se hará necesario hablar un poco más sobre este mundo oriental.

3.8 EL MUNDO ORIENTAL

El Oriente, si bien es un interesante mosaico de un sinnúmero de culturas milenarias, también tiende a conjugar en su seno una enorme cantidad de elementos que las hace comunes entre sí mismas. Más que ser la suma de varias culturas, Oriente puede entenderse como una unidad en sus bases fundamentales, como una sola civilización, o como un sinnúmero de culturas con estrechas interconexiones y con afinidades, conteniendo en su esencia un carácter estético intuitivo, uno que es necesario ser *experimentado* a través de la atención consciente, puesto que de lo contrario caeríamos en serias contradicciones.

¹¹⁷ López S. (2002). *Historia del aire y otros olores en la ciudad de México: 1840-1900*. México: CEAPAC.

La gran aportación de Oriente consiste en su factor estético, inmediatamente aprehendido, así, "el genio de Oriente estriba en que ha descubierto un tipo de conocimiento y ha concentrado su atención de manera continua, como no lo ha hecho Occidente, en una porción de la naturaleza de las cosas que sólo puede ser conocido por medio de la experiencia."¹¹⁸ De esta manera podemos ver claramente que uno de los factores primordiales, aportados por Oriente, para poder alcanzar un conocimiento real, uno que abarque el *continuum* estético indiferenciado, es decir, el todo, como nos lo refiere Northrop, será la atención consciente, puesto que ésta no sitúa plenamente en el presente, mismo que es la conjugación de nuestro pasado y de un posible futuro, es decir, situarnos en el aquí y en el ahora.¹¹⁹ De esta manera, el mundo oriental nos hace un gran énfasis en que el componente de la naturaleza de las cosas sólo se puede aprehender de manera inmediata y a través de la contemplación continua (intuición), en este entendido, es necesario recalcar la enorme importancia de la contemplación y la atención consciente en la adquisición del conocimiento del *continuum* estético indiferenciado, es decir, del todo. Es decir, un artista, por ejemplo, deberá ir directamente a la escena, aprehenderla a través de la experiencia y después plasmarla:

"En rigor, lo primero que debe adquirir el pintor chino, aparte del dominio de las pinceladas que se utilizan para escribir los símbolos lingüísticos, es la capacidad de captar los factores inmediatamente aprehendidos del *continuum* estético en su pureza y por sí solos, [...]. Precisamente este factor es el que hace que el pintor oriental, incluso después de haber dominado su técnica, deje a un lado sus pinceles y su caballete para marcharse a contemplar a solas la naturaleza durante horas e incluso días, hasta que la capta en su pura contigüidad estética por medio del *continuum* estético inmediatamente aprehendido del que él forma parte,

¹¹⁸ Northrop, F. (1948). Op. Cit. P. 413.

¹¹⁹ Ahora bien, si Occidente también considera a la experiencia como un medio de adquirir su tipo de conocimiento, retornando a la experiencia experimentalmente controlada para confirmar el conocimiento, esta tiende a expresarse formal y doctrinalmente con base en las leyes lógicas, a veces en forma de predicciones autoconfirmables. Por esta razón Occidente, aunque se auxilia de la experiencia, caerá en el terreno teórico, y bastará que un lector posea cierto bagaje cultural, lógico, racional, científico, occidental, para que no le sea necesario experimentar directamente un bosque, tal como lo hiciese auténticamente un sabio oriental para aprehender y contemplar de manera inmediata lo que se le dice.

captándole desde dentro y no desde fuera."¹²⁰

Así, un pintor oriental plasmará a la naturaleza sintiéndola e identificándose con ella desde dentro, a diferencia del occidental que lo hará desde fuera, a través de las diferentes ópticas y doctrinas que rijan en su momento. Esto quiere decir, que lo que el pintor chino retrata serán las diversas manifestaciones estéticas inmediatamente aprehendidas más bien que los objetos externos, inferidos y postulados, ajenos al observador. De esta manera, los pintores orientales tomaban como tema artístico a la naturaleza y la abordaban de un modo muy diferente a la de los paisajes occidentales. Antes de tomar el pincel, iban y se adentraban en la naturaleza, se sumergían y perdían en ella, hundiéndose en el inmenso *continuum* que es la naturaleza en su contigüidad estética, nos menciona Northrop.

De esta forma Oriente cuenta con un gran número de filósofos que nos hablan desde la experiencia, desde lo inmediatamente aprehendido, desde el *continuum* estético indiferenciado, así, su filosofía tendrá un carácter actual y universal (como condición humana), es decir que cualquier persona en cualquier parte del mundo que lea a dichos autores, se verá identificado, cuestión muy diferente al mundo occidental, en el cual las filosofías se van desechando unas a otras en el transcurrir de los años (la idea del bien y del mal cambiará constantemente dependiendo de las manos en las que se encuentren). De esta manera, una filosofía, como la oriental, que tenga su base en el *continuum* estético indiferenciado, adquirido a través de la *experiencia inmediata*, de la estética, de la *intuición*, servirá de base para la adquisición de un conocimiento pleno de nuestra naturaleza, en conjunción, necesariamente, con la experiencia inmediata, es decir, con la intuición, la cual situará a cada sujeto en su propia vida, es decir, en su propio espacio y lugar. De esta manera, para los chinos lo ético tendrá su base en lo estético inmediatamente aprehendido, es decir, en las manifestaciones puras del *continuum* estético indiferenciado, por lo tanto, el conocimiento se basará en el conocimiento mismo, no en la ilusión de haber adquirido un conocimiento por medio de un solo camino, la razón. Esta será la razón fundamental de la contemplación, tanto interna como externamente, puesto que el *continuum* estético indiferenciado se encontrará en todo momento y en todo lugar, y una

¹²⁰ Northrop, F. (1948). Op. Cit. P. 415-416.

mirada intensiva, contemplativa, intuitiva, consciente, se adentrará en las entrañas de ese espacio, llamado el todo.

Pero para poder entender un poco más sobre esta cuestión del *continuum* estético *indiferenciado*, tan mencionado por Northrop, es necesario definir entonces el *continuum* estético *diferenciado*, el cual es en todo caso, las diversas manifestaciones del todo, es decir, el *continuum* estético inmediatamente experimentado, con sus distintos colores, sonidos, olores, y sabores sentidos. Así, para comprenderlo se hará indispensable sentirlo, experimentarlo y contemplarlo directamente, puesto que en otro sentido solamente estaremos hablando de lo ya hablado y no será la experiencia misma la que hable por sí misma. El *continuum* estético complejo y diferencial es inefable, es decir, inexplicable, escapando a las descripciones y a las palabras para fundirse en el terreno de la experiencia y la contemplación directa. Este *continuum* estético diferenciado es entonces, como ya se ha mencionado, las diversas manifestaciones del indiferenciado, luego entonces, aunque parezca contradictorio, las delimitaciones de cada objeto, de cada persona, etc., sólo serán parciales, no totales, es decir, que todas se encontrarán estrechamente interconectadas, a pesar de sus diferenciaciones. Dichas diferenciaciones serán transitorias, mortales, meras manifestaciones del indiferenciado. Toda diferenciación es entonces temporal: "El bello matriz de color aparece en el paisaje estético y después pasa, siendo sustituido por otra diferenciación, y así sucesivamente, en un proceso que no tiene fin."¹²¹ Lo que se manifiesta de manera inmediata será el *continuum* estético diferenciado, es decir, los colores, sonidos, referencias y olores, además de los sentimientos y la emoción estética. De esta manera lo que se aprehende inmediatamente será la puesta de sol, no las sustancias mentales de John Locke. Asimismo, ninguno de estos factores estéticos podrá ser transmitido a quien no los haya aprehendido inmediatamente.

Igualmente, dentro del *continuum* estético indiferenciado, el todo, no habrá distinción alguna entre lo subjetivo y lo objetivo, será una sola continuidad que todo lo abarca, la cual será intemporal. De esta manera se comprende la sentencia que se hace del pintor chino cuando se afirma que se vuelve un bambú y pintan el objeto desde dentro, nos

¹²¹ Op. Cit. P. 438.

menciona Northrop.

"El taoísta afirma que sólo si el hombre y el artista conciben los objetos de la naturaleza empíricamente dados como parte integrante de ese *continuum* estético, común a todas las cosas y personas, y sólo si se toma la continuidad estética en su totalidad como última e irreductible, será posible comprender adecuadamente el significado del universo, entender la naturaleza y apreciar el mensaje y la significación del arte."¹²²

Una vez que hemos conocido todas estas consideraciones, luego entonces podemos comprender que para el oriental el arte no es un simple instrumento de la ética o de la religión, como lo es para Occidente, sino todo lo contrario, es la fuente exclusiva de los materiales estéticos sin los cuales carecería de todo significado la moral y la religión oriental, puesto que el arte será entonces una manifestación de la vida hablando sobre la vida misma. En tanto que para Occidente la religión corre por un lado, la política por otro, el arte por un camino muy lejano y la vida cotidiana en un sentido completamente diferente. Para el oriental carece de sentido todas estas diferenciaciones, así el arte, la religión, la política, la sociedad, la alimentación, la vida cotidiana, la breve exhalación, serán manifestaciones de lo mismo, es decir del *continuum* estético indiferenciado, la vida, el todo¹²³.

De esta manera, para el oriental la realidad no sólo será el *continuum* estético indiferenciado, sino también sus diferenciaciones concretas igualmente estéticas inherentes al primero y percibidas por medio de los sentidos. Dichas diferenciaciones serán locales, determinadas, transitorias, definidas, delimitadas y finitas, conteniendo en su esencia al

¹²² Op. Cit. P. 435-436.

¹²³ De esta manera, la tragedia del mundo moderno, en lo que se refiere a las interconexiones entre las diferentes partes del conocimiento humano, radica en el hecho de que cuando las teorías científicas iniciales pasaron a la filosofía con John Locke, surgieron problemas insuperables que parecieron hacer necesario el establecimiento de la ética, la religión y otras ramas como unidades *independientes* y *autónomas*, "privando así al hombre de una base para relacionar una parte de su conocimiento con cualquier otro y produciendo inevitablemente no sólo la confusión intelectual que caracteriza el estado de espíritu de los actuales graduados universitarios, sino también la presente desmoralización de las culturas occidentales puramente modernas", nos dice Northrop. Op. Cit. P. 382.

continuum estético indiferenciado, siendo este último intemporal¹²⁴, el mismo en todas partes. Por lo tanto, accediendo a una de sus diferenciaciones, de manera contemplativa, consciente, y con una intención distinta a una egocéntrica, hedonista, luego entonces podremos acceder a ese continuo que es la naturaleza misma, la matriz híper compleja, Lattice, el campo unificado, como se le quiera llamar.

Pero el concebir la vida bajo esta perspectiva (del carácter último e irreductible del *continuum* estético indiferenciado) tendrá implicaciones mucho más profundas de lo que se cree: proporcionará una base auténtica para la libertad humana. Asimismo, en ese sentido, nada estará determinado, y aunque algo parezca seguro, confiable, predecible, cuantificable, no lo será así. Esta indeterminación será la que mueva la vida del oriental en diferentes sentidos, puesto que cuestionará las normas y leyes establecidas por considerarlas transitorias y pasajeras, nacidas en el seno de un espacio y un momento dado, y por lo tanto, se encontrarán en un proceso dialéctico de continuo rechazo y reforma, todo es relativo. De esta manera, como ya se ha mencionado, el oriental entenderá que dichas manifestaciones son solamente pasajeras y temporales, y por lo tanto, su vista se fijará en otro aspecto, en la contemplación, en la vida misma, en la atención consciente, en el *continuum* estético indiferenciado. Con ello no se quiere decir que los orientales, así los chinos, los hindúes, los taoístas, etc., no fijen leyes y normas o conductas morales absolutas, sino que estas mismas tendrán su base en el *continuum* estético indiferenciado adquirido intuitivamente, lo mismo que su arte y todas las manifestaciones de su vida, y por lo tanto estarán centradas en la vida misma. Así, esta será la razón por la cual muchas de las manifestaciones orientales han rehuido a imponerse de manera rotunda y contundente a otras naciones, pueblos, espacios y tiempos, teniendo un sentimiento de fraternidad con respecto no sólo al género humano, sino con todos los objetos naturales y estéticos.

¹²⁴ Y ya entrados en este terreno de la temporalidad, podremos ver que las diversas manifestaciones del *continuum* estético indiferenciado serán de carácter temporal, pasajeras, en tanto que este último será intemporal. Northrop nos menciona que el Occidente representa el tiempo como una flecha o como un río en movimiento que viene de un lugar y un pasado distante, dirigiéndose a un lugar y un futuro remoto, en tanto que un oriental contempla y mira al tiempo como un estanque apacible y silencioso, dentro del cual las ondas van y vienen. Y puesto que es la fuente de todas las diferenciaciones, da origen a ellas cuando nacen y la recibe en su seno cuando mueren.

Por otro lado, Northrop nos dice que las diferenciaciones del *continuum* estético varían de una persona a otra, y por lo tanto, sería contradictorio y erróneo que las condiciones de una sola persona sirvan de base para el establecimiento de normas y leyes morales válidas para todo el mundo, esto quiere decir, que cada persona tendrá su propio espacio y momento, será una de tantas manifestaciones diferenciadas del *continuum* estético indiferenciado, y aunque esto parezca contradictorio, en esencia no lo es. Es decir, cada manifestación jugará un papel importante en su espacio y en su momento, y querer acceder a un espacio y momento diferente, a través de normas y leyes universales, históricamente establecidas, generará un desequilibrio en dicha persona.¹²⁵ Es por ello, que el papel de la intuición cobrará extrema importancia en la vida de cada sujeto, puesto que lo ubicará en su aquí y en su ahora.

Así, Northrop, refiriéndose a los métodos orientales y sus aportaciones, nos dice lo siguiente: "Tiende a producir un pueblo que encuentra la paz y la ecuanimidad del espíritu afrontando de manera realista y con sensibilidad estética la transitoriedad, el sufrimiento concomitante y la innegable relatividad de las cosas sensibles, lo que lleva al hombre a aceptar las circunstancias tal como son, en lugar de transformarlas por procedimientos que no sean el cultivo del propio sentimiento intuitivo de fraternidad para con todas las criaturas."¹²⁶ Así, estos métodos orientales serán muy diversos, y entre ellos podemos encontrarnos el budismo, el taoísmo, el confucionismo y el hinduismo, principalmente. Cada uno de ellos tendrá sus diversas manifestaciones, sus métodos, sus filosofías, pero en esencia tendrán una misma base, el todo. Así también podremos ver dentro de estos diversos métodos orientales muchos puntos en común encaminados a un mismo fin. El budismo por ejemplo, su método consiste en el procedimiento intuitivo de la aprehensión inmediata, cuestión muy semejante al empleado por el taoísmo y el confucionismo. De igual modo, el budismo nos dice que la esencia del todo no puede ser expresado por medio

¹²⁵ Ahora bien, otra de las características distintivas de la cultura oriental será la certidumbre y la constancia del conocimiento a través del tiempo. Éste no tiene un carácter hipotético, sujeto a modificaciones al surgir nuevos datos, sino relativamente seguro, puesto que Oriente ha basado su conocimiento en la naturaleza de las cosas que se percibe de manera inmediata, a través de la intuición, por lo tanto, ha podido obtenerse premisas básicas comprobables inmediata y completamente. Es por esta razón que la cultura oriental ha conservado una constancia relativa de creencias a través de los siglos mientras que la cultura y las instituciones occidentales han visto sus muros caer constantemente, nos dice Northrop.

¹²⁶ Northrop, F. (1948). Op. Cit. P. 448.

de frases gramaticales construidas y métodos deductivos prescritos por postulación, haciéndose indispensable la experiencia inmediata.

Un factor muy importante y a tomar en consideración es que en el budismo, por ejemplo, además de la concepción de un *continuum* estético indiferenciado (el todo) y sus métodos de aproximación, se puede admitir la existencia de cualquier otra cosa que pueda ser comprobada por medio del análisis científico empírico operando de manera simultánea con la confirmación experimental. Todo puede ser comprobado, nos dice Northrop. Así, nos acercamos a una propuesta en extremo interesante que puede dar nuevas soluciones a nuestros acelerados estilos de vida actuales, y ésta es la fusión entre Oriente y Occidente. ¿Pero qué significa esto?, simplemente y de manera breve, que la razón y la intuición, cada una de ellas, juega un papel primordial en el estudio de la vida, puesto que son parte de la vida misma. Así, un análisis concienzudo, científico, lógico, formal, etcétera, tendrá el mismo valor que la aprehensión inmediata, que la intuición, que la estética, debido a que, como ya se ha mencionado, son manifestaciones de lo mismo, del *continuum* estético indiferenciado.

Así, se dice que el “yo” está formado por dos componentes, a saber: uno es un elemento único, diferenciado, delimitado, determinado, que distingue a una persona de otra, en tanto que el otro, es un elemento estéticamente inmediato, indeterminado y por lo tanto indescriptible. Northrop nos menciona que el primero es temporal, transitorio y mortal, por lo tanto, aferrarse a él carece de sentido y desear su inmortalidad constituye la fuente primordial de sufrimientos, de egoísmo y de los males actuales. Por otro lado, la parte no transitoria de yo es el componente estético, inmediatamente aprehendido. Y debido a que en este nivel es idéntico a las personas y a todos los objetos estéticos a través de la totalidad del cosmos, el hecho de encariñarse con él no constituye una fuente de sufrimiento, sino todo lo contrario, le da un sentimiento de fraternidad con respecto a todo lo que le rodea. Por lo tanto, una visión occidental que denota delimitaciones en absolutamente todo lo que ve, será la raíz de sufrimiento actual de nuestro mundo contemporáneo, puesto que sitúa al ser humano y al individuo como un ente ajeno a su condición, por lo tanto, su esencia, su cuerpo, su raíz entrará en constante conflicto con sus ideologías, con su pensamiento y con

sus sentimientos aprendidos culturalmente. De esta forma, una mirada cargada en un solo sentido, en el uso excesivo de la razón, creará una cortina de humo que no permitirá ver nuestra verdadera esencia, lo cual constituirá el origen de un enorme desgaste energético, emocional, corporal, sentimental, intelectual, etc., traducándose en dolencias, sufrimientos, enfermedades, y un sinnúmero de alteraciones en los sujetos, en la sociedad, en los ecosistemas, en las estaciones del año, es decir, en todo lo que le rodea.

Asimismo, el hinduista al igual que el budista, considera que para alcanzar el punto de vista filosófico y religioso básico hindú será indispensable experimentar directamente, puesto que no puede alcanzarse por métodos lógicos de la ciencia, la filosofía y la teología occidentales, ni tampoco puede ser descrito plenamente por medio de la palabra. Así, el oriental, nos menciona Northrop, incluso cuando desarrolla sistemas lógicamente formulados, tiene como finalidad apartar la atención del sujeto del componente teórico de la naturaleza de las cosas, mismo en el cual se encuentra inmerso el occidental, para que concentre la atención en el factor estético indeterminado, indescriptible, inefable e inmediatamente observable, el cual no puede ser transmitido ni por medios lógicos ni por la teoría científica o filosófica, es decir, renunciando a todos los pensamientos y experimentando directamente. Nuevamente, su filosofía se sustentará directamente en la aprehensión directa, en el *continuum* estético diferenciado y por lo tanto en el indiferenciado.

Existe también una cuestión muy importante con respecto a las delimitaciones que hace el mundo occidental, puesto que, como nos dice Northrop:

"[...] como las diferenciaciones limitan e inhiben la conciencia, incorporarse a lo informe ilimitado de Brahm equivale a obtener la liberación. El hombre se libra así de verse, como dice Upanishad Maitri, 'azotado por las cualidades'. Esto esclarece también lo que el hindú oriental quiere decir cuando afirma que las diferenciaciones inmediatamente aprehendidas que se obtienen por medio de los sentidos e introspectivamente velan la conciencia o Chit. La médula de la cuestión consiste en que, como las diferenciaciones locales contienen una porción del

continuum estético indiferenciado o Chit, producen una impresión emotiva y estética, lo que quiere decir que la mente es consciente; pero como al mismo tiempo limitan la abrumadora infinitud del *continuum* estético indiferenciado, aminoran la intensidad de la inefabilidad estética y emotiva que puede gozarse."¹²⁷

En ese sentido podemos ver que las diferenciaciones o delimitaciones podrán ser un velo para la conciencia, lo mismo que un puente para acceder a “el todo”, solo depende del método que utilicemos como camino. Así, la porción oriental del mundo ha centrado su atención en el aspecto positivista inmediato, puramente empírico, emotivo y estético, es decir, intuitivo, además de denotar la importancia de la contemplación del *continuum* estético indiferenciado, es decir, ha entrado a un plano mucho más profundo que el occidental, puesto que este último, en su aspecto positivista, empieza por el *continuum* para confirmar sus teorías de manera sintética y prescritas por postulación, a las que sirven tan sólo de simples signos los factores del complejo *continuum* estético. "Oriente tiende a concentrar su atención en dicho *continuum* estético diferenciado en sí mismo y por su propio valor."¹²⁸ En resumidas cuentas, nos dice Northrop, que Oriente en su mayor parte ha investigado las cosas en su componente estético, intuitivo, mientras que Occidente las ha investigado en su componente teórico, es decir, que mientras el oriental se vale de las manifestaciones del *continuum* estético indiferenciado para su vida en general, el occidental la considera tan sólo como una herramienta para poder comprobar sus teorías ya dadas, las cuales en cierta medida han aportado algo a la humanidad y al entorno, por lo tanto, nuestro mundo contemporáneo necesita de ambos elementos. "[...] el oriental basa su religión y su moral solamente en este factor estético de las cosas, obtenido por medios positivistas, en tanto que el occidental tiende a identificar lo bueno y lo divino con el componente teórico, al que el componente estético sirve tan sólo de signo."¹²⁹

Para ello, la tarea a realizar será el determinar la relación específica que existe entre los componentes estético y teórico. De esta manera la concepción oriental se basan en la

¹²⁷ Op. Cit. P. 478.

¹²⁸ Op. Cit. P. 484.

¹²⁹ Op. Cit. P. 493.

naturaleza de las cosas, siendo sus dos factores el *continuum* estético indeterminado, común a todas las personas y a todas las cosas, y las diferenciaciones que se perciben inmediatamente dentro de él, nos dice Northrop. Pero nuevamente, dichas diferenciaciones y determinaciones serán propias de cada ser y de cada cosa, por lo tanto varían de una persona a otra y de un momento a otro. Confucio decía: "El hombre superior marcha por la vida sin atenerse a una línea de conducta preconcebida ni a ningún tabú. Se limita a decidir en cada momento lo que debe hacer."¹³⁰ De esta manera Confucio nos decía que era necesaria la intuición o Ch'eng, así como la compasión humana indeterminada y estéticamente sentida, como el valor o la fortaleza, para alcanzar una vida perfecta. Asimismo, Ch'eng o intuición y fraternidad no bastarán para llegar a la acción, a la conducta, por lo tanto, será necesario el valor o la fortaleza de ánimo.

Ahora puede decirse cuál es precisamente la diferencia entre Oriente y Occidente, por un lado Oriente se preocupará del factor inmediatamente aprehendido de la naturaleza de las cosas, mientras que Occidente pondrá su atención en el factor doctrinalmente designado, es decir, Oriente utiliza doctrinas basadas en los conceptos por intuición, en tanto que Occidente utilizará doctrinas basadas en conceptos por postulación (componente teórico del conocimiento), nos dice Northrop. Ahora bien, el problema surgirá en que la relación de tres términos, es decir, las sustancias materiales, las sustancias mentales y sus interacciones, provienen de factores teóricamente inferidos y no de factores inmediatamente aprehendidos, es decir, provienen de la razón y no de la intuición. Northrop nos lo dice de la siguiente manera: "[...] el mundo moderno incurrió en el grave error de tratar de derivar el componente estético empírico de una interacción entre las sustancias materiales postuladas y las sustancias mentales del componente teórico. Esto no sólo es lógicamente imposible, puesto que confunde los conceptos por intuición con los conceptos por postulación [...]. Como consecuencia, los factores estéticos y emotivos de la naturaleza del hombre y de las cosas fueron calificados como simples apariencias y cosas triviales, menospreciando y pasando por alto el sustento emotivo y estético que la naturaleza del hombre necesita."¹³¹

¹³⁰ Op. Cit. P. 494.

¹³¹ Op. Cit. P. 574.

En este mismo sentido, podemos observar que en Oriente se busca un retorno al estado primitivo original¹³², donde el sujeto aprendía el arte de vivir de la propia naturaleza y no de las leyes humanas falibles. Así el bien que se ha identificado con el factor indeterminado será un bien absoluto en el sentido de que será válido para todas las personas y en todas las circunstancias, en tanto que el bien que se identifica con el factor diferenciado, limitado, determinado, es relativo. La intuición podrá acceder, luego entonces, a estas dos clases o definiciones de bien puesto que se encuentra en nuestra vida, de hecho será la manifestación de nuestro espíritu, de nuestro ser, de la vida misma hablando sobre la vida, y ya que este ser es una manifestación del *continuum* estético indiferenciado, se encontrará en estos dos planos, en lo determinado y en lo indeterminado. Pero al fin y al cabo, el bien nuevamente se encontrará en términos relativos, puesto que bajo la visión oriental no existen cosas buenas ni malas, simplemente son. El mal surgirá cuando tratamos a las cosas como si fuesen algo distinto de lo que son, en tanto que el bien será cuando tratamos a las cosas tal cual son. " El dolor se convierte en un mal sólo cuando el pesimista -al igual que el hedonista, tratándose del placer- eleva una cosa transitoria a la categoría de principio inmortal y lo considera así como algo distinto de lo que es."¹³³

Pero, en este entendido, bajo estas visiones orientales podemos darnos cuenta que son un reflejo cercano de nuestro antiguo pasado y como tal, resonarán en nuestra gente y serán bien recibidas.

3.9 MÉXICO EN EL ENCUENTRO DE DOS MUNDOS

Oriente y Occidente, como se sabe, a lo largo de los siglos, han tenido serias discrepancias en su forma de pensar, en sus estilos de vida y hasta en la manera de conceptualizar la vida y su desarrollo en esta gran nave espacial llamada Tierra. Así ha quedado el mundo dividido en dos partes antagónicas, en dos formas de pensar y de vivir.

¹³² Ello no significa que la intención sea retornar al estado del hombre y las cavernas, pero si un estado natural de cooperación y contemplación, no de los estados de vida artificiales y dolientes.

¹³³ Op. Cit. P. 499.

Sin embargo, hoy día, Oriente ha abierto sus puertas y nos deja ver su magnitud y parsimonia en un mundo tan soberbio, caótico y acelerado como el nuestro.

"Pero Oriente no sólo habla así a Occidente con bombas y resistencia pasiva; por fortuna, lo dice también en términos más cuerdos: con espíritu de camaradería y amor. (...) China está haciendo sentir su influencia en América."¹³⁴

Oriente, constantemente ha sido asediado por el mundo occidental, ya sea bajo las coordenadas políticas, económicas, militares o religiosas, cuestión que ha sido sobrellevado por este mundo. Sin embargo, Oriente no se ha quedado con los brazos cruzados, sino que ha optado por expandir sus enseñanzas a todo el mundo, pero no bajo la visión conquistadora, sino unificadora, conciliadora, de hermandad en todas las esferas:

"El Oriente hace algo más que limitarse a responder las doctrinas e influencias occidentales de carácter político, económico, militar y religioso. Por primera vez se esfuerza de manera seria y positiva por transmitirnos sus características tradicionales y contemporáneas, tratando de que modifiquemos nuestras decisiones militares, políticas y económicas y hasta nuestros ideales culturales, bajo el impacto de los suyos."¹³⁵

Es así que hoy día podemos ver el encuentro entre dos grandes mundos, mismos que se encuentran en proceso de fusión, ya que ambas partes cuentan con elementos sumamente valiosos para la educación, una para la salud y para la vida, solo que ambos también adolecen de serias carencias conceptuales y vivenciales que deben de complementarse urgentemente, es así que, tal como nos lo hace saber Northrop, la razón del mundo Occidental requiere de la sabia y profunda intuición del mundo Oriental, para orientar su brújula en el camino del perfeccionamiento de nuestras instituciones, de su papel en el desarrollo de una educación para la vida, y del curso de nuestra nación y sus relaciones con

¹³⁴ Op. Cit. P. 23.

¹³⁵ Op. Cit. P. 23.

todo su entorno, con nuestros connacionales, con la naturaleza, con el ambiente en general y con toda la vida en nuestro planeta. O como lo diría Northrop:

"Oriente ha abandonado su actitud pasiva y receptiva para desempeñar en los problemas mundiales un papel más activo y sugerir sus iniciativas. (...) Oriente y Occidente se están encontrando y fusionando."¹³⁶

Así, si bien es cierto que no podemos hablar de un Oriente unificado y uniforme¹³⁷, lo cierto es que si podemos hablar de muchas similitudes y puntos en común que nos hacen ver que en realidad si existe un pensamiento (el hindú, el confusionista, el taoista, el budista, etc.) y un estilo de vida que puede dejar huella (que de hecho ya lo ha hecho a lo largo de varios siglos) en la vida de cada sujeto que haga caso de sus enseñanzas.

Ante dicha aparición del mundo Oriental en nuestro continente, podemos respirar las semejanzas entre sus enseñanzas y nuestras antiguas tradiciones prehispánicas, lo cual hace eco en nuestro interior, razón de más para que estas tendencias sean muy bien recibidas en nuestra nación. Northrop nos dice que México cuenta con una experimentación directa de la realidad, con una sensibilidad estética que lo hace sumamente intuitivo, y por lo tanto, mucho más cercano de Oriente que de Estados Unidos:

"Los mexicanos como por ejemplo, (...), poseen una cultura que se extiende hasta el más humilde indio de las aldeas, cultura rica en estética y en la religión de la pasión, la belleza y el culto. Por lo que se refiere a estos valores, no cabe duda que su cultura es superior a la de Estados Unidos."¹³⁸

Él nos menciona que nuestras culturas prehispánicas se encontraban finamente entrelazadas en todos los aspectos de la vida, la religión, la naturaleza, el arte, la política,

¹³⁶ Op. Cit. P. 25.

¹³⁷ De la misma manera, no podemos hablar de un solo México, puesto que en nuestra nación habita un sinnúmero de ideologías, de culturas, costumbres, de pueblos que de igual forma, también comparten muchos rasgos en común, el síndrome del pueblo conquistado, pero para saber más sobre dichas características consúltese ésta investigación.

¹³⁸ Op. Cit. P. 29.

etc. En suma, Northrop nos dice que en los antiguos aztecas los valores humanos coincidían con los científicos, es decir, no existía una fragmentación del conocimiento y sus áreas de estudio (cuestión muy presente en nuestros días y en nuestras civilizaciones actuales, en el mundo moderno, en las metrópolis), puesto que todo estaba estrechamente interrelacionado, ellos no concebían a la religión en un sitio, a la política en otro, y a la ciencia en un reino aparte. Todo era parte de lo mismo, del *continuum* estético indiferenciado, es decir, del todo. Razón por la cual las actuales corrientes orientales sean tan bien recibidas en nuestra nación, puesto que nos recuerdan un pasado no muy distante. Así, dichas corrientes resonarán en nuestro interior, de la misma manera que nuestros actuales estilos de vida, con todo lo que ello implica (egocentrismo, antropocentrismo, eurocentrismo, modernidad, pensamiento racional cartesiano, consumismo, etc.), nos resultarán vacíos, carentes, faltos. De esta manera, nuestra intuición nos dirá que lo que actualmente vivimos no lleva el curso real de la vida, ahora es artificial, en tanto que regresar a nuestros orígenes, a través de las diversas disciplinas orientales y de nuestras antiguas tradiciones (cosmovisiones de los otomíes, los huicholes, los nahuas, los coras, etc.), en conjunción armónica con el pensamiento y desarrollo occidental, nos devolverán a nuestro estado original, al curso natural de la vida.

Pero para entender un poco más sobre el diario acontecer mexicano, debemos de remontarnos al pasado y escudriñar en sus recovecos, como ya lo hemos hecho, con la finalidad de encontrar los vestigios que hacen eco hoy día en nuestras vidas, en nuestra forma de pensar, de actuar, de hablar, de caminar, de amar y de sentir, es decir, en todo nuestro ser. Así, se hará necesario reconocer que la vida del mexicano de hoy, con todas sus características, a saber, individualista, egocéntrica, antropocéntrica, eurocéntrica, jerárquica, dogmática, miedosa, simuladora, temerosa, ansiosa, moralista, rencorosa, pero al mismo tiempo, cálida, esperanzada y guerrera, encuentra sus orígenes, además de un largo pasado evolutivo de miles de millones de años, en la visión del gran imperio romano, de un pasado medieval y occidental que deja ver sus influencias (por vía de España, Inglaterra, Francia y Estados Unidos principalmente) en ubicarnos en un lugar impuesto y acatar las órdenes y normas sin cuestionar:

"Esta concepción del bien, romana, medieval, unificada y jerárquica, determinó también la estructura de la sociedad inglesa medieval, con su rey, su arzobispo, el Consejo privado de la Corona, los duques y condes, los señores feudales, la clase media, los labradores y los artesanos de los gremios locales. Con arreglo a este ideal social, el bien del hombre debe buscarse, no en la proclamación o realización de su igualdad con todos los demás hombres, sino en la localización del lugar que le corresponde, según sus aptitudes peculiares, dentro de todo sistema social jerárquico y en que él desarrolla hasta al máximo la capacidad adecuada al lugar que ocupa. Así, en la Inglaterra medieval se hacía hincapié en que cada hombre estuviera 'en su sitio'."¹³⁹

Por otro lado, los vestigios de nuestras antiguas culturas prehispánicas todavía se dejan ver en la calidez de nuestra gente, en el carácter esperanzador de seguir luchando, el respeto a la vida, a la cultura y a la comunidad, en la visión que va más allá de la *preponderancia* de razón y sus métodos a seguir, es decir, en el guerrero dormido que está luchando por despertar.¹⁴⁰

Así, entrando al terreno histórico, es interesante reconocer que Inglaterra, por vía directa y de Estados Unidos, deja sentir su influencia en nuestra nación, construyendo así una nueva visión que resonará hasta nuestros días. Northrop nos dice: "la cultura medieval británica era en extremo individualista y localizada en el aspecto económico."¹⁴¹ Así, la cultura económica, secundaria del pensamiento filosófico anglosajón, rompió barreras y navegó hasta nuestro continente logrando plasmarse en el discurso y vivencia del mexicano, que hoy día tiene la tendencia individualista y monetaria.

Del mismo modo, durante el porfiriato se optó por un modelo europeo, afrancesado y norteamericano (incluido la influencia de Inglaterra), y con ello todas sus ideologías y consecuencias. Posteriormente, se rechazará todo lo que tenga que ver con Porfirio Díaz,

¹³⁹ Op. Cit. P. 230-231.

¹⁴⁰ Si bien es cierto que nuestras culturas prehispánicas eran sumamente guerreras, también es cierto que tenían un profundo respeto por la vida, por la comunidad, por las costumbres y por el entorno, de manera general.

¹⁴¹ Op. Cit. P. 230-231.

incluyendo la influencia francesa. Con ello se opta por el camino predominantemente norteamericano y por consiguiente, su influencia anglosajona.

"La derrota filosófica y política del positivismo fue una repudiación no sólo de Díaz y la dictadura, sino también de la postrera y culminante influencia francesa. Ello tuvo como consecuencia natural que los mexicanos, al retornar a la democracia, inspiraran su política por primera vez con carácter predominantemente en los Estados Unidos y en el pensamiento angloamericano y no en el francés."¹⁴²

Por lo tanto, optar por la vía norteamericana nos hace pensar que también optaremos por sus modelos de vida, es decir, por el modelo económico principalmente, y con ello la visión humana comienza a declinar vertiginosamente.

"Quiere decirse que el hecho de que México tomase como modelo democrático en el presente siglo a los Estados Unidos en lugar de imitar a Francia, significa que de la misma manera que México se halló dominado por la "pasión religiosa" en el período colonial y por la "pasión política" en el siglo XIX, ahora sus actos son motivados en gran parte por la pasión económica."¹⁴³

En ese entendido, logramos ver a un múltiple México influenciado directamente por varias entidades, podemos ver así durante la época colonial la influencia devastadora de España, durante la ilustración la de Francia y posteriormente la influencia recalcitrante de Estados Unidos, cuestión que hoy día sumerge a toda una nación, la nuestra, en el aspecto monetario, trivial y efímero, además de los modelos positivistas, racionales, empiristas que todavía, a pesar de su rechazo, retumban hasta nuestros días.

Northrop nos menciona que con el advenimiento del gobierno de Ávila Camacho en 1940, otro factor fue insertado en el escenario contemporáneo mexicano, la atenuación de

¹⁴² Op. Cit. P. 70.

¹⁴³ Op. Cit. P. 71.

la política antirreligiosa y el resurgimiento de los valores humanistas, en contraposición a los positivistas. Él nos dice que dicha situación tiene sus raíces en el realce que dio José Vasconcelos a la intuición estética y a la pasión individual, mística y religiosa, así como su crítica del positivismo. Otra influencia consistió en las obras del español Miguel Unamuno.

Northrop nos dice entonces que México es un ejemplo muy representativo de una cultura que cuenta con caracteres más críticos puesto que es más compleja, variada y madura que otras naciones, una cultura en la cual las ideas, la vida, la filosofía y el arte se encuentran íntimamente relacionados, así esta será la razón por la cual México será de vital importancia en el gran concierto internacional de una nueva filosofía de ver y vivir nuestro mundo actual. De esta manera, nuestro México ya ha navegado por diversas filosofías y etapas que le han dado una nueva visión, sin perder de vista su raíz. Esto será un factor vital puesto que sus orígenes le permitirán realizar de manera armónica la fusión entre el mundo moderno y el mundo antiguo, entre la razón y la intuición, entre la ciencia, la religión, y la estética, dando un carácter distinto al ser humano, uno en estrecha comunión con el *continuum* estético indiferenciado, es decir, con el todo.

México actualmente cuenta con la visión estética de la vida, con la contemplación intuitiva de las cosas, y eso lo podemos ver en varias regiones indígenas de nuestro país (con los estilos de vida, con las formas de curar, con las diversas manifestaciones estéticas como la danza, la artesanía, etc., que nos hablan de su profunda contemplación intuitiva del *continuum* estético indiferenciado), pero en la ciudad esto se ha perdido, afortunadamente no del todo. Para ello, y gracias a la enorme aportación de Oriente, hemos retomado algunos elementos vitales para el desarrollo humano, mismos que no se encuentran en contraposición con nuestros ancestros ni con nuestro pasado, sino todo lo contrario, se hallan estrechamente relacionados y vinculados con el carácter de la vida. Así estos elementos serán las diversas disciplinas orientales que en un pasado no muy lejano fueron introducidas lentamente en nuestro país. Para ello será necesario hablar de Juárez, de la separación de la Iglesia-Estado y de los marianos.

Benito Juárez propició uno de los grandes cambios en nuestro país, separó a la Iglesia del Estado, a través de las Leyes de Reforma, y por lo tanto, despojó a los mexicanos de una moral bien intencionada. Ante dicho escenario, surgirían, a manera de fusión y con tintes políticos, los templos trinitarios marianos, para dar respuesta a las incesantes necesidades espirituales y corporales de la gente, puesto que el aparato gubernamental de aquel entonces no daba cabida a las demandas de la nación.

“El espiritualismo, entendido no como una filosofía que admite la existencia del alma y de mortalidad del espíritu; sino como una práctica religiosa y curativa de carácter popular en México, surge en la segunda mitad del siglo XIX, en una época de constante inestabilidad política, económica y social, producto de las pugnas entre conservadores y liberales por asumir el mando gubernamental y dirigir el destino de la naciente nación independiente.

Sin embargo, los orígenes de este sincretismo religioso se remontan siglos atrás, a la época de la conquista y dominación española. Durante la colonización, tuvo lugar un proceso de aculturación, en el cual se impusieron a la población nativa los valores y concepciones que entrañaba la cosmovisión hispana. [...]

Dentro de este sincretismo cultural, han de localizarse los antecedentes más remotos del espiritualismo, ya que sus raíces derivan de la conjugación de elementos culturales prehispánicos españoles y africanos.”¹⁴⁴

Posteriormente, surgiría una historia que nos daría las herramientas explicativas del porque la moral se hizo psicología en México¹⁴⁵. Y así, con el transcurrir de los años, había muchas pugnas entre la Iglesia y el Estado, a través de la guerra cristera y una retahíla de ataques contra la Santa Sede. Ante este panorama (y con la crisis postguerra de los 60's en Estados Unidos, cuestión que propició voltear la mirada hacia Oriente, puesto que los modelos de aquel entonces, el conductismo, el psicoanálisis, etc., resultaban ineficientes ante sus necesidades y carencias, mismas que fueron vertidas en nuestra nación) el hambre

¹⁴⁴ Sosa, L. (1996). Motivos de carácter psicológico de los usuarios de los templos espiritualistas. Tesis de licenciatura. UNAM, Escuela Nacional de Estudios Profesionales Iztacala. p29.

¹⁴⁵ Para mayor información consúltese la obra: López, R. (2002). De cómo la moral se hizo psicología en México. México: El Aduanero.

espiritual de México se vio acrecentado, cuestión que fue amortiguada a la llegada de las corrientes orientales a nuestra nación, primeramente a través de la puerta de Estados Unidos, mismas que fueron muy bien recibidas por recordar un pasado no muy lejano, debido a la resonancia que provocó en nuestra gente.

CAPÍTULO IV HACIA UNA PEDAGOGÍA DE LA INTUICIÓN

En el presente apartado se muestra de manera general la metodología a seguir, los sujetos a entrevistar, las características con las que deben contar, los instrumentos a utilizar, así como la categorización elaborada con base en las entrevistas. De esta manera, y mediante los análisis realizados a los entrevistados, se realiza una aproximación hacia una pedagogía de la intuición, puesto que en este capítulo se detallan los elementos a tomar en consideración para la construcción de una pedagogía integral (con base en las experiencias de los entrevistados y los cambios generados en sus cuerpos, en sus enfermedades, en sus formas de aprendizaje, en sus relaciones intersubjetivas y con su entorno, debido a los componentes que mencionaremos), una que considere al ser humano como lo que es, un ser articulado.

De esta manera, podemos encontrar que los elementos a tomar en consideración en la propuesta de una pedagogía de la intuición son los que saltan en las entrevistas y se dejan ver claramente en los cuerpos y los discursos de los entrevistados. Así la contemplación, la respiración, el arte, un análisis histórico y familiar, la toma de consciencia (en el amplio sentido de la palabra), así como el movimiento del cuerpo-sujeto, forman parte de su proceso formativo, uno que considera a las sensaciones, a las emociones, al entorno, al cuerpo, a la intuición y a la razón en pleno equilibrio, uno más armónico.

Es así que éstos mecanismos deberán de ser considerados para futuros programas de enseñanza y aprendizaje, puesto que la visión que actualmente domina en nuestras sociedades, es decir, la visión cartesiana, neoliberalista, antropocéntrica, egocéntrica, eurocéntrica y androcéntrica, ha demostrado a capa y espada que no es la mejor vía para nuestro desarrollo, subjetivo e intersubjetivo, es decir, intra e interpersonal, y el de nuestro medio natural. Dichos elementos deben ser contemplados en la educación formal e informal de todas las edades, en adolescentes, niños, ancianos, es decir, a todo ser humano, puesto que hay algo que nos cruza a todos y eso es la condición humana. Ciertamente es que cada sociedad, comunidad, familia, tiene sus propias características, su tipo de lenguaje, sus costumbres, su forma de ver y de vivir el mundo, es por ello la necesidad de trabajar con

cada grupo, con cada sujeto y es éste el que, en conjunto con los educadores, irán desarrollando sobre la marcha la dinámica, el ritmo y el método a seguir.

4.1 PROPUESTAS PEDAGÓGICAS QUE HABLAN SOBRE LA INTUICIÓN

Las recientes tendencias sobre la intuición nos hablan sobre ella en términos generales de manera incompleta, e incluso a veces errónea. Así tenemos a autores que llegan a confundir a la intuición con el simple hecho de adivinar entre dos opciones, con la percepción visual o sensorial¹ (distinguir que elemento es más grande entre dos opciones a elegir), cuestiones de probabilidad y estadística, inducciones o deducciones, entre otras tantas que a nuestra manera de ver y con el estudio que hemos realizado, vemos que el carácter de dichas definiciones no alcanza a explicar la realidad de las personas y su vida cotidiana, de sus intuiciones y su diario devenir. Así, existen autores, tales como David G. Myers² que confunden lo que es la intuición, adjudicándole un valor o concepto meramente perceptivo, de sentido común, de pensamientos erróneos, de exceso de confianza, de coincidencia, de azar, de correlaciones ilusorias y supersticiones, pero ahora sabemos que eso no es la intuición, ésta es más amplia, pero bajo su óptica racionalista, todo aquello que caiga fuera de los límites de la razón, es decir lo irracional, carecerá de validez y confianza, puesto que no es comprobable, medible, cuantificable, observable, y un largo etcétera, etcétera, etcétera.

Pero éstas definiciones sobre la intuición descansan sobre el lomo científicista, dando lugar a experimentos que intentan medir o cuantificar directamente a la intuición (cuestión un tanto alejada de la realidad, puesto que se realizan en lugares determinados, bajo condiciones y tiempos específicos, además de contar con la presión de la obtención de un resultado), además de que éstas no incluyen al cuerpo en unidad, a un cuerpo articulado, ni tampoco a su conciencia como parte de un todo, es decir, una conciencia universal,

¹ “La investigación psicológica nos muestra que incluso la percepción sensorial es un acto interpretativo, influenciado por expectativas, creencias y valores. Por ejemplo, la misma moneda es percibida como de mayor tamaño por los niños pobres que por sus pares más pudientes”, Goldberg, P. (1991). La dimensión intuitiva: El descubrimiento de nuestra intuición y su aplicación en la vida cotidiana. Edit. Sudamericana: Buenos Aires. P. 23.

² Para mayor información consúltese la obra: Myers, D. (2003). Intuición: El poder y el peligro del sexto sentido. España: Paidós.

intuitiva, puesto que a través de la historia este ser en formación (o deformación) se ha visto atomizado y apartado de su propia realidad. Es visto así en términos individuales, egocéntricos, eurocéntricos y antropocéntricos, donde las estrechas relaciones intersubjetivas y lo irracional, es decir, la intuición, no existen o no hay que tomarlas en consideración.

Es así que en éstos términos, hoy día ya no podemos hablar de un cuerpo fragmentado, aislado o individual, ya que existe una creciente oferta de investigaciones sobre cuestiones que nos hablan de un campo unificado y sus estrechas interrelaciones, es decir, de un cuerpo articulado, unificado con su entorno, uno que no es puntual, sino uno prolongado.

De esta manera la intuición juega un papel primordial en la detección de cualquier alteración del medio circundante, puesto que, como ya se ha mencionado, un cuerpo-sujeto no se encuentra aislado, y sus emociones, sentimientos, e incluso intenciones serán irradiadas al exterior, y alguien muy intuitivo podrá divisar o sentir dichas manifestaciones. El campo unificado es entendido como una estrecha red energética³, donde las alteraciones en algún lugar de dicho espacio resonarán en cualquier otra zona de la red. Solo a través de la intuición se detectarían dichas alteraciones. De esta manera, dichas variaciones podrán ser eventos conflictivos por los que esté pasando algún familiar o ser querido, emociones, sentimientos o intenciones de algún ser cercano o del ambiente, cuestiones que resultan irracionales, es decir, van más allá de la razón: “hay cosas raras que van más allá de lo que es la realidad que uno considera”⁴.

Así, todas las propuestas revisadas, tales como Rosanoff, Myers, Schulz, Hogarth, Day, se encuentran encaminadas al desarrollo de la intuición, pero desde una óptica racionalista, occidentalizada (eurocéntrica, antropocéntrica, egocéntrica, economicista, hedonista, etc.), de superación personal y sin ninguna propuesta concreta pedagógica en

³ Una matriz hipercompleja, tal y como es llamada por Jacobo Gringberg, un reconocido investigador de la UNAM.

⁴ Testimonio de Yara con respecto a ciertos sucesos que ocurrían en su vida de manera inexplicable, a saber, un viaje que realizó a la india y donde todo se fue dando de manera sorprendente.

torno a un desarrollo completo, una que incluya al ser humano integralmente, es decir, un ser en unidad con su medio social, cultural, familiar, natural, básicamente. Luego entonces, no se ha generado alguna propuesta pedagógica concreta que nos hable de la intuición, de su papel en el desarrollo humano y de su entorno, salvo la realizada por Philip Goldberg, quien en su libro: “La dimensión intuitiva: El descubrimiento de nuestra intuición y su aplicación en la vida cotidiana”, nos realiza una aproximación muy seria y detallada del papel que juega la intuición en la vida cotidiana, sin adentrarse seriamente en el terreno pedagógico, únicamente esbozándolo, además de solo mostrarnos algunos elementos a seguir en el desarrollo de la intuición (hablamos de trabajo con las emociones, con los conflictos personales, la respiración, la toma de conciencia, entre otros más que iremos detallando a lo largo de ésta investigación), cuestión que todos los demás autores no mencionan o se quedan en el camino. Asimismo podemos ver la aproximación del proyecto educativo Nezahualpilli⁵, quien se aproxima un poco más al desarrollo comunitario, pero que deja de lado el cuerpo, sus emociones, la historia familiar y del lugar, además del trabajo corporal e intuitivo.

Otra propuesta de sumo interés es el modelo educativo de Etievan⁶, el cual de alguna manera también nos habla de intuición, solo que de manera indirecta, y además nos

⁵ El modelo educativo Nezahualpilli nos hace una aproximación a los procesos formativos en escuelas rurales, donde lo que se toma en consideración son las características de la comunidad y con base en ello se realizan los programas educativos y las clases a seguir, es decir, sin representar un gasto extra para la población y retomando la cotidianeidad para de ahí partir en el aprendizaje, en lo real, en lo vivencial, contextualizando el aprendizaje, en los problemas reales de la comunidad. Es por ello una interesante propuesta que debe de ser considerada, ampliada y mejorada. Para mayor información consúltese la obra: Pérez, A. (1999). Nezahualpilli: Educación preescolar comunitaria. México: Plaza y Valdez.

⁶ Dicho modelo fue estructurado en Venezuela, a través del trabajo cotidiano en las aulas, del trabajo personal y del trabajo con los alumnos. Dicho modelo, propuesto por Nathalie de Etievan, surge como una necesidad de una nueva propuesta ante un vertiginoso e insensible mundo como el nuestro, donde la atención se encuentra situada afuera, en todas partes (en el placer, en el dinero, en lo material, en el poder y el egoísmo) menos en la vida misma, es decir, en nosotros mismos (claro que no estamos hablando de un sentido egocéntrico, narcisista, sino del trabajo personal, puesto que al encontrarnos primeramente nosotros mismos, todo comenzará a cobrar sentido, pero esto será abordado posteriormente). Dicho proceso será inconsciente, puesto que lo hacemos de manera automática, condicionada, sin darnos cuenta de ello, y el hacerlo consciente, a través de colocar la atención en todo lo que hagamos (primeramente en nuestro cuerpo y posteriormente en otros elementos, cuestión que posteriormente abordaremos), es la propuesta de dicho modelo. Es por ello que este modelo propone una nueva aproximación a la educación trabajando primeramente uno mismo, a través de ciertos ejercicios y de la atención consciente, cuestión que explicaremos muy pronto.

hace un gran énfasis en la experiencia directa con lo que se esté estudiando⁷ y el trabajo de la atención consciente, cuestión que por supuesto nos llevará al desarrollo de la intuición (tanto del alumno como del profesor).

En este entendido podemos ver que no existe como tal una propuesta pedagógica académica de la intuición, que aborde el desarrollo del sujeto y el papel de la intuición (además de todos los elementos para desarrollarla en el proceso personal), su cuerpo, sus emociones, su familia, la sociedad en la que se desenvuelve, etc. es decir, un ser integral inscrito en las coordenadas socio-histórico-culturales, familiares, corporales y naturales, salvo la pedagogía de lo corporal desarrollada por el doctor Sergio López Ramos (solo que ésta no contempla, al menos como en esta investigación, a la intuición y su desarrollo, siendo el gran aporte de este minucioso estudio); así que un ser que con dichas características debe de trabajar de la misma forma, integralmente. Puesto que se ha visto a lo largo de la historia que la mayoría de las propuestas educativas y de salud (y por lo tanto de una educación para la salud) se encuentran bajo un esquema economicista, político, capitalista, industrializado, predominantemente racionalista, que en realidad buscan la generación de un excelente obrero que genere más recursos y más capital. Por lo tanto, el verdadero desarrollo de cada sujeto llega a ser tema secundario, inclusive no importa, lo que realmente urge es la plusvalía y la generación de un modelo de salud que mantenga activa la mano de obra, pero sin tocar las más íntimas fibras de cada sujeto (emoción, cuerpo, intuición, conciencia, razón) y lo movilicen a realizar propuestas verdaderas para si mismo, para su gente y para el entorno.

En este sentido, el modelo pedagógico de lo corporal nos dice que los factores socio-histórico-culturales (económicos, familiares, filosóficos, éticos, morales), religiosos y nutricionales, se encontrarán relacionados estrechamente con el desarrollo del cuerpo-sujeto, teniendo sus repercusiones directamente en su cuerpo (el documento vivo), en sus emociones, en su aprendizaje, en su psicología, en su fisiología, en su espiritualidad, en su

⁷ Si, por ejemplo, durante la clase se ve algún tema sobre la naturaleza o sobre algún animal, en la medida de lo posible, se hace todo lo necesario para que el alumno participe con su experiencia directa en dicho tema, llevando al animal a la clase para que, en la medida de lo posible y sin perjudicar al alumno, éste pueda tocarlo, verlo, escucharlo, sino, entonces se llevará al estudiante al lugar propicio para tener la experiencia con lo que se esté viendo en clase.

forma de pensar, de actuar, y en sus relaciones intersubjetivas, cuestión no abordada por los diferentes discursos científicistas, debido a un proceso histórico ya visto, la dualidad cartesiana.

En este mismo sentido, dicho modelo nos menciona la interrelación del sujeto con su medio, es decir, del microcosmos con el macrocosmos, al mismo tiempo que nos deja ver la relación, al interior del sujeto, de las emociones con cada órgano, de acuerdo con la teoría de los cinco elementos o fases, teniendo así una estrecha relación de las diversas manifestaciones naturales, sociales, culturales e históricas (espacio-temporales) con los procesos corporales y de aprendizaje de cada sujeto, es decir, con sus enfermedades, con sus construcciones personales. Luego entonces, la pedagogía de lo corporal nos dice que será necesario, indispensable trabajar con el cuerpo y su memoria, puesto que éste es la concreción de lo ya mencionado, un documento vivo, y por lo tanto será el lugar de trabajo para que, primeramente de forma individual, se logre acceder a un cambio social, espacio-temporal.

Así nosotros nos adherimos en parte a dichas propuestas (Philip Golberg y el modelo educativo Etievan), y por supuesto a la propuesta epistemológica de Sergio López Ramos (descrita a lo largo de toda esta tesis), solo que con los resultados obtenidos a través de ésta investigación, se puede generar una propuesta pedagógica académica integral, haciendo énfasis en el desarrollo de la intuición y del ser humano en todas sus partes constitutivas. Con ésta propuesta se pretende dar a conocer cuales son los factores históricos, sociales, familiares, corporales, alimenticios, intuitivos, etc., que deben considerarse para los procesos formativos de los sujetos y su entorno.

4.2 METODOLOGÍA

Dado la problemática y el contexto de esta investigación, las preguntas de investigación son las siguientes:

¿Cómo influye en la construcción corporal e intersubjetiva de la persona una pedagogía de la intuición?

¿Cómo influye el dominio de la visión occidentalizada (egocéntrica, antropocéntrica, eurocéntrica, predominantemente racionalista, economicista, materialista y hedonista) en la construcción personal?

¿Cómo es una construcción corporal e intersubjetiva donde la intuición es considerada en los procesos formativos?

Teniendo como objetivos particulares y generales:

Objetivo general:

El objetivo del presente estudio es comprender e interpretar cuales son las repercusiones corporales e intersubjetivas en torno a una pedagogía donde la intuición es integrada en un proceso educativo en la construcción de la persona.

Objetivos particulares:

Comprender e interpretar como es una construcción corporal e intersubjetiva en un ámbito donde predomina una perspectiva eurocéntrica, egocéntrica, antropocéntrica, capitalista y predominantemente racionalista como una forma de ver y vivir el mundo.

Comprender e interpretar como es una construcción corporal e intersubjetiva en un ámbito donde la intuición es considerada implícitamente dentro de un proceso formativo como una forma de ver y vivir el mundo.

Comprender e interpretar como es una construcción corporal e intersubjetiva en un ámbito donde la intuición y la razón se encuentran articuladas armónicamente en el cuerpo como una forma de ver y vivir el mundo.

4.2.1 Método

Se está trabajando con una metodología del tipo cualitativo, es decir, se da una primordial importancia a las cualidades de los eventos más que a los rasgos estadísticos y a la manipulación de variables que intervienen en el proceso. En el orden cualitativo lo que importa es el proceso formativo, la voz de los sujetos sin historia, sin pretender realizar inducciones ni deducciones, es decir, no pretende crear leyes universales, sino simplemente comprender los procesos personales que puedan relativizarse y no generalizarse.

4.2.2 Participantes

Para dar cumplimiento a los anteriores objetivos se contó con la participación de un grupo de personas esencialmente:

1. Grupo de gente que practique meditación (Yoga kundalini, Budismo y Tai Chi)

De esta manera se contó con la participación de 14 personas en total, mayores de 25 años, sin distinción de raza o sexo. Se eligió principalmente a gente que practique meditación puesto que se supone que éste tipo de población trabaja directamente con su cuerpo, con sus emociones, con la toma de consciencia, con la atención consciente, con el movimiento a partir de la respiración, con un pensamiento intuitivo y racional, es decir, con un proceso formativo integral, cuestiones que abordaremos más adelante.

4.2.3 Escenario

Las entrevistas se realizaron en diversos lugares, que van desde el Centros de meditación, lugares de trabajo, hasta en sus propios domicilios. Dichos lugares contaron con ciertas características en la medida de lo posible, tales como que estaban libres de ruido, de distractores y de otros factores que pudieron cambiar el rumbo de la investigación. Los sujetos así debían sentirse cómodos en dichos espacios, es decir, se eligió una atmósfera donde el sujeto pueda explayarse.

4.2.4 Técnicas o instrumentos

Se trabajó con un cuestionario guía el cual proporcionó las líneas directivas para la obtención de la información sin coartarla, es decir, marca el rumbo de la entrevista sin obstruir lo que la persona entrevistada quisiese decir. Se trabajó con historias de vida, desde la historia oral, según Aceves, 2000.

Grabadora de voz, computadora, Software Naturally Dragon Speaking.

4.3 LOS PROCESOS FORMATIVOS EN TORNO A LA INTUICIÓN

En las entrevistas realizadas hemos podido conocer un poco más sobre el papel de la intuición dentro de un proceso formativo del cuerpo-sujeto y en su vida cotidiana.

Es aquí, ante la realidad, donde uno puede dar cuenta de lo que realmente está sucediendo en la vida de las personas, de las concreciones de ciertos discursos políticos, económicos o sociales y sus repercusiones en el diario acontecer.

Las entrevistas nos han dado una nueva posibilidad de hablar del sujeto desde el sujeto, no desde los libros, revistas, teorías o de las diversas disciplinas que intentan dar cuenta de éste. Es él, quién, desde su propia voz, nos cuenta el relato más grande del mundo, su vida, su diario devenir, lo que siente, cómo lo siente, lo que piensa, nos habla de sus relaciones con los demás (intersubjetivas) y de todo aquello que revolotea en su interior.

Son ellos, quienes con sus experiencias, nos han aportado grandes pistas a seguir en este camino de la intuición, en sus manifestaciones, en cómo poder desarrollarla, trabajando con uno mismo, con acciones tales como la meditación, la contemplación y otros aspectos que iremos desglosando brevemente.

Hemos podido darnos cuenta a través de las entrevistas (y de la teoría basada en el pensamiento de López Ramos) que un factor de gran peso en el desarrollo de los sujetos y

su forma de ver y vivir el mundo es la sociedad, el ambiente, la familia, la situación económica, la política, las costumbres, la educación, y otros factores que logran concretizarse en el cuerpo, la mente, la ideología, las emociones y las formas de actuar del cuerpo-sujeto.

De esta manera, en la propuesta de construcción de una pedagogía de la intuición, debemos de considerar que lo que afecta o desarrolla al sujeto y su intuición no solo es el uso excesivo de la razón, como actualmente lo podemos ver en los planes de estudio y en las vidas cotidianas de los sujetos entrevistados, sino que también intervienen factores tales como la explotación de los sentidos, las costumbres, la religión, es decir, la sociedad y sus altas exigencias que no permiten que el sujeto se desenvuelva plenamente y logre alcanzar un desarrollo integral.

Es así que en el proceso formativo de la intuición y de los sujetos de forma integral, existen ciertos elementos a seguir, ciertas categorías que nos hablan de un proceso completo. Así podemos encontrarnos en primera instancia con la insatisfacción de los sujetos y su propio reconocimiento, del hartazgo ante lo que se está haciendo, con algunos motivadores (enfermedad, experiencia al borde de la muerte y experiencia inexplicable) que impulsan al sujeto a darse cuenta de su realidad y optar por otros estilos de vida más acordes con el curso de la vida.

Posteriormente nos encontraremos con la presencia de algún tutor o maestro que dirija el proceso formativo, el cual dará y propiciará algunas técnicas a desarrollar tales como la respiración en conjunción con la meditación como un medio para aquietar a la mente y sus altas exigencias, así como la contemplación, tomar distancia, la toma de conciencia, además de otros elementos que iremos describiendo en breve, mismos que nos arrojarán resultados sumamente interesantes en varios niveles, corporal, emocional, intersubjetivo e incluso, con el entorno. Dando lugar a una propuesta académica encaminada a seguir dichas técnicas, con el objetivo de mejorar la calidad de vida de los sujetos, de la sociedad y del ambiente en general. Pero comencemos.

4.3.1 Motivo del cambio

A través de las entrevistas realizadas pudimos darnos cuenta de que gran parte de ellos presentaban ciertos elementos en común que los orillaron a realizar un cambio en sus vidas, puesto que había algo, su intuición, que les decía que el rumbo debería de virar.

4.3.1.1 Insatisfacción

Concretamente hablando, hemos podido percatarnos de que todos los entrevistados (salvo Pedro) primeramente muestran una cierta insatisfacción, un vacío, un hartazgo ante la vida que habían llevado hasta ese momento. Algo desde dentro (su intuición), les decía que su vida no se encontraba bien y que había que buscar otras opciones para poder vivir bien, plenamente:

“[...] no estaba contenta, no, había algo que yo no sabía qué era que no acababa de hacer click. [...] Yo trabajaba muchísimo, estudiaba muchísimo, eh, en cuestiones productivas, la verdad que me iba muy bien. Estaba muy cerca de terminar de pagar mi departamento, no tenía ningún problema, cotidianos, reales, cualquier persona que viera diría Ah, pero si estaba todo bien, ¿no?, ahora sí que y ¿qué quieres?, pero no estaba todo bien, había algo, yo no sabía qué era, pero me faltaba, no me sentía feliz”⁸.

Un entrevistado, Antonio, se sentía con un hartazgo ante su vida cotidiana, y así buscó por el camino del arte y posteriormente, la meditación (budismo tibetano). Existía algo, sensaciones, sentimientos, algo internamente que los movió a buscar por otros caminos. Es esta insatisfacción ante lo que se está haciendo, ante el trabajo, ante la cotidianidad, la que denota que nuestro ser más auténtico no se encuentre bien y éste busca mecanismos para poder gritarlo a los cuatro vientos. Nuestro ser más auténtico está inquieto y quiere ser escuchado. Gardenia por su parte nos dice:

J. ¿Qué es lo que la trajo al Yoga Kundalini?

Gardenia. Yo creo que fue un, un deseo interno de un cambio de vida. Como ser humano tuve mi etapa de sufrimiento, tuve mi etapa de mucho éxito, mucho éxito, mucho poder,

⁸ Fragmento de la entrevista realizada a Maura.

pero al mismo tiempo de que manejaba mi área de mucho poder, y mucho reconocimiento y mucha fama, al mismo tiempo había mucho sufrimiento, entonces como que eso me, me hacía crisis y yo buscaba algo, algo que me sacara de eso que yo venía viviendo, y en esa fase es que me encontré con Kundalini. [...] tenía claro que eso no lo quería yo hacer, hastío de las cosas, hastío de ese tipo de vida, vacío existencial, era un vacío existencial, yo decía: “si yo me sigo por esta línea yo voy a caer en un vacío” (carraspea).

En este sentido López Ramos (2000) nos dice que efectivamente existe una alteración, un desorden, que nuestros cuerpos sufren debido a la falta de congruencia entre lo que pensamos, hacemos, sentimos y vivimos, y esto lo podemos ver en la generación de un vacío interior, de insatisfacciones muy grandes debido a nuestra falta de comunicación con nuestro entorno, con nuestros semejantes y con nosotros mismos. “El vacío [...] se puede explicar cuando los sujetos entran en crisis permanente y en proceso de desvalorización porque no existe un vínculo entre lo que se desea y lo que se hace en la vida real. Los ritos impuestos en el cuerpo no corresponden con las expectativas de la familia y eso hace crisis en el sujeto”.⁹

Es así que nuestro ser, a través del cuerpo, comenzará a lanzar mensajes, en forma de intuiciones, que nos recordarán constantemente que lo que hacemos podría no ser conveniente para nuestra salud, nuestro desarrollo y el de nuestro entorno. De esta manera, los entrevistados demostraban una seria insatisfacción, un vacío, un hartazgo ante la vida, o simplemente no se sentían satisfechos, llenando dichos vacíos con altas exigencias (corporales, laborales, emocionales, etc.) como nos lo menciona Yara, una de los entrevistados: “[...] yo estaba muy orgullosa de ser cómo era, era una inconsciente total (risas), yo no sentía así vacío, como, yo creo que el vacío que podría haber sentido lo llené con mi trabajo, y con el orgullo de mi trabajo, y las felicitaciones de la gente para la que trabajaba y el ingreso económico que eran pues una, una demostración de que, de que yo estaba bien, trabajaba yo mucho, muy intensamente, en horarios muy largos.”

⁹ López, S. (2000). Op. Cit. P. 42.

Laura, así como muchos otros entrevistados, sentían que algo les hacía falta, no se sentían satisfechos del todo, se sentían incompletos, o no se sentían contentos; su intuición les decía que debían de buscar lo que realmente les llenara, no cosas materiales:

J. ¿Antes como te sentías?

Laura. No me sentía contenta, yo pensaba que era porque no tenía, no había salido de viaje, porque no había comprado esto, porque no había comprado aquello, todo, todo era así, y luego me daba cuenta que compraba o viajaba, o hacía y ya, como que me quedaba así el vacío, en cambio ahora no, este camino espiritual o este trabajo de yoga me da la mejor de las satisfacciones y quiero estar todo el tiempo dedicada a eso...

Maura, Gardenia, Alejandro, Laura, Jorge, Víctor, Antonio, al igual que Yara, Gala y Sara, consiguieron lo que querían, en la cuestión profesional y económica, sin embargo, sentían que estaban incompletos, que algo les hacía falta, su intuición les decía que algo hacía falta en sus vidas:

“[...] porque era mi meta lograr muchas cosas dentro de la industria farmacéutica, porque yo me movía en la industria farmacéutica y si lo logre, logré escalar todos los puestos, me lo puse como meta y lo logre, me tenía que titular, tenía que estudiar inglés, tenía que cumplir con todo lo que tenía que cumplir ahí y si, me gustó, lo hice y todo, pero no me daba esa satisfacción que me dio ahora todo esto.”¹⁰

Víctor por su parte nos platica: *“[...] yo no estaba feliz en México, tenía una novia guapa, este, vivía en Coyoacán, tenía un buen trabajo, ya era coordinador de capacitación, yo trabajaba, ella trabajaba, ganábamos muy bien entre los dos, vivíamos en Coyoacán, entonces estaba bien, o sea, dentro de la parte material, toda mi vida estaba muy bien, pero no estaba contento, no estaba feliz. [...] estábamos viviendo en Coyoacán, entonces pero no estaba contento, entonces yo me sentía infeliz, insatisfecho, a pesar de tener todas estas cosas a mi alrededor, pues no”*

Alejandro nos platica: *“A pesar de que había conseguido muchas cosas, cosas que no les daba el valor que tenían también por sí solas, no entonces, este, de tener una buena*

¹⁰ Fragmento de la entrevista realizada a Laura.

familia, de tener buenos hijos, de tener buena esposa, de tener buen traje, de tener respeto de la gente con la que trabajas, o sea, quizás también dentro de todo también tenía cosas de las que me hiciera sentirme orgulloso, pero ante mí, todo eso no valía, por qué, porque me sentía fracasado.”

La intuición se manifiesta constantemente en la vida cotidiana, en la resonancia que hacen ciertas frases, actitudes, enseñanzas, etc. que nos mueven a decir que “eso no gusta”, que eso es lo que andamos buscando, puesto que lo demás nos resulta inconcluso, faltar, carente. Jorge nos dice lo siguiente:

J. ¿Donde aprendiste esta cuestión de ver por el otro, de cumplir la palabra?

Jorge. Ah, pues porque para mí siempre ha formado parte de mi filosofía personal [...].

J. ¿Entonces desde pequeño ya lo traías?

Jorge. No, creo que lo desarrollé, desde pequeño no.

J. ¿Cuándo entraste a la cuestión del Tai Chi y del yoga fue cuando desarrollaste esto?

Jorge. Si, si sí, cuando empiezo a conocer lo del conocimiento interno es cuando empiezo a ver, a estudiar y ah, yo veía que estudiaba cosas que yo decía ‘ah, esto me gusta’, entonces yo buscaba, yo decía que había una forma de vivir mejor, que había una forma en la cual te podías sentir mejor y que podías ayudar a los demás, entonces en eso yo siento, lo veía así, era una forma de que, de poder, y que de, tener poder para ayudar a los demás no para aplastar a los demás”.

Los mensajes resultan ser muy claros, a veces contundentes, a veces muy sutiles y no tan evidentes. Nos dicen que algo está pasando, que algo no anda bien, solo que nos hacemos los sordos, ciegos y mudos y solamente deseamos permanecer en nuestra zona de confort. Y si la intuición es la manifestación de nuestro ser más auténtico, entonces esto significa que realmente nos encontramos sufriendo. Jorge nos platica:

“[...] muchas veces el espíritu nos llama y nosotros no queremos escuchar, nos hacemos los sordos, entonces muchas veces te tiene que reventar el tímpano, y éste, con un caracol así como que (imita el sonido de un caracol prehispánico), a ti te estoy hablando, ¿no?, escucharme, no te hagas el desentendido, que la virgen te habla, o sea, yo recuerdo muchas palabras de ella (refiriéndose a una amiga) que decía, si no te hubiera pasado eso,

no te hubieras metido más en estos rollos, o sea, porque estabas tan metido en el dinero que te habrías olvidado de tú otro mundo, si no hubieses llamado, tenido ese llamado del espíritu y esa experiencia onírica que tuviste, dice, tú hubieras seguido allí, de empresario, yo así lo comprendí y así lo tomo, porque gracias a eso fue como que vi el otro lado que había descuidado.”

Luego entonces, si todo el tiempo tenemos nuestra atención hacia todo lo externo, lo material (casas, coches, aparatos electrónicos, etc.) el dinero, el poder, la belleza, el estatus, etc., entonces la solución será tomar un rumbo distinto y comenzar a colocar la atención hacia adentro (a través de la atención consciente), hacia nuestro interior y ver qué es lo que realmente está pasando.

“[...] cuando uno vuelca la atención hacia dentro, entonces ve que sucede en el universo interno, que hay adentro de uno, o sea, que se, que se mueve internamente, ¿no?, que está pasando en, en una vida que no tiene satisfacción, que, que, que está pasando en una vida que, que es recurrente en problemas, entonces la única manera de detectar eso no, es volcar la atención interna, ¿no?, ¿por qué no tengo satisfacción?, ¿cuál es la causa, hago todo y no tengo satisfacción?, entonces, chécale adentro, no esta afuera, ya te diste cuenta que tuviste los coches que has querido y tu insatisfacción sigue, entonces no son los coches, verdad, la satisfacción, ya tuviste ciertas parejas, y la insatisfacción perdura, tienes un buen trabajo, estás ganando buen dinero, pero sigues insatisfecho, sigues este, generando problemas, o sea, tienes una vida problemática, no eres feliz, sufres, hay dolor, entonces es cuando hay que volcar la atención hacia adentro.”¹¹

Por lo tanto, el cambio deberá ser integral y se verá reflejado en todas las esferas de la vida cotidiana. Así, si el proceso comienza desde el interior, desde la raíz, entonces todo comenzará a cambiar paulatinamente, la forma en como aprendamos, la forma de relacionarnos con los demás (nuestras relaciones intersubjetivas), nuestras relaciones laborales y familiares, nuestro trabajo, nuestra salud, nuestro cuerpo, etc., por supuesto que a través de los diferentes elementos (que tienen en común las diversas disciplinas orientales estudiadas) que iremos describiendo.

¹¹ Fragmento de la entrevista realizada a Antonio.

Asimismo, pudimos ver algunos detonadores que propiciaron un cambio radical en nuestros entrevistados, a saber, la enfermedad, una experiencia al borde de la muerte y una experiencia inexplicable. Así éstos grandes maestros, con sus enseñanzas tan directas, aceleran nuestro proceso interior, y las enseñanzas de esos tres grandes maestros nadie las puede enseñar.

4.3.1.2 La enfermedad

La enfermedad fue la guía para algunos de nuestros entrevistados, como Jorge, César, Alejandro, Laura, Pedro y Gardenia, que se vieron obligados por cuestiones de salud a recurrir a estas disciplinas orientales (integrales).

“[...] yo lo he vivido en carne propia, yo de chavo, estaba, incluso, no se si sea regla, pero, pero según la biografía que he leído de los maestros, curiosamente casi todos los maestros no les gustaba el Tai Chi, se vieron obligados a practicarlo por sobrevivir, el gran maestro que te platico, el maestro Cheng Man Ching el padeció de tuberculosis, a la edad de veintitantos años, entonces su maestro lo mandó practicar y dijo que, un monje taoista le dijo que, ‘si quieres salvarte, si quieres seguir viviendo ponte a practicar Tai Chi’, entonces se puso a practicar Tai Chi tradicional, e hizo a un lado la tuberculosis, pero cada que intentaba dejarlo como que le quería regresar, entonces dijo él, comprendió que el Tai Chi lo tenía que practicar toda su vida y así varios maestros estaban enfermos y con la práctica del Tai Chi se aliviaron, quién sabe. A mí en mi experiencia personal, yo de chavo, curiosamente, eh, lo único que no me gustaba eran los ejercicios, yo nunca pensé que iba a vivir de dar clases de ejercicios, yoga o Tai Chi o lo que fuera, de ejercicios, yo consideraba que los ejercicios era perder el tiempo, yo me pasaba todo el tiempo leyendo, estudiando y entonces mi cuerpo estaba muy débil, estaba muy, ya a los 13 o catorce años yo padecía de reumatismo, fiebre reumática, y éste, yo me vi obligado a, a, entonces no podía hacer ningún ejercicio fuerte, estaba tan frágil que ningún ejercicio fuerte, entonces con lo primero que yo me allegue fue del yoga, y luego, al poco tiempo del Tai Chi, entonces era algo que si podía hacer, que no era brusco, que no me exigía, no me requería

*un, una exigencia física, porque yo no podía, si tenía alguna exigencia física yo no podía, yo estaba muy frágil, entonces a través del yoga y del Tai Chi yo empecé a recuperarme”.*¹²

Un cuerpo enfermo es la advertencia de que algo no anda bien en nuestro interior, de que nuestro ser más auténtico se encuentra tal vez insatisfecho y la manera de hacerse escuchar es a través de la enfermedad: *“Llegué ahí porque seguido me enfermaba de la garganta, me enfermaba de, este, me, me lo, me sentía como con mucha tensión, con mucha tensión, me tensionaba el trabajo, me tensionaba todo, entonces, este, esta amiga Bety, me acuerdo que me decía, este ¿Por qué no haces Yoga, amiga?”*¹³

Alejandro, por su parte, nos platica que optó por el Tai Chi debido a un problema de neuritis óptica (originado por el estrés y la crisis económica del 94), que más tarde, a no ser por el Tai Chi, se hubiese convertido, probablemente, en una esclerosis múltiple declarada. Hoy día él se encuentra en muy buen estado de salud general, es una persona muy accesible, cooperativa, cálida, alegre y es un muy buen maestro de Tai Chi (además de ser un buen médico alópata):

“[...] el proceso de entrada a tomar Tai Chi fue un proceso que deriva de una enfermedad, eh... y esta enfermedad se deriva de la situación del año de 1994, donde hay una devaluación en donde se pone en riesgo, este, el patrimonio de la familia que es la casa y... y una situación patronal que yo consideraba pues como un fracaso, ¿no?, este, de tipo material junto con eso, después el manejo de la deuda en aquel entonces se me desarrolla una enfermedad que es una neuritis óptica. [...] Siendo yo médico, siendo yo un médico especializado en donde todo es intervención, se me desarrolla una enfermedad en la que no me podían dar ningún medicamento, se me desarrolla por tanto una depresión, [...] había leído algo sobre Tai Chi y un día le digo a mi esposa, ‘lo que necesito hacer es el Tai Chi’ y ¿por qué? yo sabía que la respuesta, que la respuesta a mis problemas yo la iba a encontrar dentro de mí, yo necesitaba algo que me ayudara a la introspección, a encontrarme conmigo mismo. [...] bien podría ser el inicio de una esclerosis múltiple, una enfermedad degenerativa y debilitante y pues que va terminando con las personas en un

¹² Fragmento de la entrevista realizada a Jorge.

¹³ Fragmento de la entrevista realizada a Laura.

lapso de 5 a 10 años, entonces yo me veía paralizado en 5 ó 10 años, y ya llevo 10 y me siento bien fuerte.”¹⁴

Así, la enfermedad fue un camino a seguir, un detonador que impulsó un cambio en la vida de nuestros entrevistados, arrojando resultados muy buenos, y a veces sorprendentes.

4.3.1.3 Experiencia de muerte

Otro de los detonadores es la experiencia de muerte, donde te encuentras al borde del abismo, al borde de la muerte y es entonces cuando revaloras toda tu vida, donde cobras conciencia de lo que realmente es importante para ti y lo que crees que lo era. Así, ante una segunda oportunidad, tu vida da un giro completo:

“[...] tengo un accidente, que casi me muero, y como casi me muero pues me doy cuenta de que, bueno, haber, como que una pausa, ‘qué onda, te estás muriendo tontamente, no te estás llevando ningún carro, ni la cuenta del banco, ni los departamentos, ni nada, ni el rolex, ni nada, y ya, te estás muriendo, y para todo lo que le has dedicado estos años, ¿te ha servido de algo?, ¿te estás llevando algo?’, y yo así como que yyyyy, me estoy muriendo tontamente y no me estoy llevando nada, y me prive de hacer esto, y esto, y esto que quería hacer, ¿no?, pues ni modo. Entonces, éste, yo a mi mismo me dije, ¿si tienes un segundo chance que harías?, de lo que dejaste de hacer, entonces ya en ese segundo chance dije, nada más lo que me gusta, ya no voy a hacer lo que no me gusta, y pues tuve el segundo chance y por eso nada más hago lo que me gusta, lo que no me gusta no lo hago, tuve el segundo chance, le dije ‘sí me toca, si me das un segundo chance, pues nada más voy a hacer lo que me gusta’ yo dije ‘no vale la pena gastarse en lo que, en lo que no te gusta y porque no te vas a llevar a final de cuentas nada’, y ya me estaba constando, ¿no?, ya me estaba constando, así, un poquito, me constó, [...] pero padre, porque yo pienso que si no hubiera pasado por esas experiencias, yo hubiera seguido aferrado al dinero”.¹⁵

¹⁴ Fragmento de la entrevista realizada a Alejandro.

¹⁵ Fragmento de la entrevista realizada a Jorge.

4.3.1.4 Experiencia inexplicable (fuera de los límites de la razón)

Otro de los grandes detonadores o maestros, en mayor o menor medida es una experiencia de vida que carezca de toda explicación lógica, puesto que son éstas enseñanzas las que nos dice que existe algo muy distinto a lo que podemos ver y percibir de manera cotidiana, analítica y racionalista. Así, Jorge nos habla de su experiencia con los Huicholes:

“[...] en ese momento yo sentí un impacto, o sea, de mi razón, que yo estaba viendo un panorama distinto y según mi experiencia pues estaba todo espinado de la otra vez y que no se dónde andaba, en el desierto, ¿no?, entonces cuando él me dijo eso, me puso a chocar mi razón con mi intuición, me dijo el ‘no, no, no me hagas eso’, dice, porque en ese momento me dio como temperatura, me sentí muy mal me dijo, ‘no me pongas a pelear el tonal con el nahual, porque aquí te me mueres, dice no, piensa en otra cosa, piensa en otra cosa, no trates de explicar las cosas, esto no se explica, si lo quieres explicar aquí te me mueres’.”

También podemos ver otros sucesos en la vida que dan un giro en nuestras vidas de manera paulatina o de golpe, y serán éstos acontecimientos lo que cambien radicalmente nuestra percepción, nuestra manera de actuar: *“[...] yo si siento que cuando hay gente que cae así muy fuerte, sale también muy rápido, y hay una transformación grande, y es lo que yo estoy viendo en el reclusorio, que el efecto del yoga como que es más fuerte en ellos, y la transformación es más rápida”*.¹⁶

4.3.1.5 Incongruencia y desgaste energético

La mayor parte del día nos encontramos en constante conflicto, ya que gran parte de lo que hoy día pensamos, sentimos, y actuamos, es el resultado de un largo proceso socio-histórico-cultural, familiar, y eso, en muchas ocasiones no resuena en nuestro interior, nos resulta ajeno, es incongruente. Es decir, nuestra sociedad nos indica que debemos ser exitosos a través del dinero, de una buena posición económica y social, del individualismo,

¹⁶ Fragmento de la entrevista realizada a Yara. Yara nos narra su experiencia con respecto a un recluso, puesto que ella hoy día da clases de yoga kundalini en el reclusorio X, como un programa de apoyo.

de la imagen, a veces, de un serio egoísmo, y un largo etcétera, en tanto que nuestro cuerpo y consciencia ligados al espacio unificado, es decir, un cuerpo (integral) evolucionado junto con esta Tierra, con este sistema solar, uno articulado con su entorno, nos dice que el camino es otro, la cooperación, la vida, las interrelaciones o interconexiones, lo racional y lo irracional en equilibrio. Luego entonces, ese constante conflicto entre lo que se nos dice que debemos de hacer y lo que realmente sentimos, propicia un alto desgaste energético, emocional, corporal, mental y espiritual y por lo tanto, nuestra intuición nos dirá que algo no anda bien, será un motivo de cambio.

Nuestra intuición nos expresará constantemente que lo que hacemos puede no ser lo mejor, que lo que hoy día pensamos, sentimos y hacemos puede ser ajeno a lo que realmente deseamos y sentimos, escucharla y cultivarla entonces es un excelente camino para un desarrollo integral (nuestro y de nuestro entorno), para evitar un desgaste energético, corporal, emocional, mental, etc. La intuición entonces será nuestro ser más auténtico hablando sobre nosotros mismos, un ser extendido, articulado, ligado a su entorno, y como tal, sabrá lo que nos conviene, a nosotros y a nuestro entorno.

Pero, en esta cuestión del desgaste energético, emocional, etc. además de escuchar a nuestra intuición, también habrá que escuchar la parte filosófica de las diversas disciplinas orientales¹⁷, (el tao te ching, el arte de la guerra, el Bhagavata Gita, los diversos sutras etc.), que contienen elementos éticos, morales, de compasión, de apoyo, estrategias para desarrollar el valor, la fortaleza, reconocer el egocentrismo, la impermanencia, etc., puesto que éstas enseñanzas devienen de la contemplación directa del *continuum* estético diferenciado e indiferenciado, es decir, no provienen, como gran parte del mundo occidental, de la postulación teórica, del a priori, de la teoría, de la tautología, del imaginario (que no corresponde a la realidad, sino que crea la suya),¹⁸ y por lo tanto, resonarán en nuestro interior: “*entonces me di cuenta de eso desde el budismo estaba en mi*

¹⁷ Como hemos podido percatarnos que sucede en las diversas disciplinas, como el Zen, la Yoga kundalini, el Tai Chi, Chi Kun, y el Budismo, que contienen su parte filosófica.

¹⁸ Cabe mencionar que también existen excelentes enseñanzas sensibles que provienen del mundo occidental, solo que, desgraciadamente, es la menor parte, en comparación al mundo oriental.

corazón”¹⁹, y serán permanentes, como el universo²⁰, en tanto que las filosofías y valores sociales occidentales, que vienen preponderantemente de la razón, del análisis, del a priori, van cambiando de manera dialéctica, como las leyes, las políticas, las diversas filosofías y modelos económicos que se deshacen los unos a los otros, que dejan de ser vigentes a cada instante y no corresponden a la realidad, crean la suya, resultan incongruentes con la vida y su desarrollo evolutivo. Pero, hacer caso también de dichas enseñanzas (basadas en la contemplación directa del *continuum* estético diferenciado e indiferenciado) propiciará que tengamos más energía, en el amplio sentido de la palabra, puesto que las “emociones negativas” son muy desgastantes:

*“[...] los preceptos éticos, la práctica de la virtud, de la moralidad, haz de cuenta, que tú tengas una conciencia intranquila, remordimientos de conciencia por acciones, eh, reprobables moralmente, lo que trae es que te consume tu energía, tu energía no está disponible. Cuando tú haces un proceso de purificación a través de la ética, lo que hace es crear más energía. Y lo ves en la gente, o tú lo sientes, tú sientes sensaciones de mayor calor, o sientes que estás irradiando, no sé si lo has sentido pero, sientes que estás radiando calor, entonces es, como yo he tenido experiencias de que es un incremento de temperatura o esta sensación de radiación, porque antes no sentía yo, pero ahora es más seguido.”*²¹

Alejandro también nos platica lo mismo refiriéndose al Tai Chi y a la parte filosófica: “*La práctica del, la práctica de la disciplina física te desarrolla la energía interior que ya tienes, esa energía interior que tú tienes, que crece y sabe de lo que estás hecho y conformado, pero eso necesita una base filosófica, ¿me explico?*”. Luego entonces, necesitamos de ambas partes, el movimiento corporal (no de gimnasio o aeróbics solamente, sino un verdadero trabajo corporal que es el que hemos estado describiendo en esta investigación), y la cuestión filosófica.

¹⁹ Fragmento de la entrevista realizada a Maura.

²⁰ Relativamente permanentes, puesto que el universo se encuentra en constante cambio, pero existirán constantes, como la cooperación, que propiciarán la vida y a esas cuestiones nos referimos, lo que haga que la vida pueda sostenerse.

²¹ Fragmento de la entrevista realizada a Víctor.

Los diversos sutras (enseñanzas orales y escritas), y la educación filosófica de las diversas disciplinas estudiadas, de carácter oral o escrito, tendrán también que llevarse a la práctica y no quedarse solamente en el plano intelectual, en la mente, tendrá que trasladarse a la experiencia: *“que de verdad sea una experiencia, este, viva y que no quede en el plano intelectual”*, nos dice Raúl refiriéndose a la enseñanza de la impermanencia de la vida. Ya que de lo contrario, solo serán palabras y nada más. El budismo, así como las demás disciplinas estudiadas, nos hacen un gran énfasis en la experiencia propia, en vivirlo desde todo nuestro ser, no solamente desde el intelecto:

“[...] el budismo plantea, pues experimentala, siéntate en meditación y pues di si la encuentras o no la encuentras. [...] De hecho el budismo es un sistema científico, se basa en teorizar, validar, experimentar, hacer postulados, y pues lo que si no funciona se descarta, entonces, en ese sentido el mismo buda le decía a sus seguidores que no creyeran en él, nada más porque se trataba de él, sino que experimentarán lo que él les comunicaba.”²²

Cuestión que nos libraré ampliamente de prejuicios, de ideologías, de discursos, que solamente nos desgastan en todos los niveles. Por lo tanto, un sentido de culpa, de remordimiento, de rencor, de ambición, incrustados por una cultura y una sociedad en turno, generará un desgaste general en la persona, que a su vez propiciará una depresión o la generación o desarrollo de alguna enfermedad, ya sea de tipo infeccioso (al debilitarse las defensas, debido a una depresión emocional, energético, etc., o a la exaltación de alguna(s) emoción(es) específica(s), el cuerpo estará expuesto a ser blanco fácil de cualquier infección, de tipo viral o bacterial) o crónico degenerativo (hoy día se sabe que la etiología del cáncer tiene mucho que ver con una emoción en exceso, que se desbordó literalmente, miedo o ira; al igual que la diabetes). Luego entonces, hacer caso de nuestra intuición implicará no seguir en la misma dinámica social de las emociones, pensamientos y acciones, es decir, romper con el mismo círculo vicioso, y optar por otro camino, el de la vida guiando la propia vida.

²² Fragmento de la entrevista realizada a Raúl.

La depresión, originada por un conflicto de esta índole, también nos restará energía (en el amplio sentido de la palabra): *“El proceso de depresión es un proceso que te va cargando de oscuridad, si lo podríamos llamar así. [...] te va cargando de falta de energía, te va cargando que seas una persona pasiva, sí, y entonces te vas sumiendo en un abismo que nunca tiene fin.”*²³

También, una de las cuestiones que nos restarán energía será el estar pensando demasiado, ya sea en el pasado o en el futuro (cuestiones ilusorias para el budismo). Así, algo que pasó hace muchos años, o que todavía no ocurre, nos mantiene todo el tiempo al filo de la angustia, el enojo, la frustración, el miedo, entre un sinnúmero de emociones que solamente consumen energía de nuestro cuerpo.²⁴

*“[...] de acuerdo a lo que he aprendido en el budismo, pues el pasado solamente se tiene que usar para, para los buenos propósitos que es el, el, el utilizarlo también como una plataforma de cambio, y el otro para dejar de invertirle nuestra energía en eventos pasados [...] Con respecto al futuro, pues, también basándome en lo que he aprendido en el budismo en no tomarle más importancia de la que tiene, porque es una, yo creo que de las ilusiones, es la más grande [...].”*²⁵

Luego entonces, la solución será colocar nuestra atención en nuestro presente, en lo que estemos haciendo, en nuestro cuerpo (libre de prejuicios), en nuestra respiración y en otros factores que las diversas disciplinas orientales proponen, en un trabajo intuitivo con la guía de un maestro o tutor experimentado.

4.3.2 Tutor o maestro

Hablando de un trabajo personal, se hace necesario la guía de alguien que ya tenga un camino recorrido, así, él, con su experiencia, logrará transmitir parte de lo aprendido, pero él solo fungirá como un guía, no como alguien que puede resolvernos la vida (eso

²³ Fragmento de la entrevista realizada a Alejandro.

²⁴ Energía obtenida a través de los alimentos, de la respiración y la heredada por nuestros padres, principalmente, nos dicen las diversas disciplinas estudiadas.

²⁵ Fragmento de la entrevista realizada a Raúl.

sería una falta de respeto). De esta manera, un verdadero maestro nutrirá nuestras vidas, nos enseñará el camino a seguir, pero no lo cruzará por nosotros, y si alguien dice que lo puede hacer, puede no ser una opción real, auténtica o benéfica.

Un maestro creará una fuerza de trabajo directamente con sus alumnos, se creará una dinámica laboral donde no solo se compartirán experiencias, sino también cuestiones que van más allá de lo que podríamos percibir directamente con nuestros 5 sentidos. Así, un maestro que se muestra decidido a hacer algo ante las dinámicas de la vida cotidiana propiciará un cambio directo en los alumnos, puesto que la labor será conjunta. Es decir, el trabajo será compartido en distintos niveles, unos que no sólo involucran palabras y acciones, sino también interacciones energéticas, intuiciones, intenciones y espíritu.

Un verdadero maestro te enseñará la esencia de la práctica, no de manera superficial, porque eso en realidad no sirve de mucho, pueden ser sólo ejercicios corporales pero nada más, así una verdadera práctica, impartida por un buen maestro, incluye muchos elementos a tomar en consideración (mismos que se abordan en esta investigación), y quien no conozca verdaderamente los fundamentos, estará perdido:

“[...] solamente los grandes, los grandes maestros que inventaron familias y estilos de Tai Chi, y no ahora, luego yo, nada más me da risa, pues bueno es de reír nada más, los gringos que sacan muchas cosas, que dicen que según ellos es Tai Chi, yo le llamaría mejor gimnasio-terapia, porque sería más honesto, pero no Tai Chi, porque Tai Chi es un arte marcial, y gimnasio-terapia muévete como tú quieras, siente qué rico, y todo, y allí no importa el eje del cuerpo, ni que sean movimientos imaginarios de defensa y ataque, ¿no?, porque es gimnasio-terapia y entonces pues, se vale moverse como tú quieras, pero en el Tai Chi si, si es muy importante diferenciar entre Tai Chi aquí gimnasio-terapia, porque en Tai Chi buscas estar muy atento al eje de tu cuerpo, y que es un arte marcial, porque eso se va a comprender en otro nivel, porque es un arte marcial, y porque esos movimientos, o sea que los gringos que nada más copian cosas así, entonces no saben ni porque, y que le llamen Tai Chi, entonces, yo nada más me da risa, luego, porque están

perdidos, ahí nada más te das cuenta quién ha aprendido de un maestro y quién ha aprendido de videos, o de pseudomaestros.”²⁶

Así en todos nuestros entrevistados pudimos ver la guía de algún tutor o maestro con experiencia y trayectoria, que compartió sus conocimientos directamente con sus alumnos y los impulsó en mayor o menor medida. En este entendido debemos recalcar la importancia del trabajo personal, tanto del profesor, tutor o maestro, como del alumno. Éste primero transmitirá sus conocimientos, experiencias, frustraciones, motivaciones, enojos, falta de atención, interés o desinterés, sus intenciones, etc., directamente a los estudiantes, ya sea consciente o inconscientemente. Es por ello que coincidimos con el modelo Educativo Etievan, el cual nos plantea la imperiosa necesidad de trabajar directamente desde dentro:

"Eso quiere decir que necesitamos educarnos a nosotros mismos al mismo tiempo que tratamos de educar al niño. Siempre que tratemos algo positivo por el niño, debemos tratarlos nosotros y viceversa. Necesitamos siempre volver los ojos hacia nosotros, darnos cuenta de que si queremos enseñar algo a un niño, como por ejemplo, a tener más atención de la que tiene, debemos nosotros también pedirnos tener más."²⁷

Deberemos trabajar de manera introspectiva, a través de la atención consciente en el cuerpo, a través de contemplar directamente nuestras primeras reacciones ante lo que estamos enseñando, de fijarnos en nuestra manera de castigar o enseñar al alumno, puesto que gran parte de nuestra condicionalidad (resultado de un largo proceso socio-histórico-cultural, familiar) emerge de manera inmediata y se deja ver en nuestras primeras acciones y reacciones²⁸. En este entendido, en el trabajo, en la labor educativa y en los procesos pedagógicos, todo comienza desde uno mismo²⁹.

²⁶ Fragmento de la entrevista realizada a Jorge.

²⁷ Salzmann, N. (2007). ¡No saber es formidable! Venezuela: Ganesha. P. 37.

²⁸ Debemos entender que nuestras primeras respuestas, generalmente serán de carácter “visceral”, pero no en el sentido intuitivo, sino impulsivo, que nuestras acciones se encontrarán cargadas de ira, de rencores, de miedos, de frustraciones, etc., todas ellas resultado de un largo proceso histórico social y cultural. Siguiendo la misma secuencia, nuestras segundas respuestas se irán al extremo opuesto, es decir, si en un primer

Para ello será necesario colocar toda nuestra atención (consciente) posible directamente en nosotros mismos, puesto que así comenzaremos a ver el porque de lo que mecánicamente hacemos todos los días ante los alumnos, en nuestros hogares, con nuestros compañeros de trabajo, etc., volviéndonos más sensibles a las necesidades cotidianas de la educación (tanto formal como informal):

"Si dispusiéramos de una atención más fina, podríamos ser un instrumento fabuloso de detección. [...]. Al poner nuestra atención sobre ellos, recibimos una indicación de cómo están. De otro modo, lo que hacemos es juzgar o interpretar. [...]. Cuando uno realmente presta atención, muchas cosas se abren, se descubren, se sienten, se comprenden. Uno se torna sensible... y ¡qué insensible es uno, cuando no la tiene!"³⁰

En el momento que no nos damos cuenta de nuestras reacciones condicionadas cotidianas, no nos damos cuenta de que éstas se encuentran cargadas de prejuicios, de egoísmo, de hedonismo y de una serie de factores occidentalizados que ya hemos mencionado. Pero si cambiamos primero nosotros, si nos exigimos, los alumnos también lo harán paulatinamente: "Si cambiamos nuestra situación interna, también cambia nuestra relación con los niños. Ellos sienten muy bien si nos pedimos algo; pero siempre nos arreglamos con lo más fácil, con lo más cómodo y esperamos que los niños hagan los esfuerzos. La manera cómo vivimos no corresponde con lo que les exigimos."³¹

Y sólo a través de una atención consciente, primeramente en el profesor o maestro, es que la educación se tornará más equilibrada: "Sólo por medio de la atención podrán tener un contacto con su vida interior y desde ahí, enfrentar la vida exterior de manera

momento lo prohibimos todo, en un segundo momento lo permitiremos todo. Ninguna de estas dos respuestas estará acorde a nuestro ser más auténtico, ya que ambas vendrán de afuera, y no de adentro. Una tercera respuesta se ubicará en un punto medio.

²⁹ De igual modo, en una reflexión y estructuración pedagógica, si uno se encuentra distraído, con problemas no resueltos, con carencias emocionales y afectivas, reaccionando continuamente, lleno de deseos y pasiones, todo ello nos llevará continuamente por sus propios caminos, dejando de lado el verdadero sentido de la educación, es decir, la vida.

³⁰ Salzmann, N. (2007). Op. Cit. P. 49.

³¹ Op. Cit. P. 88.

propia y equilibrada."³² Es decir, haremos más conscientes nuestras primeras reacciones, además de adentrarnos en un proceso más profundo que se encuentra en nuestro interior, y que es la vida misma. Pero dicha cuestión la abordaremos más adelante.

Pero por ahora, continuemos con los procesos formativos encontrados en nuestros entrevistados, describiendo a continuación las técnicas empleadas en sus desarrollos personales, lo cual dio cabida a grandes cambios en todas las esferas de su vida.

4.3.3 Elementos comunes en los procesos formativos (técnicas)

Dentro de las diversas disciplinas estudiadas (Budismo, Tai Chi y Yoga Kundalini), se pudo ver (a través de las entrevistas) y de algunas observaciones, que existen muchos elementos en común, lo cual nos recuerda lo referido por Northrop acerca del mundo oriental y su resonancia en la población mexicana. Pero comencemos.

4.3.3.1 Disciplina

La constancia, la tenacidad, la perseverancia son fundamentales en una pedagogía de la intuición, en un desarrollo integral, puesto que, como pudimos ver, los entrevistados que mostraban una gran dedicación y esfuerzo, notoriamente lograban cambios muy significativos en su manera de percibir, en su intuición, en sus relaciones con los demás, en su salud, es decir, en sus vidas. En tanto que en otros que llevaban muchos años, y que no se pudo percibir tanta fuerza o dedicación en su trabajo meditativo, integral, no se vio logros tan avanzados como en los primeros. Aquí no podemos hablar de generalidades, puesto que cada quien presentará alguna habilidad especial o algún punto débil en particular, pero lo cierto es que la disciplina y la constancia marcaban una diferencia notable: “[...] *teóricamente tienes que meditar media hora diaria, mínimo, yo a veces medito cuatro o cinco horas en un domingo, pero eso no me sirve, es mejor media hora diaria sin fallar, que un domingo cinco horas, es como ir a un gimnasio, cinco horas un*

³² Op. Cit. P. 50.

domingo y luego en la semana, toda la semana no hago nada porque anduve corriendo de un lado a otro”³³

La constancia, la disciplina será la clave de todo proceso de construcción personal, puesto que de lo contrario solo estaremos en la cabeza. Juan, un entrevistado, nos dice: “*Y ya después de 12 años, puede uno intentar entender el nivel cielo³⁴, si es que ha seguido practicando, ojo, hay que seguir practicando, o sea, no es algo tan fácil*”. Gardenia por su parte nos comenta lo siguiente con respecto a sus alumnos de Yoga Kundalini y la importancia de la disciplina: “*Yo creo que disciplinarse, hay personas que vienen y prueban una clase y regresan a los, a las 3 semanas, o vienen dentro de mes y medio, algunos no regresan, hay otros que vienen cada 8 días, pero hay personas que vienen religiosamente 3 veces por semana, y en esas personas ves los cambios, ellos no se dan cuenta, pero uno como instructor sí se da cuenta.*”

Un día un discípulo le preguntó a su maestro ¿y cuánto tiempo tenemos que hacer éstos ejercicios de meditación?, a lo cual el maestro contestó: “*pues para empezar, mínimo, toda tu vida*”. Así es la constancia, la disciplina de la que se habla, puesto que cuando creemos que el trabajo ya ha terminado, apenas comienza. De esta manera los logros alcanzados podrán verse suspendidos o incluso disminuidos ante una pausa prolongada durante los procesos:

“[...] hubo una ocasión en la que empecé a dejar de hacer pero fue muy corta, creo que fue como un mes, dejé de hacer mis meditaciones, el trabajo de la mañana, y yo me sentía otra vez como antes, me empezaba a sentir inquieta, me empezaba a sentir pues como me sentía antes de entrar a esto, y yo decía, ay, será todo mi trabajo, ahí es cuando empecé a ver que efectivamente estás haciendo un trabajo y estás como removiendo muchas cosas, mucha energía que traías ahí acumulada.”³⁵

³³ Fragmento de la entrevista realizada a Yara.

³⁴ En el Tai Chi se consideran 3 niveles de manera no estricta, puesto que no existe la competencia, el nivel tierra, el nivel hombre y el nivel cielo, y cada uno comprenderá ejercicios a realizar y cuestiones en las cuales poner más atención. En cada nivel se entra a una mayor profundidad y comprensión de la vida y sus interrelaciones, y del universo. Entonces, alcanzar el *nivel cielo*, el último nivel, requerirá de mucho trabajo, esfuerzo y constancia.

³⁵ Fragmento de la entrevista realizada a Laura.

Por lo tanto, el trabajo debe de ser constante y permanente, ya que la vida es así. “Hay hombres que luchan un día y son buenos, hay quienes luchan un año y son mejores, hay quienes luchan muchos años y son muy buenos, pero hay los que luchan toda la vida, esos son los imprescindibles”, así Bertold Briche nos dice que el trabajo debe de ser continuo y perpetuo.

4.3.3.2 Valoración y confianza

Gran parte de los obstáculos de nuestro propio proceso es la autodevaluación, el no creer en nosotros mismos, el no creer en lo que hacemos (como lo pudimos observar en las declaraciones del deán alicantino don Manuel Martí, Buffon, la reina de España, etc., que menosprecian nuestra labor y sociedad), en la falta de confianza en lo que forjamos, siendo esto el legado de nuestros ancestros, como ya lo pudimos ver. Así el reconocimiento, la valoración, jugará un papel importante en nuestras vidas, puesto que ello nos dará confianza y será un tanto más fácil continuar.

La descalificación nos invade desde “el descubrimiento” del nuevo mundo (por parte de los españoles), cuando nuestras antiguas creencias eran consideradas como heréticas y por lo tanto, no servían de nada, al contrario, eran un obstáculo, eran cosa del demonio. Lo mismo ha sucedido desde entonces y hoy día seguimos haciendo lo mismo. No creemos en lo que hacemos y, en sentido malinchista, veneramos ciegamente y sin cuestionar a lo extranjero, lo europeo o norteamericano, cuando en realidad, nuestro potencial es increíblemente vasto.³⁶

La confianza en nosotros mismos deberá ser el motor para lograr un desarrollo integral, pero primero deberemos de conocer y reconocer que es lo que está sucediendo, a través de la toma de conciencia, de la atención consciente, de un rastreo histórico, social, cultural, familiar y personal, donde nos percatemos de lo ocurrido.

³⁶ Solemos importar modelos extranjeros (europeos o norteamericanos) sin cuestionar, debido a las causas que aquí se mencionan (maltratos, genocidios, dominación, etc.), siendo que dichas propuestas carecen de la apreciación estética intuitiva, encontrándose solamente en el terreno intelectual, de la razón, de la comprobación, de la teoría racionalista. En tanto que la propuesta oriental, además de la apreciación intuitiva directa, posee un fuerte sustento filosófico, vivencial, emotivo, humano, ambiental, etc.

La valoración, a través de un proceso evolutivo³⁷, puede cambiar mucho en nuestro interior, nuestra forma de ver el mundo, incluso nuestras enfermedades. Luego entonces, será un motivo de cambio.

Pedro. De los 2 hasta los 14, comer un helado así en esa temperatura, ¿no?, era la muerte. Pero un día, bueno, cuando entré al Kung Fu, eh, el profe no podía dar una clase, no podía dar una clase y me dijo “oye, échame la mano, haz el calentamiento”, ¿yo?, “sí tú hazlo”, ¿pero yo?, “Sí tú hazlo”. Ah, pues me puse a dar el calentamiento y buena onda. Se me hizo buena onda, me dejó contento la verdad (ríe) y luego nos invitaba a correr en las mañanas.

[...] Cuando yo corría 20 metros me venía un acceso de tos tremendo, pero de un día para otro me aventé esa distancia, llegué, llegamos y nos bañamos con, nos bañamos, un domingo y pues ‘órale chavos a bañarse’, y me asomé y no había agua caliente, y yo si no había agua caliente no me bañaba, pero ni modo de rajarme ahí con los cuates (ríe Jesús), así que me aventé, me bañé. Hicimos Yoga, y este, y ya. Yo esperaba enfermarme, pero no, no me enfermé.

J. Dijiste que de un día para otro. El día anterior fue cuando te dijeron que hicieras el calentamiento.

Pedro. Exactamente, sí

J. Fue ese día

Pedro. Sí

J. ¿Qué sentiste ese día?

Pedro. Mucha motivación, fíjate. Me sentí valorado.

Nuestro potencial es extremadamente alto, solo que todavía no lo sabemos, pero, a través de un proceso integral, uno donde intervenga la intuición, la razón, el trabajo corporal, la alimentación, etc., podremos ver un poco más allá de lo que hoy día vemos y creemos. Pedro continúa platicándonos acerca de ese día:

³⁷ La pertenencia a un grupo social es sumamente importante puesto que habrá una mayor probabilidad de la reproducción de nuestros genes, de la conservación de nuestra especie, de nuestra trascendencia. Así, el pasado se encuentra en nuestro interior.

“Entonces a partir de ese momento, y a través de la carrera, yo pude ir descubriendo cualidades que yo tengo, hay cosas que yo no tengo. [...] Del estudio de la Universidad, de la práctica de la Yoga y todo esto, he descubierto muchas cosas que sí tengo, porque pues soy paciente. Hay cosas que no tengo; si no las tengo bueno, pues tengo que trabajar para desarrollarlas porque en algún momento pueden servir”.

Así, en varios entrevistados pudimos ver esta autodevaluación, que durante un proceso integral, lograron darse cuenta de la situación, lo cual generó un cambio en sus vidas.

4.3.3.3 Tomar distancia

Otro de los aspectos de suma importancia es el hecho de tomar distancia de los sucesos, incluso de uno mismo. Este morir a nosotros mismos (simbólicamente hablando por supuesto) nos habla en otro lenguaje, nos puede hacer un resumen de cómo fue nuestra vida, cuales fueron nuestros puntos ciegos, nuestras debilidades y del porque actualmente estamos sufriendo, es decir, tomamos una nueva perspectiva de nuestra vida, una a distancia.

Así vimos que Cesar alcanzó logros significativos en plena soledad, tomó distancia y se dio cuenta de que había estado viviendo en una inercia de la cual no se había dado cuenta. Gracias a este distanciamiento, él pudo escuchar de otra manera, escuchar a su intuición, a su cuerpo y su entorno, y conocerse un poco más. Él logró apaciguar las exigencias de su medio, estando en soledad y adentrándose más a sí mismo. Se dio cuenta, menciona, que en soledad y en silencio no había ninguna presión social, que no había competencia, que el trabajo ahora realizado lo hacía por si mismo, y su cuerpo ahora era la medida, el que marcaba el tiempo, sin exigencias ni ritmos impuestos.

Matthieu Ricard autor, junto con su padre Jean-Francois Revel, de la obra “El monje y el filósofo” presenta estas dos elementos³⁸. Por un lado, él encontró insatisfacción ante lo

³⁸ Francois, J. y Ricard, M. (1998). El monje y el filósofo. España: Urano.

que estaba haciendo, ante una vida académica y aunque era en extremo prometedora, el sintió que su vida se encontraba en otro lugar, su intuición lo guió hacia otro lugar: “Durante mis viajes –estuve en la India cinco o seis veces antes de instalarme definitivamente- me fui dando cuenta de que, cuando estaba cerca de mi maestro, olvidaba fácilmente el Instituto Pasteur, lo que significaba mi vida en Europa, y de que cuando estaba en el Instituto Pasteur, mi espíritu alzaba el vuelo hacia el Himalaya. Y tomé una decisión de la que nunca me he arrepentido: ¡instalarme allí donde deseaba estar!”³⁹

Por otro lado Yara que nos habla de la oportunidad que tuvo de ir a la India a conocer a un gran maestro y quedarse en el ashram (un lugar de retiro religioso), lugar donde sintió algo diferente en su vida, donde se dio cuenta de la vida externa y sus altas exigencias, así como de la necesidad de cambiar el rumbo de su vida:

“[...] era estar en esta energía especial del ashram, que te sientes como muy a gusto, muy feliz, como que, como que no necesitas nada para ser feliz, todas estas cosas materiales de las que se rodea uno, no las necesitas, y entonces, éste, pues ya, fue mi, mi primer inmersión en algo, en algo diferente, cuando regresé la gente me decía que estaba muy cambiada, que más tranquila, yo era histérica tirando a colérica, y pues sí, yo decía, si se da, pero si ya me entró el deseo de leer, de conocer, de saber.”⁴⁰

Víctor lo vivió estando en Inglaterra: *“[...] entonces seguí estudiando budismo, seguí estudiando meditación, ya en el, en el 2000, no, en el 1998 me fui a Inglaterra, me fui 6 años, para mí eso fue lo que hizo realmente un cambio porque cambiando todas mis circunstancias personales, o sea, este, dejé mi novia, cambié de trabajo, eh, me fui a Inglaterra, estudié el inglés, entonces llegué a una situación que es budista de tiempo completo, entonces vivía en una comunidad budista, trabajaba con budistas, me iba a retiros de meditación, iba a retiros de estudio, tenía grupos de estudio de budismo y en esa situación para mí donde se vio el, un cambio muy sustancial.”*

³⁹ Francois, J. y Ricard, M. (1998). Op. Cit. P. 25 y 26.

⁴⁰ Fragmento de la entrevista realizada a Yara.

Pero, los puntos fundamentales que se comparten son el hecho de tomar distancia temporalmente de la vida que se ha llevado hasta ese momento, de la sociedad y sus altas exigencias, del consumismo, es decir, de la vida moderna en general, además de que existe el silencio, el trabajo cotidiano (barrer, hacer comida, cortar tunas, etc.), el contacto con la naturaleza (en el caso de Víctor y Cesar) y el trabajo en equipo (como en el caso de Pedro, Víctor, Antonio y Cesar). Las exigencias del contexto ciudadano nos incitarán una y otra vez a realizar actividades que pueden llevarnos a estados de ansiedad, enojo, lujuria, envidia, odio, rencor, prepotencia, etc., en tanto que romper con dicha dinámica puede ser una excelente opción, por lo menos temporalmente, es decir, “darse un respiro”. Pero lo cierto es que aislarse “permanentemente” de los contextos de ansiedad, de consumismo, etc. es decir, exiliarse, puede ser una fuga y no estaremos afrontando la realidad.

El silencio será un importante factor, puesto que también es ahí donde nos vamos a encontrar nosotros mismos. De hecho, tendemos a llenarnos de ruido, con la música, la televisión y un sinnúmero de actividades que nos llenan la cabeza, puesto que tenemos miedo de estar con nosotros mismos, tenemos miedo al silencio. Pero ello no debe tomarse a mal, sino al contrario, tomarlo como una oportunidad de trabajo, de autoexploración y autoconocimiento.

El realizar una pausa, un paro, será una opción ante la vida cotidiana, rompiendo con la inercia, colocando la atención consciente en un factor neutro, es decir, nuestro cuerpo, ya que nuestros pensamientos, sentimientos, recuerdos, etc., se encuentran cargados de prejuicios (positivos o negativos), lo cual nos llevará en la misma dirección socio-histórico-cultural.

Así para pensar de otra manera a como lo hacemos cotidianamente, nos dice Nathalie de Salzman, se necesita de una verdadera inteligencia, puesto que nuestros pensamientos se encuentran condicionados, son automáticos, y nuestra inteligencia más auténtica se encuentra en otro lado, dentro de nosotros mismos, y para ello se requerirá de realizar una pausa, un paro, una contemplación.

Así, nuevamente, la atención consciente será uno de los ejes principales en el desarrollo integral, lo mismo que realizar una pausa, un paro. "Se necesita un *paro* de nuestro funcionamiento automático, un *paro* [...]. El pensar es independiente [...]. Requiere de esa inteligencia propia, de la serenidad de nuestros sentimientos y de la tranquilidad del cuerpo."⁴¹

El paro, de esta manera, tiene un efecto muy tranquilizador sobre nuestros pensamientos, sentimientos, y sobre nuestro cuerpo, dejando que brote la intuición por sí sola, puesto que ya no es esa cadena de ideas heredadas la que dirige nuestra vida, sino es la vida misma la que se manifiesta a través de nosotros. Nathalie De Salzmann nos dice lo siguiente: "Uno *para* la marcha automática [...], detiene los movimientos habituales del cuerpo, relaja las tensiones que siempre nos habitan, y en ese momento uno se abre a otra posibilidad, se abre a escuchar su inteligencia y a poder decidir o escoger lo más apropiado. De la misma manera que no nos escuchamos a nosotros mismos, tampoco escuchamos a los otros. [...]. Nos falta la capacidad de la plena atención. Sin ésta es imposible llegar a pensar."⁴²

Así, ella continúa: "Lo que nunca vemos es cómo vamos hacia algo: tensos, con una idea fija y muchas cosas atadas a ello. El *paro* es para cortar con lo que uno va. Si cortamos con lo que preexiste, queda sólo lo que hay. En nuestro afán de una respuesta, no vemos ni oímos."⁴³ Nathalie de Salzmann nos dice que cuando uno realiza un paro, todo se relaja, las tensiones caen, y lo que hay es la situación real que estamos enfrentando, no nuestros deseos, no las ideas prefabricadas y los prejuicios. Para ello, no sólo se requiere de un paro, sino de un paro consciente, de un momento de contemplación, puesto que es a través de la atención consciente que nos daremos cuenta, poco a poco, de nuestras verdaderas intenciones, y podremos llegar a ser más auténticos. Ella nos menciona que debemos respirar más hondo y buscar dentro de uno mismo este sitio más profundo, en donde se encuentran los sentimientos positivos. De esta manera, cuando no estamos en contacto con nuestros sentimientos más auténticos, cuando actuamos de manera mecánica,

⁴¹ Salzmann, N. (2007). Op. Cit. P. 91.

⁴² Op. Cit. P. 91-92.

⁴³ Op. Cit. P. 172.

lo que hay dentro de cada uno de nosotros es pretender ser lo que no somos, entonces será tan sólo una mentira. Así, “parar” significará mirar hacia adentro de uno mismo y escucharnos más a profundidad y conocer nuestras verdaderas intenciones.

En dichos lapsos de reposo, o periodos de incubación, nos menciona Philip Goldberg, puede darse una eliminación de fatiga, la disminución del estrés, la ruptura de las estructuras mentales, es decir, mirar por un momento desde otro punto de vista, hará que la mente se encuentre relativamente quieta y libre, lo cual fertilizará el terreno para la experiencia intuitiva, nos dice el autor.⁴⁴

Así, Philip Goldberg nos habla sobre un período de incubación en donde la intuición brota. Este período no surge de la nada, sino que será el resultado de una ardua labor intensiva, que tras breves lapsos de descanso, reposo, contemplación, aislamiento, surge una nueva idea, un salto en la creatividad y en el desarrollo. Él nos dice lo siguiente

"[...] las erupciones intuitivas ocurren cuando el creador se encuentra alejado del trabajo mismo. [...]. Generalmente viene después de una etapa de trabajo preliminar prolongada, [...] que es, a su vez, seguido por los estadios de 'iluminación' (la irrupción intuitiva) y de 'verificación'. Mozart menciona tres incubadoras comunes: carruajes, caminatas solitarias y camas."⁴⁵

En el Yoga Kundalini, Tai Chi, y Budismo Zen, se puede observar que existen dichos periodos de incubación, o de descanso, en el proceso mismo de la meditación. Después de una ardua labor, en el Yoga Kundalini viene el periodo de relajación y después de meditación, en el Tai Chi sucede algo similar, existe un período de relajación, y momentos especiales donde, después de los ejercicios del Chi kun, existen descansos o

⁴⁴ Sin embargo, también debemos de contemplar que dichos saltos intuitivos no sólo se presentan en los periodos de reposo, sino que también aparecen durante la labor misma, en períodos de mayor actividad. Es decir, los periodos de incubación de la intuición, como lo refiere Goldberg, resultan benéficos, pero no serán el único camino a seguir.

⁴⁵ Goldberg, P. (1992). Op. Cit. P. 71.

pausas. En el Zen existe el kin hin (meditación en movimiento), que viene después de unos periodos de meditación de 30 minutos, aproximadamente.

Dichas pausas, harán que tomemos una nueva perspectiva del trabajo que se está realizando, misma situación que deberá ser llevada al proceso educativo con mayor énfasis. Para ello, en la vida cotidiana, en la labor educativa, en el trabajo de oficina, en el metro, etc., podremos acceder a dichas pausas o paros, mismos que se verán enriquecidos si durante un breve periodo simplemente colocamos la atención en nuestro cuerpo, en nuestra postura, en nuestros brazos, o en nuestro rostro, para darnos cuenta cómo se siente, si agitado, cansado, temeroso, tenso, etc.

4.3.3.4 Intencionalidad

Existe un factor de vital importancia en el desarrollo intuitivo, en el trabajo personal, y esto es la intencionalidad. Es ella la que impregnará nuestro trabajo con un nuevo aroma, la que decidirá si hacemos las cosas con mucha entrega, con pasión, o simplemente lo hacemos por cumplir algún cometido encomendado. Es la intención la que nos dará las fuerzas necesarias ante los escenarios tan inciertos de la vida. Juan nos dice: *“[...] el Tai Chi realmente, cuando lo practicas con pasión, y con ésa dedicación y todo, como te hace sentir, yo no he encontrado otra cosa que me haga sentir así, sin cansarte, sintiendo bien, sintiendo tu energía, relajado, con lucidez, con todo”*.

Será la intencionalidad la que mueva nuestro interior y viceversa, *“[...] dicen los maestros en el Tai Chi es tu espíritu lo que crece, entonces podrás ser súper flexible, elástico, hagas tus esplits y tus escuats, pero si no hay espíritu no hay Tai Chi, no hay Tai Chi, no hay ni energía vital, y no hay espíritu.”*⁴⁶ Pero cabe decir que tu intención es tu interior en proceso de construcción. Nuestra intencionalidad, nuestra mente será la que modifique el rumbo de la energía, la que nos cure, nos dice Pedro:

“[...] la energía se mueve con la mente, tú tienes una migraña muy fuerte, entonces, siéntate, relájate, respira profundo y piensa en tus manos y entonces toda esa, esa

⁴⁶ Fragmento de la entrevista realizada a Jorge.

aglomeración de energía desciende, eso está comprobado. Entonces, cuando tú haces Tai Chi y visualizas la energía que circula por tu cuerpo la puedes mover armónicamente, tienes un problema de salud centrado en tu hígado y tú visualizas tu hígado en tu mente y lo empiezas a sanar, porque la energía la mueves conscientemente para allá. [...] Hay una intención. Para llegar ahí se requiere primero aprender a respirar, y aprender a respirar tiene que ver con aprender a escuchar”⁴⁷.

Luego entonces, deberá de haber una intención para que todo ello suceda, para aprender, para curarnos, para realizar alguna actividad, para hacer un trabajo personal integral.

Por otro lado, la intencionalidad es la que moverá más allá de pensamientos y acciones, también a la energía. De esta manera, un acupunturista puede llegar a ser el mejor en su ramo o simplemente tendrá pocos pacientes, todo depende de su intención. Si alguien solamente busca conseguir dinero en las consultas, no lo conseguirá. Así podemos ver nuevamente que la energía del espacio, del universo (nosotros somos energía condensada, es decir, materia, y del mismo modo las emociones, los pensamientos, las palabras son también energía), no solo son campos electromagnéticos, sino que son la vida en sí misma, el chí o ki de los chinos y japoneses, respectivamente. Ésta se encontrará cargada de intenciones, de información, y como tal podrá ser detectada por nuestra intuición. Así, la intencionalidad en nuestro trabajo dará un nuevo giro en nuestro entorno, en la forma de aprender, y por lo tanto en la calidad de los procesos formativos, mismos que no estarán determinados por la sociedad, la cultura y la historia predominantemente, sino también por la guía de un gran maestro, uno interno, nuestra intuición, nuestro ser.

De esta manera nuestra intencionalidad determinará la forma en como aprendamos, así, si buscamos reconocimiento, posición social, estatus, etc. nuestro cuerpo hablará de nuestras verdaderas intenciones y no encontraremos el verdadero sentido de la vida, el conocimiento, puesto que solo nos encontraremos en la cabeza, en el ego, y como tal, nuestro centro de gravedad se verá modificado, nos dice Jorge, un entrevistado. Para

⁴⁷ Fragmento de la entrevista realizada a Pedro.

explicar ésta situación, podemos ver que existe mucha gente de avanzada edad que camina con un bastón, algunos por la falta de fuerza en las piernas y otros porque su centro de gravedad se desplazó hacia la cabeza y por lo tanto no existe un equilibrio. Toda la energía, debido al ego, “se le fue a la cabeza”, en los pensamientos, en lo imaginario, en tanto que las diferentes disciplinas buscan mantener el equilibrio, mantenerse enraizados, con los pies en la tierra. Así Jorge nos dice algo al respecto refiriéndose a alguien en especial que supuestamente practica Tai Chi: *”Le da más importancia, todo su centro de gravedad lo mandó arriba, en el Tai Chi no tienes que estar flotando, el Tai Chi es el arte de saberte enraizar, no de flotar”*. En comparación con alguien que realmente practica Tai Chi nos dice:

“Este chinito, así lo verás viejito, pero, su raíz. No está flotando, este viejito es para que estuviera flotando, porque ya está viejito, porque la gente mayor, lo que pasa es que su centro de gravedad comienza a subir, por eso luego tienen que usar bastón, se sube tanto el centro de gravedad que entonces caminan así, así como el niño lo tiene en los pies, entonces el niño (Jorge pisa fuertemente), y el viejito lo tiene ya en la cabeza, por eso usa el bastón, porque tan arriba lo tiene que necesita equilibrarse. Y dentro del Tai Chi es, se dice que, mientras mantengas tú centro en el centro, te estás conservando joven”.⁴⁸

Y ante esta cuestión podremos preguntarnos porque se desplaza el centro de gravedad⁴⁹, Jorge nos comenta al respecto: *“Por nuestras experiencias, porque nada más nos vamos concentrando en nuestros pensamientos, entonces dejamos de movernos, y entonces empieza a subir, como ya no usa su cuerpo, piensa que ya no sirve, se queda sentado, y todo, entonces ya se queda así, por eso caminan así, y se empiezan a agachar, y se empiezan a encorvar”*.

⁴⁸ Fragmento de la entrevista realizada a Jorge.

⁴⁹ Hablar de que nuestro centro de gravedad, o centro de masas, se desplace literalmente, nos resulta difícil de entender y de creer, puesto que no es algo que pueda comprobarse científicamente, al menos, hoy día. Pero pudimos ver algo muy interesante en nuestros entrevistados, y es que antes de entrar a un proceso formativo integral, ellos tenían la tendencia a tener la cabeza un poco más caliente que el resto del cuerpo, la sentían caliente, y por otro lado, sentían las manos y pies fríos. Ello puede referirnos a que antes hacían un uso excesivo de la razón, de los pensamientos, y por lo tanto, dicho órgano, el cerebro, trabajaba más, lo cual requería de un mayor consumo energético, lo que producía dichas dominancias de temperatura corporales. Por otro lado, cuando llevaban ya un tiempo trabajando en ellos mismos, en un proceso personal, dicha cuestión cambiaba, ahora todo el cuerpo lo sentían templado, lo que probablemente quiere decirnos que así como sus emociones y pensamientos estaban ahora más equilibrados, también lo estaba su temperatura corporal.

Pero regresando a la intencionalidad, como la energía (la materia es energía, nos dice Einstein) se encuentra cargada de información, de intenciones, y puesto que todo nuestro ser es materia, energía (electrones, protones, neutrones, muones, quark, etc.), ésta será la encargada de transformar nuestro cuerpo (de construirlo, transformarlo o destruirlo), y puesto que nuestro cuerpo no es puntual, sino que se encuentra articulado, extendido, ésta también intervendrá en nuestro entorno próximo, medio y distal. Es decir, nuestra conciencia se encontrará estrechamente vinculada con nuestras intenciones, y como tal, sus manifestaciones se darán en nuestro cuerpo y en nuestro entorno (orgánico e inorgánico) Nuevamente, dichas intenciones y alteraciones del espacio serán percibidas por una mente abierta, por nuestra intuición, ya sea a través de sensaciones, sentimientos, emociones, sueños, etc.

Nuestra intencionalidad será la que permita que nos conectemos o no con nuestro entorno, será la responsable de que nos sintamos o no a nosotros mismo, ya que si nuestra intención está en el ego, en el reconocimiento excesivo, en el dinero, en el placer, entonces no vamos a sentir todo lo demás, solo centraremos nuestra atención en dicho factor, en tanto que si nuestra intención es vivir plenamente, estar abiertos a la vida, entonces ésta se manifestará de muchas maneras y así, estaremos abiertos a todo lo que acontece, incluyendo nuestro cuerpo, es decir, nos haremos un poco más sensibles y sensitivos, gradualmente hablando por supuesto, y sin dejar de considerar los demás aspectos que hemos venido mencionando. En otras palabras, si nuestra intención es solamente llegar a la meta, nos perderemos de todo el camino recorrido y no aprenderemos de él, además, de que al llegar ésta, teniendo en mente solamente nuestro objetivo y sin mirar el camino, nos daremos cuenta al final del camino que lo que buscábamos no era tan importante como lo aparentaba ser.⁵⁰El camino, a final de cuentas es nuestra propia vida.

⁵⁰ Obviamente no podemos caer en la visión de no tener ningún objetivo delimitado, lo que queremos decir, es que antes de lanzar un objetivo reconsideremos cuales son nuestras verdaderas intenciones, y que al recorrer el camino, nos mantengamos abiertos, contemplativos, intuitivos, atentos, conscientes.

4.3.3.5 Resolución de problemas personales

En este factor pudimos dar cuenta de que existe un sinnúmero de elementos a considerar en torno a la problemática para el desarrollo intuitivo, es decir, el desarrollo integral. Entre dichas cuestiones encontramos que el hecho de resolver los problemas familiares, con seres queridos, las cuestiones de autodevaluación, falta de reconocimiento, entre otros, lograron dar un giro en la vida de nuestros personajes, en su autoaceptación, confianza en sí mismo y todo lo que ello conlleva, es decir, una mejor escucha interna (en otras palabras, una mejor intuición), puesto que una vez librados los obstáculos, el desarrollo es más auténtico, ya no hay tantos conflictos que nublen nuestra visión, ni que desgasten nuestra energía primordial. Yara logró realizar un trabajo importante en su vida logrando “colocarse en los zapatos del otro” (su madre con quien tenía enormes conflictos consuetudinarios) a través de la meditación yoga kundalini:

“Y entonces, allí en una meditación, en un trabajo que hicimos de trabajar el conflicto con, con la persona con quien más conflicto tuviéramos que en ese caso era mi madre, éste, teníamos que ver a esta persona en su niñez, como fue su niñez, y entonces cuando tú ves la niñez de tu madre, pues (interrupción)... ¿en qué íbamos? ah, del trabajo con, con mi mamá, y entonces cuando yo vi la infancia de mi mamá, de una niña que a los siete años queda huérfana de padre, [...], y empieza la revolución, 1910, y mi abuelo murió justo antes, entonces éste, y me doy cuenta de que esta niña, que, es el ama de casa para sus hermanos mayores, que eran hombres y para los menores, [...] mi mamá era muy rígida, muy regañona, era hasta pegalona, de eso que te daba el manazo, eso me daba, me sacaba de quicio, eso me ponía como loca, porque yo era muy colérica, y entonces, éste, dices pues sí, es que tienes que sobrevivir, y tienes que sacar fuerzas de otro lado y modificar tu carácter para seguir adelante, y éste, y empecé yo modificar mi forma de ser con mi mamá, a ser más tolerante, más paciente.”⁵¹

Así Jorge también tuvo que librar obstáculos en su vida directamente con su padre, puesto que era tal la exigencia que su cuerpo se encontraba alta y literalmente lastimado. Él

⁵¹ Fragmento de la entrevista realizada a Yara.

recurrió a un maestro para resolver su vida, y éste solo le mostró lo que tenía que hacer, lo demás dependía de él mismo:

"¿qué tengo que hacer para curarme?, ya le dije, estoy enfermo de esto y esto y esto, y dice '¿algo más...?' (risas) dice, bueno, dice, 'pues aquí está la cosa seria', dice, 'pues te tengo que hablar tal cual, no sé si lo aguantas, pero si quieres curarte tendrías que hacer esto', él me dijo en ese entonces, dice, dice, 'pues sí, éstas mal nutrido, no sé que, no sé cuánto, pero' dice, 'tu mal principal esta por exceso de autoridad paterna, porque te sientes aplastado por tu padre, y si no te independizas pues no sé si llegues a los 30, y si remotamente llegas a los 30, quién sabe cómo llegues...', [...] 'si te quieres curar tienes que buscar trabajo y ponerte a trabajar, ser autosuficiente, para que, para que puedes enfrentar lo, lo que, lo, lo que no, no, no, no puedes enfrentar o no lo quieres enfrentar', dice, 'para comenzar, y obviamente te va ayudar que practiques yoga, que practiques esto, pero tú postura corporal no se va a mejorar si no cambias tu actitud mental, y enfrentas lo que tienes que enfrentar'."

Su pecho se encontraba literalmente hundido y padecía varias enfermedades. Así Jorge se puso a trabajar y encontró asombrosos resultados en su vida:

"Yo siento que eso ayudó mucho en mi curación energética emocional, el sentirme seguro, el sentirme que ya no dependía de él, porque ya me le empecé a enfrentar, en que empecé a declarar mi libertad y que le dije 'algún día voy a declararte mi libertad, ya que todas las dictaduras llegan a su término, y la tuya no es la excepción' (risas) [...] y se lo anuncie yo, le dije, 'te tengo una noticia, acaba, te doy golpe de estado, acaba de acabar tu dictadura', años después obviamente, y éste, pero esa sensación de seguridad fue lo que más me ayudó a mí, gracias a que mi maestro me recomendó eso. Dice, es que la cuestión esta así, tú tienes que sentirte independiente, que tú te valgas por ti mismo, entonces eso es lo que más te va ayudar, lo hice."

En este entendido, nuestros problemas de la vida cotidiana serán un obstáculo, puesto que siempre estaremos inmersos en ellos, pensando en ellos, colocando toda nuestra atención y energía en ellos. Pero por otro lado, también serán una oportunidad para trabajar

con nosotros mismos, es decir, de aprender de cada situación y problemática, de reconocer cuales son nuestros puntos débiles y fortalecer dichas flaquezas.

4.3.3.6 Toma de conciencia y atención consciente

La toma de conciencia y la atención consciente, son un eje principal, primordial en el desarrollo intuitivo, integral. Para ello pudimos ver que en las diferentes disciplinas, ya sea Zen, Budismo, Yoga kundalini o Tai Chi, se menciona a la toma de conciencia y a la atención consciente como factores fundamentales en el trabajo personal, en la sensibilización, en el hecho de romper con la inercia de la vida que hemos llevado hasta el momento y dar cuenta, con otros ojos, de nuestro diario devenir.

“El desarrollo intuitivo está estrechamente vinculado a la atención plena. Permanecer atento implica estar despierto y desapegado de la miríada de estímulos que nos rodea. El concepto de atención plena es uno de los pilares esenciales del budismo. La práctica de la atención plena consiste en permanecer despierto y consciente de las sutilezas que nos rodean, y consecuentemente contar con la capacidad necesaria para responder en lugar de reaccionar.”⁵²

Tomando conciencia de nuestros movimientos corporales, de nuestra respiración, de nuestro cuerpo en reposo, de los ejercicios que hacemos (independientemente de la disciplina), se tornará más fácil trasladar dicha experiencia a la vida ordinaria, a la cotidianidad, puesto que ahora miraremos con nuevos ojos nuestras primeras reacciones, nuestras emociones, y nuestras intenciones, es decir, cobraremos conciencia. Yara es un ejemplo:

“[...] cuando hacía las cosas que me sacaban de quicio, me frenaba, y ya, en vez de pelearme no le decía nada, o le preguntaba, de forma tranquila, oye, ¿por que haces esto?, que no ves que a mí no me gusta porque a mí me produce tal y tal... y empezó a suavizarse mucho la relación con mi mamá, eso duró como seis años hasta que ella murió, y cuando mi madre murió a mí me dio un gusto horrible el, el haber podido modificar mi carácter

⁵² Kamm, L. (2006). La intuición como instrumento de sanación. España: Sirio. P. 59.

antes de que ella muriera, porque si no yo me hubiera quedado con un remordimiento muy fuerte, de haber estado peleando con ella hasta el último día.”⁵³

La toma de conciencia nos hará comprender paulatinamente que lo que estamos viviendo puede no ser tan real como lo pensamos, o como lo vivimos. De esta manera, el buscar una posición social, el dinero, un puesto alto de trabajo, una mujer excepcionalmente hermosa, etc., por si solos no estarán basados en la realidad, y como tal, por si solos, serán una ilusión. En tanto que basar nuestra actividad en cosas más reales, nos dará una mayor satisfacción, y ello tendrá que ver con lo que realmente queramos hacer de nuestras vidas (y para ello tendremos que saber reconocer, a través de la contemplación, de la atención consciente y todo un proceso integral, cual es nuestro ser más auténtico y sus deseos más auténticos), en cuestiones que si se van no nos hagan sufrir, es decir, en cosas que no se encuentren basadas férreamente en el deseo, la pasión o el ego, en cosas meramente materiales. Pedro, refiriéndose a un elemento de la Yoga nos dice: “[...] *el prātyāhāra tiene que ver con la finalidad de tu vida, lo que tú quieres de tu vida, concentrar la vida en cosas reales: en la felicidad, en la salud, pero la felicidad basada en tu capacidad de dar, de recibir, de sentir.*”

Él también nos platica su experiencia: “*Si yo hubiera seguido el camino de mi papá, yo económicamente, materialmente pudiera estar mejor, porque mis compañeros de aquella generación pues les va muy bien, trabajan sus horas al día, tienen sus vacaciones, tienen su, tienen muchas cosas que les va bien y están contentos, y... y pues yo aquí es diferente. Yo trabajo más horas y el sueldo que recibo es menor pero yo me siento mejor, yo siento que yo estoy cumpliendo con, con la capacidad que tengo de compartir con las personas y hablar de algo que, que me gusta, ¿no sé si me explico? [...] pero la elección la hice no basado en los beneficios que iba a tener, sino en el corazón”.*⁵⁴

Así que lo demás será una ilusión, que será llamada “Maya”, algo en lo que como seres humanos no estamos fundamentados, es decir, todo aquello que no se encuentre

⁵³ Fragmento de la entrevista realizada a Yara.

⁵⁴ Fragmento de la entrevista realizada a Pedro.

verdaderamente fundamentado en la vida será tan solo una ilusión. Y para saber reconocer lo anterior deberemos de tomar conciencia, de desarrollarla, de colocar nuestra atención consciente en todo lo que hagamos, paulatinamente.

También es importante mencionar que la toma de consciencia y la atención consciente difieren muy poco. En realidad, los términos solo difieren en cuestiones verbales, pero el verdadero trasfondo es en dónde se va a ubicar la atención, ya sea en un primer nivel o en niveles más profundos. La toma de consciencia, en un primer nivel, se refiere al darse cuenta de nuestras acciones cotidianas, de nuestro lenguaje, de lo que hacemos y decimos, de nuestra vida, de nuestra historia, en un plano más intelectual, en tanto que en otro nivel, uno más profundo, la toma de consciencia, a través de la atención consciente, estaría más enfocada en estar consciente, valga la redundancia, de cada movimiento corporal, de cada respiración, de poner la atención en las posturas, los movimientos e incluso, también en los pensamientos y sentimientos, de colocar toda nuestra atención en nosotros mismos ante diferentes circunstancias. Así también debemos distinguir que una vez que uno toma consciencia (a través de la atención consciente) de las propias acciones, de nuestra respiración, de nuestro cuerpo, de nuestra sensibilidad, automáticamente sucede algo inesperado, ya no reaccionamos de la misma forma, nuestra respiración cambia, nuestros movimientos ya no son los mismos, nuestros pensamientos y acciones comenzamos a vislumbrarlos de una manera diferente, han cobrado un nuevo sabor, los colores que observamos a diario cambian, son más vivos, lo mismo sucede con nuestras emociones, con nuestro cuerpo y con todo lo que somos y vivimos. *“Pues al meterte en esa atención o percepción especial, pues yo pienso que sí, porque entonces te das cuenta que, que el mundo es mucho más de lo que uno, de la simple percepción que tenemos de él. La misma naturaleza, los animales, todo, de alguna manera como que lo percibes con más intensidad, no sé, pero con más claridad a la vez, también”*, nos menciona Jorge. Así, también Laura nos dice:

“[...] te estoy diciendo algo y nada mas en eso estoy, entonces cuando yo empiezo a, a vivir así de esa manera la vida, me empiezo a dar cuenta ya de cosas que me rodean, con más intensidad, por decir, estoy haciendo algo y lo estoy haciendo más intenso, pongo más

*atención a lo que estoy haciendo y todo lo que hago, veo, lo veo como algo maravilloso, como si no hubiera, como si estuviera redescubriendo algo”.*⁵⁵

Todo ello conllevará a desarrollar nuestra conciencia⁵⁶, a que ésta se encuentre más despierta, a tener una mayor sensibilidad, a mover nuestra percepción, puesto que ya no estaremos inmersos en la misma marea social, ahora nos escucharemos un poco más y por lo tanto seremos más intuitivos, más receptivos, más sensitivos, más auténticos con lo único que tenemos en éste momento, el aquí y el ahora. De esta manera, muy sutilmente nos haremos más conscientes de lo que suceda a nuestro alrededor, es decir, cobrando consciencia, a través de la atención consciente, automáticamente nos haremos más conscientes de lo que sucede en nuestras vidas.

La toma de conciencia de nuestras acciones hará que éstas comiencen a cambiar automáticamente: *“[...] la Yoga me ha llevado por, por, como quitarme, cómo te diré, antes de quitarme yo te quiero decir, como ubicar por qué, por qué me enojaba tanto, por qué me impacientaba tanto, me lo hizo ver, este, pero a la vez que ya tomé conciencia de esto, eh... como que va a la par, me los va diluyendo, como que se va alejando todo esto, estos problemas, y a la par.”*⁵⁷

Es así que la atención consciente nos situará en el aquí y en el ahora, puesto que gran parte de lo que vivimos actualmente es solo una ilusión, no existe, solo se encuentra en nuestra “mente” (occidentalmente hablando), en un plano intelectual. Así, vivir el aquí y el ahora, sin prejuicios, solo colocando nuestra atención en lo que hagamos, nos dará más energía en nuestra vida cotidiana, puesto que no nos estaremos peleando o llorando todo el tiempo. Víctor nos platica:

“[...] es vivir en el presente, entonces cuando vives en el presente pues hace, la experiencia de vivir en el presente es una experiencia muy gozosa, y además te da energía. [...] porque cuando tu mente está dividida entre el pasado y el futuro, estás gastando

⁵⁵ Fragmento de la entrevista realizada a Laura.

⁵⁶ Puesto que la conciencia será definida como la: “Propiedad del espíritu humano de reconocerse en sus atributos esenciales y en todas las modificaciones que en sí mismo experimenta.” Biblioteca de Consulta Microsoft® Encarta® (2005). © 1993-2004 Microsoft Corporation.

⁵⁷ Fragmento de la entrevista realizada a Laura.

energía en esto que no existe, en estas ilusiones que son recuerdos, y son proyecciones, entonces se va la energía, entonces tienes mucha preocupación aquí, entonces cuando ya no estás en eso, esa energía que estaba viajando te la regresas, te da energía, estar en el presente te da energía.”

La atención consciente nos pondrá alerta de todo nuestro entorno, y a través de la práctica, comenzaremos a sentir de otra manera y a volvernos más intuitivos, más perceptivos, más sensitivos, tanto del entorno como de nuestras mismas intenciones, emociones, proyectos, relaciones, etc. Jorge nos dice: “[...] para mí el Tai Chi tiene muchas más ventajas, para mí, además, como arte marcial me ayuda a esa atención, a ese desarrollo de la atención que te exigen las artes marciales”. De otra manera correremos muchos peligros, y cuanto más en una ciudad como la nuestra:

“[...] y pones tus 5, 6 ó 7 sentidos en eso, en cada cosa que te dedicas, tú trata de hacerlo concentrado y es lo que pasa con los accidentes, con el teléfono y con el celular, la persona va manejando y va mandando mensaje, que ves que ahora se usa mucho el mensaje, hay mucho accidente, pero se ha visto que disminuye el poder de concentración a un 30% el ir manejando e ir contestando un mensaje, 30% el poder de tu concentración en tu manejo, está medido, eh, pues eso, eso es lo importante de esto, si estás manejando concéntrate en manejar.”⁵⁸

En un primer nivel, si nos concentramos, si colocamos nuestra atención en lo que estamos haciendo, lo vamos a hacer mucho mejor. Posteriormente, iremos profundizando más en nosotros mismos y en nuestro entorno.

El Tai Chi es un claro ejemplo del factor que debemos desarrollar, a saber, colocar toda nuestra atención en lo que estamos haciendo, en nuestro cuerpo (puesto que éste se encuentra en el presente, en lo real, en tanto que nuestra mente se encuentra divagando en el pasado o en el futuro, además, colocando la atención en él, nos libra de prejuicios, ya que éstos no habitan en él)⁵⁹. De esta manera, al colocar toda nuestra atención en varios

⁵⁸ Fragmento de la entrevista realizada a Alejandro.

⁵⁹ A través de los ojos, de colocar nuestra mirada en algún objeto, necesariamente nos remitiremos a que nuestra memoria y nuestra percepción estará permeada por nuestras experiencias pasadas como colores,

factores, como en nuestra postura, en nuestra respiración, en cómo movemos los pies y manos, etc. no le damos tiempo a nuestro intelecto, a nuestra mente ni para respirar, y ese será un buen camino para que brote nuestra intuición, para que nos conozcamos realmente tal cual somos.

“[...] como estas pensando que tienes que mover un pie, que tienes que mover el otro, que tienes que mover las manos y la cara para un lado, y que tienes que respirar, esos pensamientos te los empiezan a digamos, a relajar, ya no te están llegando en el momento que estás haciendo Tai Chi, ya no estas pensando que si tienes que ese examen, el esposo, la esposa, con, la novia, o que si dejaste la lumbre de la estufa prendida, ¿no?, por qué, porque el Tai Chi te está pidiendo que pongas atención en lo que estas haciendo si, que es eso, eso es estar en el aquí y en el ahora, en el cuerpo de uno, poniéndole atención a lo que sientes...”⁶⁰

En el yoga, la situación es la misma, colocar la atención en nuestro cuerpo, lo cual nos dará una atención especial y moverá emociones, pensamientos, todo:

“Es un trabajo de conciencia, ¿no?, estar presente a tu cuerpo, a todo, todo, todo lo que hay en tu cuerpo, y de esta conciencia de estar atento de todo. La conciencia es una parte, uno está consciente [...], cuando estás en un ejercicio de atención consciente estás perfectamente consciente de dónde tienes el dedo, de dónde tienes el, el otro dedo, de dónde tienes la oreja, para dónde estás, todo tu cuerpo, todo, ¿no?, y no nada más de dónde está ubicado sino de a dónde lo estás dirigiendo, [...], tienes mucha claridad de todo y, y generas una atención muy particular, porque va más allá del cuerpo, también se generan emociones y una serie de cosas.”⁶¹

Es decir, un trabajo corporal moverá nuestro ser y nuestras emociones, percepciones, sensaciones, intuiciones, no serán las mismas, serán más auténticas.

rostros que nos recuerdan a algún ser querido o no deseado, etc., es decir, de manera preconcebida, con prejuicios (ya sean positivos, como idolatrar a alguien, reverenciarlo, o negativos, como la discriminación, el racismo, etc.) en tanto que colocar nuestra atención en nuestro cuerpo, nos librerá paulatinamente de prejuicios, puesto que éste es neutro. Colocar la atención en nuestro peso, en nuestras manos, en alguna tensión, etc. no nos remite a los prejuicios sobre la gente de color, o a nuestra seria autodescalificación, solamente estamos sintiendo nuestro cuerpo, lo cual, poco a poco nos hará reconocernos realmente como somos.

⁶⁰ Fragmento de la entrevista realizada a Gala.

⁶¹ Fragmento de la entrevista realizada a Maura.

Así nuestra percepción, es decir, la manera como vemos el mundo (a través de nuestros deseos, de nuestras pasiones, de nuestras intenciones, todas ellas aprendidas y modificadas socio-histórico-culturalmente), se halla fijada por nuestra cultura, por nuestra sociedad, sus ideologías y costumbres, y lo que hacen estas disciplinas, por medio de la atención consciente, es mover dicha fijación, es decir, mover nuestra percepción.

*“Las experiencias y nuestra educación de que esto es así, ‘estás loco, no puedes hablar con los juguetes, los juguetes no hablan, no esto’, todo ese mundo que traen ya no, este, ya no funciona, entonces ya se le educa a que, pues ya es así, olvídate de todo, en el kinder , entra a la primaria, olvídate del ratoncito, de todo, ve el pizarrón y te callas, ¿no?, cuando en el kinder jugaba, cantaban, y todo el tiempo sentado, y entra a la primaria y te callas, el cuidado y te portas mal porque te acuso con tu papá o tu mamá, o te reporto, entonces se le, se le encuadra inmediatamente, la cultura es lo que fija ese punto, es lo que fija, la educación es lo que fija ese punto. Exactamente, y con las artes estás, como el Tai Chi, el yoga, quieres aflojar otra vez ese punto. Si, aflojarlo, que se pueda mover”.*⁶²

Con ello nos daremos cuenta que existen otros puntos de vista, otras cosas que no existen en nuestros esquemas de vida. La vida se encuentra allá afuera y acá adentro. Nos dice Jorge: *“Pero eso es para mover, para darte cuenta de que existen otras cosas, otros puntos de vista, otra visión, otro punto de vista del mundo, de captar las cosas, entonces es afloja el punto de percepción. Eso sí, yoga, meditación, Tai Chi, cualquier cosa que trabaje la energía va a mover el punto de percepción. Aunque sepas o no sepas que no exista, lo vas a mover”.*

Es decir, en pocas palabras, la manera en como estamos mirando al mundo se encuentra determinada en gran medida por las cuestiones históricas, familiares, culturales y sociales que han conformado nuestra vida a lo largo de los años. Nuestra percepción ha sido fijada y para salirnos de ahí será indispensable cobrar consciencia de lo que está sucediendo. De esta manera, a través de esta determinación establecida comenzamos a ver todo con prejuicios, de manera preconcebida, etiquetada, y como tal no damos lugar a nada nuevo, puesto que miramos la vida de manera mecánica, rutinaria, y la vida se encuentra en

⁶² Fragmento de la entrevista realizada a Jorge.

constante cambio nos dice Krishnamurti. En el mismo sentido, Philip Goldberg nos dice que las experiencias pasadas, las preferencias y los hábitos de pensamiento afectan a la intuición. Asimismo, la intuición se verá favorecida con un bajo nivel de excitación y un estado de gran atención: "un estado calmo, despierto, receptivo, con un bajo nivel de ruido mental que no interfiera con la mente intuitiva."⁶³

Luego entonces, quitarse los prejuicios, a través de la toma de conciencia, de la atención consciente, de vivir el momento, nos hará más creativos (una característica sumamente interesante de la intuición), más abiertos a nuevas posibilidades, puesto que ahora la intuición y la razón trabajan de manera conjunta:

*"La creatividad se despierta sola cuando puedes ver las situaciones como con menos trabas, o sea, empiezas a sacarte prejuicios, ideas preconcebidas de los otros y de ti, puedes inventarte cosas diferentes porque tienes, primero, que ya no tienes nada que probar, y después, pues que es como otra posibilidad, y a lo mejor así las cosas están mejor, entonces empiezas a probar, y de pronto se te ocurren cada vez más cosas, y de pronto las cosas se acomodan de cierta manera, y a veces te va a ir pero mal, como a todos en la vida, pero tienes más opciones."*⁶⁴

Vivir el momento, el aquí y el ahora, colocando nuestra atención en ello, será sumamente revelador y nos dará una nueva visión de nuestros semejantes y de nuestro entorno, ya que éstos se encuentran en constante cambio, nunca serán los mismos, sus ideologías, sus estados emocionales, sus mismos cuerpos siempre estarán cambiando y por lo tanto, resultará incongruente poner una etiqueta permanente a un ser cambiante o, incluso, a la vida misma:

J. ¿Estás más en el momento?

Maura. (Asiente), y estás más con la persona, con la persona que es ahorita. [...] No tienes una idea de la gente, lo que viene es, es como un espacio abierto, y tú intentas también ser un espacio abierto, y ahí todo puede suceder, a veces reaccionan igual, pero a veces no."

⁶³ Goldberg, P. (1992). Op. Cit. P. 154.

⁶⁴ Fragmento de la entrevista realizada a Maura.

Para ello se hará necesario, indispensable, la atención consciente en nuestra vida cotidiana, no solo cuando encontremos las condiciones idóneas para hacerlo, es decir, en una habitación especial, con gente especial, con aromas especiales y con posturas especiales; todo ello por si solo no servirá de nada si no se lleva a la vida cotidiana, si no se hace en cada instante de la vida (ante los alumnos, ante una investigación de maestría, ante nuestros familiares) y entonces, también será tan solo una ilusión. Así, la mayoría de nuestros entrevistados manifestaron vivir esta caótica ciudad de una manera diferente a como la habían vivido, es decir, no se sienten bien, felices, realizados, etc. estando solamente en la meditación, bajo condiciones especiales, sino en cualquier espacio, como en nuestra peligrosa y enajenante ciudad, en lo cotidiano: *“tú puedes sentir que eres feliz inclusive estando en lo más, este, loco y violento de la ciudad.”*⁶⁵

La atención consciente nos hará más sensibles a nuestro propio cuerpo, a nuestras emociones, sentimientos y pensamientos, luego entonces, colocar la atención (consciente) en alguna practica oriental, en alguna postura, etc., facilitará que podamos trasladar dicha experiencia a la vida cotidiana. Maura nos platica lo siguiente con respecto a sus alumnos, a los cuales los ha introducido a la atención consciente en sus clases de canto:

*“[...] son mucho más sensibles a su cuerpo, están mucho más presentes a lo que están experimentando, y es un ejercicio de consciente, es atención consciente, y eso es para la vida, ¿no?, y la atención consciente que tienes en el momento que estás haciendo tu postura de tu perro, de tu gallo, del que quieras, después la tienes en tu vida, y después puedes estar sensible a cómo te sientes.”*⁶⁶

Poner atención en lo que hacemos, en cada movimiento hará que no nos lastimemos, y esto tiene consecuencias más profundas de lo que imaginamos:

“[...] si, te digo, es que tú hagas un movimiento sin conciencia te lleva a lastimar, llevar un movimiento sin conciencia te lleva justamente a lo que le pasó a un alumna, si tu realmente estás consciente de cómo estás no te mareas, si tú eres consciente de lo que estás

⁶⁵ Fragmento de la entrevista realizada a Raúl.

⁶⁶ Fragmento de la entrevista realizada a Maura. Las posturas mencionadas hacen referencia a que en yoga o en tai chi (chi kun) existen ciertas posiciones corporales (posturas) que llevan el nombre de animales, puesto que se imitan sus movimientos y apariencias, como el gallo, la vaca, el gato, el oso, la grulla, el mono, etc.

haciendo no te lastimarías, a mí me asombra hoy por ejemplo que por la vanidad de querer hacer ciertas posturas, saben que ciertas posturas, es que te dicen algunas maestras, es que me duele, oye si duele estamos haciendo en contra de uno de los principios del yoga que es la no violencia no, entonces si te duele ¿porque lo haces?”⁶⁷

De esta manera, cuando nos encontramos inmersos en la egolatría, en el hedonismo, es decir, estando condicionados social, cultural, histórica y familiarmente, no nos daremos cuenta de nuestras acciones y solo reaccionaremos ante diferentes estímulos, no actuaremos, solo responderemos automáticamente.⁶⁸

Víctor, por su parte nos comenta que en el budismo será necesario no pelearnos con lo que hacemos, colocar nuestra atención (sin atraer, tampoco sin rechazar) en nuestros pensamientos, emociones, acciones, etc.; ello no quiere decir que nos quedemos donde estamos, también será necesario, una voluntad de hacer algo diferente, de alcanzar otro estado, uno más abierto y perceptivo. Dependiendo de la escuela budista se hará más énfasis en un método que en otro (aceptar contemplando, con atención consciente o intentar alcanzar otro estado, el de la iluminación), pero éstos no se encuentran contrapunteados, de hechos son muy complementarios.

Colocando nuestra atención en lo que hacemos, logramos eliminar muchos prejuicios, dando como resultado que no nos peleemos con lo que somos, con lo que pensamos, sentimos y hacemos, pero también será necesario una voluntad muy fuerte para realizar un cambio, para poner nuestra atención en lo que hacemos, para seguir a nuestra intuición beneficiando nuestro aprendizaje, nuestro desarrollo y el de nuestros semejantes y no tan semejantes, el de nuestro entorno. Son los deseos, nuestros gustos y disgustos los que determinan nuestras diarias elecciones, pero éstos se encuentran cargados de significados, se encuentran impregnados de nuestra cultura, de una religión, de la sociedad

⁶⁷ Fragmento de la entrevista realizada a Sara.

⁶⁸ Claro está que no reaccionamos como si fuésemos literalmente un computadora o una máquina que solo responde a los estímulos, pero en gran medida, esto es así cuando no tenemos conciencia de la vida, y por lo tanto, creemos que somos libres, creemos que nuestras acciones están guiadas por nosotros mismos, cuando esto no es así. En realidad solo estamos replicando un modelo histórico social, y es por ello que nos encontramos tan insatisfechos con nuestras vidas, puesto que nuestra intuición nos dice que la vida es mucho más grande de lo que hemos visto y sentido.

en que vivimos⁶⁹, y como tal, se encuentran inmersos en un largo proceso histórico que es necesario revelar para poder entender el porque de lo que hoy día hacemos y el porque de una visión donde la intuición no se encuentra contemplada. Es así, que una contemplación (colocar la atención consciente en lo que hacemos) irá develando lentamente nuestros deseos, nuestras emociones, y éstas se mostrarán tal cual, lejos de prejuicios, de rasgos histórico-sociales, de demandas familiares. Es esta observación, una auto observación (a través de la atención consciente) la que, gracias a la constancia, nos irá informando de nuestras inercias, de nuestras actitudes que hacemos rutinariamente y de manera mecánica, mismas que nos hablan sobre nuestras vidas. Es estarte observando. Yara nos dice: “[...] *es mucho de auto observación, justamente, ése también me ha ayudado mucho, porque si ya empiezas a, a darte cuenta de que te das cuenta, ya nada más es darte cuenta, sino ya darte cuenta, pero ya con un enfoque, de que ‘ay, sucedió’, y entonces, éste, pues eso también me ayudado mucho para este cambio.*”

También, en este sentido, Pedro nos dice que debemos reconocernos, mirar hacia adentro, sin rechazar ni criticar nada, pero tampoco quedarnos donde estamos si no estamos bien: “*Bueno, mirar hacia dentro tiene que ver con reconocer tus capacidades, tus virtudes, tu potencial, tu potencialidad, y también tus, tus, eh... defectos, tus carencias, tus puntos débiles, pero no quedarte ahí sino ir más allá, reconocer que si bien eso si ya es parte de ti, no eres tú. Tú no eres tu cuerpo, tú no eres tus pensamientos, tú no eres tu emoción, tú eres más que eso.*”

También Pedro nos dice que debemos de aceptar el dolor de la vida, vivirlo, es decir, no rechazarlo ni escaparse de él a través del alcohol, las drogas, etc. Debemos de afrontarlo y seguir trabajando.

“[...] *la verdad fue una experiencia para mí, para mí, para mí amarga, muy amarga, y entonces mi profesor me dijo ‘la vida es así, puedes llorarla, puedes sufrirla, tienes derecho, siente el dolor, vive el dolor, prueba el dolor, pero al final trasciéndelo, trasciéndelo, haz meditación, haz oración, corre mucho, mucho Kung Fu y verás’, y así le*

⁶⁹ Información obtenida del curso impartido por el Centro Budista de la Ciudad de México A.C., llamado “La rueda tibetana de la vida” (duración de 10 horas).

hice. Yo de verdad, por un lado la experiencia en sí, más toda la cuestión emocional y todo lo de las ilusiones que yo había puesto en eso sí era muy difícil, yo corría queriendo morirme de verdad, y entonces ya pasaba un tiempo, el agua fría, el ejercicio, la meditación, la oración, este, eh, la concentración en mi trabajo, un día dije ‘Ah, canijo como que ya, ya, ya salí’, encontré un camino útil y entonces a partir de ahí todo lo que yo empecé a vivir que me costaba trabajo trascender o que me daba mucho dolor o que me costaba mucho comprender como que siguiendo este esquema yo podía en algún momento estar en la posibilidad de pararme frente a la situación y ver que era lo mejor.”⁷⁰

Raúl, por su parte también nos dice que debemos de no rechazar nuestras experiencias o emociones, por el contrario, debemos de no pelearnos con ellas, contemplarlas, “dejarlas ir” y trascenderlas: “[...] pero cuando las cosas resultan de una manera en que nadie tiene control de la situación, pues no se puede hacer más que trascenderlo, y la única manera es, según he aprendido, es dejar ir cualquier mal sentimiento que uno guarde con respecto a esa situación. Y bueno, no solamente dejarla a un lado, sino trascenderla.”

El rechazo solo hará mas grande al dolor, nublará nuestra visión, nuestro aprendizaje, nuestra conciencia, nuestra intuición y todo nuestro ser, y será por ello, una de las razones para colocar nuestra atención en nuestras emociones, sentimientos, en nuestro cuerpo, en nuestro dolor, para que comprendamos que no es lo que parece (lo creemos más grande de lo que es). Así, si nos encontramos constantemente enojados, frustrados, con miedos, o incertidumbres pasadas o futuras, no podremos aprender significativamente, puesto que estamos con la mente y las emociones en otro lado, por lo tanto deberemos cobrar conciencia de nosotros mismos paulatinamente para conocer cuales son nuestros bloqueos que no nos permiten aprender o aprender a enseñar.

⁷⁰ Fragmento de la entrevista realizada a Pedro. Lo que él hizo fue vivir el dolor, no rechazarlo, además de realizar las prácticas de Kung Fu, Yoga y Tai Chi, con sus correspondientes elementos tales como colocar la atención en todo lo que se hace (posturas, emociones, intenciones, etc.), atención consciente, alimentación, posturas, respiración, es decir, lo que se ha estado mencionando.

En este sentido lograremos acceder a niveles más profundos de conciencia, con lo cual nuestras capacidades de aprendizaje se verán favorecidas drásticamente. Así estaremos hablando sobre diferentes niveles de conciencia, una conciencia ordinaria con la cual nos movemos todo el día, una conciencia más profunda a la cual accederemos mediante estados de meditación, o durante el sueño, y una conciencia todavía más profunda, que es el llamado estado de la iluminación. Acceder a los diferentes estados de conciencia, paradójicamente, requiere de una atención consciente, es decir, de un esfuerzo de poner atención a lo que hacemos, a nuestros movimientos, a nuestro cuerpo, a nuestras emociones y pensamientos, etcétera.

Así, los estados de conciencia más profundos serán más estables, universales, menos restringidos por el espacio y el tiempo, y más cercanos al conocimiento del entorno. Philip Goldberg nos menciona que la calidad de la intuición se relaciona entonces con el grado de acceso que nuestra conciencia tiene a los niveles profundos de la mente. Así, el estado de conciencia de una persona equivale a la profundidad que la atención es capaz de alcanzar, en tanto que en los estados superiores de conciencia, la atención es capaz de llegar a los niveles más profundos de la mente. Y si se tiene la profundidad necesaria, la mente puede entrar dentro de sí misma y tener lo que llamaríamos una intuición. Así, en resumidas cuentas, la intuición depende del estado de conciencia. Luego entonces, una conciencia ordinaria matizada por el egocentrismo, el consumismo, el individualismo, el hedonismo, la ansiedad, el enojo desbordado, y un largo etcétera, difícilmente dejará que la intuición se asome por la ventana del cuerpo y sus sensaciones.

De esta manera, se puede entender, nos dice Philip Goldberg, que el camino a seguir para desarrollar la intuición es cultivar un estado superior de conciencia, con disciplina, momentos de incubación, el silencio interno, la atención consciente, cambios de alimentación, ejercicios corporales y mentales, además de alejarnos del enajenamiento de la vida moderna (lo cual no quiere decir que escapemos y nos refugiamos en una isla desierta, sino de tomar una nueva actitud ante nuestro mundo tan caótico, es decir, no dejarnos llevar por la inercia social), de las adquisiciones materiales excesivas, y que retomemos la conexión con la naturaleza, estando en ella por supuesto. Así, acceder a niveles más

profundos de conciencia significa adentrarnos a nosotros mismos, con lo cual estaremos en mayor posibilidad de conocer más sobre nuestro entorno y a través de la atención consciente, de la contemplación, es que podremos acceder a ello, puesto que somos una pequeña representación del todo:

"El universo está hecho de conciencia. Esto agrega una dimensión más al modelo holográfico que explica por qué los místicos y yoguis han sido capaces de volcarse hacia sí mismos y obtener conocimiento acerca de cómo funciona el universo. Ellos simplemente percibían sus naturalezas propias, es decir, la naturaleza de la naturaleza."⁷¹

Es decir, nosotros somos tan sólo diversas manifestaciones de lo mismo, del *continuum* estético indiferenciado, como menciona Northrop, y por lo tanto, acceder a nosotros mismos es acceder a ese conocimiento que es la naturaleza. El yoga, así como las diversas disciplinas orientales y no occidentales (huicholes, coras, nahuas, mayas, etc.), por su parte, hacen un gran énfasis en el conocimiento interior, puesto que saben que es ahí donde encontraremos a nuestro ser más auténtico, mismo que está finamente entretejido con todo a su alrededor.

De la misma forma, un ser que no tiene conciencia de sí mismo no es responsable de sus acciones, es un ser mecánico reaccionando ante situaciones. Se encuentra condicionado socio-histórico-culturalmente. Y tomar conciencia implica hacernos cargo de nuestro aprendizaje, de nuestra vida, de sentirla, de sentirnos internamente y sentir lo que se encuentra a nuestro alrededor, es decir, de darnos cuenta de la vida misma. Mirar la vida de forma consciente (en niveles más profundos de conciencia), a través de la atención consciente, nos dice que no existe nada rutinario, que todo se encuentra en constante cambio, que incluso nosotros mismos nunca somos los mismos, ni siquiera nuestros huesos. La vida está en el movimiento, y por lo tanto, una pedagogía integral deberá estar adaptándose constantemente, en movimiento.

⁷¹Goldberg, P. (1992). Op. Cit. P. 168-169.

4.3.3.7 Trabajar con las propias debilidades (proceso individual)

En estos procesos formativos la empatía juega un papel muy importante. El hecho de comprender que no todos somos iguales y que cada quien lleva un cierto proceso, un tiempo y un espacio, o que simplemente las condiciones de vida fueron tan distintas que aprendimos diferentes maneras de afrontar la vida, nos encaminará certeramente a crear una nueva pedagogía, una inclusiva, no exclusiva, una más flexible e intuitiva.

*“[...] pero al principio me enganchaba y todos los días eran pleitos por lo mismo, y a mi igual, me caía gorda, mi mamá le caí gordo de mi, cosas le caían mal, cosas más que seguía repite y repite, y ella y en vez de aceptármelas, así es, porque una de las cosas que te enseña el yoga, así es la gente, cada quien tiene su proceso, y tienes que aceptarlo como es, no tienes que, a fuerza, querer que todos sean como tú crees que debe de ser la gente, cada quien tiene su proceso”.*⁷²

Así, a manera de ciertos proyectos pedagógicos como Nezahualpilli y Etievan⁷³, se hace necesario un trabajo colectivo, pero también individual, tomando las características de nuestra población, y de cada individuo, respetando la individualidad. El yoga, el Tai Chi, el Zen, el Budismo, etc., en su enseñanza es primordial la individualidad (también la colectividad, el entorno, todo), las características de cada quien, puesto que a partir de ello se trabajará personalmente.

J. ¿Esto es una de las enseñanzas del yoga kundalini?

Yara. Si, aceptar las diferencias con el otro, y aceptarlo como es.

⁷² Fragmento de la entrevista realizada a Yara.

⁷³ El proyecto educativo Nezahualpilli, como ya hemos mencionado, nos dice que será necesario trabajar, pedagógicamente hablando, desde las necesidades de la comunidad donde se encuentre inserto el proyecto, así, se partirá de los elementos con los que cuente la comunidad, así como de la familia de los estudiantes, sin generar costos adicionales. Además, deberá contarse con la participación de los padres de familia y de la comunidad en general (hasta donde ésta quiera participar), retomando sus conocimientos para enlazarlos con la fuerza educativa. Por otro lado, el modelo de Etievan llevará un carácter más profundo, puesto que pide a los maestros trabajar directamente con ellos mismos, antes que con los alumnos, puesto que “no saber es formidable”, con ello no se quiere decir que la ignorancia sea benéfica, sino que se habla en el sentido de que un profesor que crea que lo sabe todo y que es el poseedor del conocimiento no dará cabida a nada más y no estará sensible a las necesidades (educativas, emocionales, corporales, etc.) reales de sus alumnos, en este sentido la educación será unidireccional, exclusivamente intelectual, sin movimiento, en tanto que trabajar desde uno mismo y desde los alumnos, colocando la atención en todo lo que hacemos (atención consciente), además del entorno, de la naturaleza, hará que la educación se potencie rápidamente y su alcance sea mucho mayor.

Así también en todas las disciplinas observadas, a través de las entrevistas, se notó que la clase o la sesión era igual para todos, obviamente con comentarios individuales sobre las posturas, sobre la manera de hacer las cosas, pero también existían momentos, al final de la clase, donde si había alguna duda sobre el trabajo a realizar, ahí el trabajo era completamente individual, respetando las características, fortalezas y debilidades de cada quien. Yara nos dice: *“la clase es pareja para todos, cuando hay preguntas y eso, entonces ya sería, serían individuales y entonces como pues ya cada quien le dices lo que le tienes que decir, de acuerdo con su personalidad, pero la clase es pareja para todos”*.⁷⁴

De esta manera el trabajo enraizado en las características individuales respeta la vida, la diversidad, las semejanzas y diferencias, fortalezas y puntos débiles, de los cuales nos valdremos para trabajar en lo que se tenga que trabajar, en nuestras flaquezas. Cada quien nacimos con una determinada predisposición, la cual conforma parte de nuestra personalidad, pero independientemente de cuales sean las causas de dichas predisposiciones (factor genético, energético, familiar, social, etc.), lo cierto es que dentro de un trabajo integral, como ya se ha mencionado, necesario es conocer cuales son nuestros puntos débiles, de que pie cojeamos, y así, fortalecer y trabajar dichos puntos. Jorge nos dice:

“[...] uno por nacimiento trae una personalidad, tiene que descubrir uno cuál, para saber cuál es tu opuesto y saber cuáles son las partes que tienes que trabajar, algo que no se te da, y entonces [...] en un proceso de transformación integral tienes que trabajar todo, porque eso es una silla coja, tienes que trabajar todo, ok, [...].

J. Esto en el Tai Chi, ¿es igual?, fortalecer tus puntos débiles...

Jorge. Exacto, es eso, o sea, al que es fuerte tiene que aprender a ser suave, el que es frágil tiene que aprender a fortalecerse, sí, es exactamente lo mismo, o sea, la propuesta es un desarrollo integral, no nada más de uno, obviamente, en un área vas a ser más fuerte que otro porque eso ya lo traes de nacimiento, ya traes ese talento, esa fuerza de nacimiento, pero si traes una fuerza las demás generalmente van a ser débiles, pues hay que trabajar las otras también, ese es la propuesta, es un desarrollo integral, de eso habla la tradición, de un desarrollo integral.”

⁷⁴ Fragmento de la entrevista realizada a Yara.

Asimismo, tenemos que comprender que nuestras debilidades no serán siempre las mismas, y dependiendo de ello, es sobre lo que tendremos que poner más atención. La guerra no siempre será la misma, y tendremos que adaptarnos a cada situación, a cada instante, a cada momento, puesto que la vida es así, dinámica, cambiante. Laura nos dice: *“[...] pero he trabajado muchas otras cosas, he trabajado el enojo interno, he trabajado, este, cuando he andado así, como dicen, bajo de pila, también para tener más energía, para tener más, este, más, más seguridad, o para trabajar algo que en ese momento yo siento como que me falta, en ese momento yo me pongo a trabajarlo.”*

El budismo, por su parte hace lo mismo, una enseñanza muy particularizada, además de la enseñanza en comunidad y con principios muy definidos, puesto que compartimos la misma condición humana: *“[...] el Buda enseñó gran cantidad de, de, ahora sí que de enseñanzas, dependiendo de las aptitudes y necesidades de sus seguidores y qué es por eso que hoy día encontramos una gran gama de, de prácticas.”*⁷⁵

4.3.3.8 Meditación

Otro elemento indispensable es la meditación (literalmente hablando, puesto que en la meditación podemos encontrar todos los elementos que hemos estado mencionando y mencionaremos, salvo que en ésta ocasión hablaremos de la meditación ubicándola bajo una corriente específica, zen, yoga, etc., además de que cada una de ellas cuenta con sus propios elementos), mediante la cual podemos hacer que nuestra intuición brote. Así, la intención de la meditación será que nos reencontremos nosotros mismos, logrando así desarrollarnos de manera integral, nuestra mente, nuestra intuición, nuestro cuerpo, nuestras relaciones interpersonales, nuestras emociones, etc. a través de diversos métodos, de diversas meditaciones, ya sea estando sentado o en movimiento. Philip Goldberg nos habla sobre la importancia de la meditación puesto que ésta nos ayudará a relajarnos, a reducir tensiones, lo cual en sí mismo será recomendable para la intuición, además del acercamiento a nosotros mismos y nuestra conciencia, que al fin y al cabo, es parte del

⁷⁵ Fragmento de la entrevista realizada a Raúl.

continuum estético indiferenciado. Así nos menciona que la meditación deberá ser de forma muy natural y sin esfuerzo agotador, además de ser practicada mediante la guía de un maestro competente, es decir, mediante la experiencia directa, razón por la cual la participación de un libro o un video, por sí solo, no servirá de mucho.

Es aquí, en la meditación, donde logramos aquietar la mente, nuestra “mente ordinaria”, y hacer contacto con nuestro medio y con nosotros mismos. En el budismo tibetano se habla de una mente ordinaria, que es con la cual diariamente vemos y vivimos nuestro mundo (en forma de ilusión), y existe una más profunda, una sin prejuicios, sin dogmas, una mente conjunta, no aislada, y la intención, de esta corriente budista, es alcanzar dicho estado de la mente, es decir, manifestando nuestro verdadero ser, a través de la meditación.⁷⁶

Dentro de la meditación se busca apaciguar a la mente, calmar los incesantes pensamientos que trascurren día a día y reconocer que éstos son naturales, puesto que son propios de nuestra mente⁷⁷, pero que, cuando se desbordan, obstruyen nuestra visión y no dan lugar a nada más, entonces no podremos escuchar a nuestra intuición. La intención de la meditación es encontrar el equilibrio perdido y aprender a ver de otra manera, a través de nuestra intuición y nuestra razón trabajando armónicamente.

En la meditación lo que se busca es escuchar al cuerpo, escuchar a la intuición, escuchar nuestros ritmos internos, que coinciden con los del medio natural, no con los artificiales. Así, se busca vivir cada instante, el aquí y el ahora, puesto que la intuición la encontraremos en el presente, donde se conjuga el futuro y el pasado, es decir, podremos encontrarla viviendo el presente⁷⁸, sin estar anclados o estancados en el futuro o el pasado (aunque cabe mencionar que la intuición tiene un carácter predictivo, hacia el futuro por

⁷⁶ Para mayor información sobre el tema consúltese la obra: Sogyal Rimpoché. (1994). El libro tibetano de la vida y de la muerte. España: Urano.

⁷⁷ Sogyal Rimpoché. (1994). El libro tibetano de la vida y de la muerte. España: Urano.

⁷⁸ Al decir que a la intuición solo la encontraremos viviendo el presente, queremos decir que, si estamos anclados en el pasado (con remordimientos, decepciones, rencores antiguos, etc.), o en el futuro (con planes incesantes, deseos, aferrarnos a nuevos proyectos atravesados por el ego), no lograremos vivir la vida, nuestra vida, y por lo tanto, no escucharemos a nuestra intuición, a las conexiones ocultas de nuestro universo.

supuesto, además de avisarnos de sucesos actuales de manera proximal, media y distal)⁷⁹. Asimismo, una razón que intenta vivir eternamente en el hoy, sin miras a preservar la vida, sin contemplar ni mirar las consecuencias futuras de nuestras acciones actuales y pasadas, es decir, viviendo el presente inconscientemente, queriendo dominar y controlar todo, que habita en un presente imaginario, ha gestado cambios en los estilos de vida de los cuerpo-sujetos, en sus emociones, en su intuición, en sus cuerpos. Es por ello que la meditación, en mucha de sus vertientes, intenta conciliar ambas partes, intuición y razón, a través del vivir el aquí y el ahora, y así poder restablecer un equilibrio perdido.

El objetivo de la meditación es apreciar que existe algo muy poderoso que obstruye a nuestro verdadero ser, y si nuestra intuición es nuestro “ser más auténtico” queriendo ser escuchado, también obstruye a nuestra voz intuitiva. Así, el ego es sumamente nombrado por el budismo tibetano (y no solo por esta rama del budismo, sino por gran parte del mundo oriental y sus corrientes), y nos dice que es éste el que nubla nuestro camino.⁸⁰ Es él quien guía nuestros deseos, nuestras pasiones, nuestra lengua, incluso nuestra manera de sentir y de vivir. Éste es el legado de una sociedad, de un país, de nuestra colonia, incluso, de nuestra propia familia, es nuestra herencia, y como tal, impregna todo lo que hacemos; los budistas lo llaman karma (karma social, karma familiar, etc.). Y es la intención de la meditación, reconocer nuestro karma, nuestra herencia generacional, y poder cambiarlo, despejar nuestra mirada y poder ver con otros ojos.

Así, dentro de la meditación podemos encontrar algunas clasificaciones, por ejemplo, la meditación que se hace cuando uno está en reposo, en flor de loto, o la meditación en movimiento (ejercicios taoístas, tai chi, chi kun, ciertos ejercicios de yoga, etc.), a lo cual se les podría llamar métodos directos e indirectos, según Sangharákshita. En dichos métodos, en los directos, se trabaja directamente con la mente, desde la mente (aquietándonos completamente), en tanto que en los indirectos se transforma la mente a

⁷⁹ La intuición podrá avisarnos de posibles eventos futuros, de probabilidades, además de anunciarnos de sucesos que actualmente están aconteciendo y que no podemos ver de manera directa, por ejemplo, puede informarnos que algún ser querido se encuentra en graves problemas, aunque éste se encuentre a 100 km. de distancia (de manera distal), o también puede avisarnos de las actuales intenciones de algún pasajero en el vagón del metro donde nosotros nos encontremos (de manera proximal).

⁸⁰ Información obtenida del curso impartido por el Centro Budista de la Ciudad de México A.C., llamado “Los cuatro fundamentos de la atención consciente” (duración de 12 horas).

través del cuerpo, de ejercicios corporales (a través de movimientos). En el primero existe, por añadidura, un flujo de la energía, en tanto que en el segundo se trabaja directamente con ella:

Víctor. Lo que pasa es que Sangharákshita tiene un, él, él dice que hay dos, dos métodos para desarrollar la conciencia, los que son directos e indirectos. Entonces él considera que la meditación es un método directo para desarrollar tu conciencia, para expandirla, y el Tai Chi y la Yoga y otras prácticas corporales son métodos indirectos, él los considera indirectos. Entonces por eso es que nosotros aquí hacemos clases de Tai Chi y Yoga, porque partimos de la base que Sangharákshita los considera métodos indirectos de desarrollo de la conciencia, entonces tú podrías combinar un método directo con un método indirecto, o sea, puedes combinar Tai Chi con meditación o Yoga con meditación y eso lo que haría es que, pues aumentaría el efecto de las prácticas, de las dos prácticas.

J. ¿A qué se refiere con esto de directos e indirectos?

Víctor. Pues directo es que tú transformas tu mente a través de tu mente, o sea que estás usando tu mente como observadora de la propia mente, o como para manejar el propio flujo de los fenómenos mentales, y en el Tai Chi o en el Yoga que usas el cuerpo para afectar la mente, entonces no lo hacen directamente sino que es a través del cuerpo. La mente entonces, cuando haces movimientos de Tai Chi o asanas, posturas de Yoga, lo que creas es un estado de concentración, a través del cuerpo, [...] entonces empiezas a alterar la conciencia, pero es a través del cuerpo que estás haciendo eso, por eso le llama él indirecto, porque afectas la mente a través del cuerpo, y en la meditación es la mente con la mente, aunque también usas el cuerpo, ¿no?, pero es más como la, a través de la mente estás transformando la mente.

Así, la intención estará fijada en ciertos aspectos, dependiendo de la corriente. Víctor, refiriéndose al Budismo, nos dice: “[...] tú no lo haces directamente, sino que tú meditas y estás movilizandó tu energía espiritual, estás haciendo algo con ella, pero no estás haciendo manejo, este, consciente y deliberado de esa energía, sino es el resultado de esa práctica meditativa, entonces es más como en ese sentido. En el taoísmo sí hacen un manejo deliberado de la energía.” De esta manera, en el taoísmo, puesto que su visión es trabajar directamente con la energía, también su intención será guardarla, almacenarla para

prolongar la vida en buen estado, en tanto que en una meditación budista no será la misma, su intención será otra (no el factor energético). Ambos caminos incrementarán nuestra energía, nos dice nuestro entrevistado, en mayor o menor grado, incluso, el factor moral o ético lo hará también.⁸¹

Sin embargo, aunque esto llegue a sonar un poco fragmentado (métodos directos e indirectos), no lo es, puesto que hemos visto dicha situación en otras disciplinas, como en el Zen, el Tai Chi, y el Yoga. Resulta entonces, sumamente interesante las nuevas alianzas, puesto que a través de la historia se ha visto la misma situación en las diversas disciplinas estudiadas, donde se han incorporado varios elementos en una sola disciplina (el movimiento corporal, la meditación en posición de flor de loto, las asanas, mudras, mantras, etc. en la yoga kundalini), o se han fusionado dos disciplinas en una sola (como en el zen o el tai chi). Así, ocurre con el Zen, puesto que ésta fascinante disciplina hizo algo muy parecido hace cientos de años. El Zen surge como una fusión entre el budismo (de la corriente Mahayana) y el taoísmo, además de la acupuntura (muchos practicantes zen hoy día, y desde hace muchísimos años, son estudiantes y maestros de la acupuntura, puesto que resulta complementario con todo lo anterior), en China, cuestión que asimila visiones de la vida en un solo lugar, nuestro cuerpo. El Zen, al igual que la orden budista occidental (la orden anteriormente mencionada) donde se incorporan otras disciplinas, en su momento incorporó la trascendencia budista de la mente con la inmortalidad taoísta, es decir, un método directo con uno indirecto, en otras palabras, la meditación en flor de loto con los ejercicios taoístas que buscan la longevidad del cuerpo.

Por otro lado, también tenemos como ejemplo al Tai Chi Chuan, que en sus orígenes incorporó a las artes marciales de la Dinastía Ming⁸², el Taoísmo, la Medicina China Tradicional con su respectiva filosofía (teoría de los cinco elementos, el equilibrio entre el yin y el yang, el Chi, la alimentación, la meditación, la acupuntura, los masajes, los meridianos energéticos del cuerpo, etc.) y al Chi Kung, que éste a su vez resulta de una

⁸¹ El encontrarnos constantemente conflictuados por nuestras emociones, sentimientos, pensamientos y acciones, resultado de un largo proceso socio-histórico-cultural, generará un alto desgaste energético-corporal.

⁸² Muchos autores difieren en cuanto a las épocas, algunos mencionan que los orígenes del Tai Chi se pierden en la memoria, ubicándolos hace miles de años.

conjunción de ejercicios cadenciosos, de meditación, de ejercicios de respiración, de la Medicina China Tradicional, dando como resultado una disciplina trascendental que considera al ser humano como uno integral, uno que tiene que trabajar con su mente, su cuerpo y sus emociones, con su intuición y su razón.

El yoga kundalini, por su parte, también incorporará varios elementos en una sola disciplina⁸³, dando como resultado un método bastante enriquecedor para un desarrollo integral.

Pero regresando a la cuestión de la meditación, podemos ver que las diversas disciplinas estudiadas cuentan con muchos elementos en común, y que su intención será establecer un equilibrio entre el practicante y su entorno. Dentro de la meditación podemos ver que existen momentos de mucha quietud, donde el cuerpo literalmente se queda quieto, y momentos donde será necesario trabajar en movimiento con el cuerpo, puesto que, como ya se ha mencionado, uno trabajará directamente con la mente, a través de la contemplación, de colocar nuestra atención en nuestra respiración, en nuestro peso, en nuestra temperatura, etc., pero estando nosotros sentados o quietos, en tanto que en otros momentos, en movimiento, colocaremos nuestra atención en los ejercicios que estemos haciendo en ese momento, además de muchos otros elementos (respiración, coordinación, lentitud, suavidad, etc.). Es decir, existirá una meditación estática (por ponerle algún nombre, puesto que ésta en realidad no es estática, ya que al estar nosotros sentados o quietos, paradójicamente, sin realizar movimientos corporales aparentes, aquietando nuestra mente y cuerpo, existirá un gran movimiento al interior de nosotros) y otra en movimiento (donde realizamos asanas, movimientos, formas, etc.)

Los ejercicios corporales antes mencionados poco tendrán que ver con los ejercicios de gimnasia que hoy día se aplica en nuestros modelos educativos, puesto que, además de mejorar la circulación, la oxigenación y dar fortaleza a nuestros músculos (los beneficios cardiovasculares y respiratorios serán muy notorios), trabajarán a un nivel más profundo,

⁸³ La Yoga Kundalini contiene en su práctica la meditación en movimiento, meditación en flor de loto, enseñanzas orales, estilos de alimentación, respiraciones, etc.

uno donde nuestras emociones se verán trastocadas, así como nuestros bloqueos, nuestra mente, nuestro espíritu, etc., es decir, trabajaremos en estratos mucho más hondos de lo que alcanzamos a ver occidentalmente hablando, trabajaremos con nosotros de manera integral (cuerpo, mente, emociones, intuición, razón, etc.).

4.3.3.9 El arte

El camino del arte es una alternativa, dicen cuatro entrevistados, a la vida que había estado llevando hasta el momento. El arte como una forma de sensibilización busca en el sujeto sensaciones y sentimientos que han sido opacados por los exigentes estilos de vida ciudadanos, por supuesto que no de una manera hedonista, sino como un contacto con nuestro ser más auténtico. Así, Antonio nos mencionó al arte como un trampolín para alcanzar la espiritualidad, puesto que él así lo vivió. Para él, fue una salida, un escape de su realidad asfixiante, y con ella, logró sensibilizarse y buscar otros medios, en su caso, la meditación.

El arte es un medio de hacer contacto con las sensaciones, con las emociones, y dependiendo del estilo artístico, existe un contacto con el cuerpo y sus manifestaciones. En el arte natural y espontáneo se podrá trabajar con la intuición, tal y como es la labor de los orientales y sus manifestaciones artísticas, debido a la contemplación directa de la naturaleza y de las diversas manifestaciones del *continuum* estético indiferenciado, a través de la experiencia directa.⁸⁴

Así, la expresión artística, sabiéndola encausar, puede llevarnos directamente al desarrollo de la intuición, si y solo si existe una mística de fondo y una intención, el bienestar personal y la vida. Es así que resulta un tanto complicado hablar en términos generales sobre el arte, puesto que existen muchas manifestaciones; algunas solo buscan el placer, satisfacer el ego, o solamente buscan el reconocimiento y una posición elevada en esta sociedad, y ese arte solo seguirá la famosa consigna de “el arte por el arte”.

⁸⁴ Muy al contrario del artista occidental que realiza su labor desde el ego, desde la aplicación estricta de la técnica heredada generacional e institucionalmente. Cuestión que podemos ver en escritores nacionales que plasman un México desde su asiento, desde su escritorio, en tanto que otros extraordinarios artistas mexicanos, tales como Juan Rulfo, escriben y retratan a un México desde México, desde su gente, desde la experiencia directa y no del imaginario o de la idealización.

El verdadero arte, como una manifestación de nuestro ser, nos colocará en el camino intuitivo del contacto con nuestras emociones, sentimientos y de nuestro propio cuerpo. Nos dará la ruta para poder alcanzar aquello que verdaderamente anhelamos, un contacto más profundo con nuestro ser: “[...] *sí me parece que esta cuestión artística, estética está muy cerca de la cuestión como espiritual y de cómo la meditación me ha traído también como un punto muy diferente como abarcar la música, que es a lo que me dedico.*”⁸⁵

El arte en la educación nos hará más sensibles y por lo tanto, el desarrollo del sujeto será muy diferente a una persona educada con la televisión, los videojuegos, carencias afectivas, el consumismo, etc. Pedro vivió una educación sensibilizada con el arte, por medio de su madre, y hoy día es una persona sumamente sensible:

“[...] entonces mi pá así fue , y mi mamá no, mi mamá era así, como... como que a ella le gusta la música de concierto, le gusta la música barroca, la música antigua, el Jazz, le gustaba la música toda, entonces me decía ‘mira hijo me compré un disco, venga a escucharlo’ y lo escuchábamos, ‘que te parece, escuche esta armonía, escucha esto, mira qué bonito’, mi mamá me abrazaba o sea como que era el otro lado, entonces eran como dos polos que se compensaban el uno al otro.”

La pintura (así como la música, la danza, la escultura, la artesanía, la fotografía, etc.) como una expresión artística, puede ser un complemento sumamente interesante y necesario en el proceso pedagógico, laboral, emocional, intelectual, puesto que canalizará las diferentes emociones y sentimientos estancados a lo largo del día, o de la propia existencia, además de dar una nueva perspectiva ante la vida y otorgar una nueva forma de pensamiento puesto que desarrollaremos otras áreas en nuestro interior que se complementarán perfectamente con la labor cotidiana:

J. ¿Además de la meditación le gusta hacer alguna otra actividad, como pintar...?

Yara. Pues pintar me gustaba mucho, [...], yo iba a dar mi clase en, yo empecé a dar clases allá en, en la ENAP porque empecé a tomar unos cursos de complementación

⁸⁵ Fragmento de la entrevista realizada a Maura.

académica, o sea que yo como administradora me complemento con arte, bueno, con lo que quieras, pero una carrera que nada tenía que ver con la tuya [...].

J. ¿Y en el momento en que usted estaba estudiando pintura, notó alguna diferencia en su vida?

Yara. Ay, si, era yo muy feliz, me sentía muy realizada, porque si me gustaba pintar, y siento que no lo hacía tan mal, no lo hacía tan mal como yo quería, y eso me molestaba, porque era, era éste, como que me quedaban muy sobadas las cosas, y casi todo lo que más me gusta de lo que he hecho, han sido cosas que hice rapidito, ejercicios de 20 minutos, que me quedaban a todo dar, ¿no?, es que este es otro rollo.⁸⁶

Luego entonces, como acabamos de ver, el arte, como parte de un desarrollo integral (aunado a la meditación en sus diversas manifestaciones, a saber, Yoga, Tai Chi, Zen, Budismo, Chi Kun, etc.), se tornará más profundo, distinto, espiritual, dando como resultado un desarrollo completo que no solo beneficiará a la persona, sino a todo lo que le rodee.

Así, el arte que busque el contacto con nuestro verdadero ser, que denote sensibilidad, que sea el reflejo de nuestro interior seguirá una ruta distinta, una hacia nuestro propio conocimiento, y por lo tanto, nos pondrá en contacto con nuestro medio, con nuestros semejantes y con la vida⁸⁷.

Por otro lado también se hará necesario el conocimiento de los diversos mecanismos de la sociedad, saber cómo funciona, para luego entonces, poder interactuar sanamente con ella, y saber en que momento actuar o cómo hacerlo.

⁸⁶ Yara nos menciona un ejercicio aplicado en el arte de realizar una pintura de la manera más rápido posible, 20 minutos. Con ello, ella pudo ver que le salían mejor sus pinturas, puesto que dejaba de estar pensando lo que iba a hacer y se dedicaba exclusivamente a pintar, “sin darle vueltas”, viviendo el aquí y el ahora (con ello no queremos decir que dejemos de pensar o analizar lo que vamos a hacer, pero si el hecho de quedarnos anclados al uso exclusivo de la razón). Dicho método, también lo hemos podido ver en la meditación, donde los meditantes se dedican exclusivamente a sus quehaceres y lo hacen de una mejor manera y más rápida.

⁸⁷ Afirmaciones realizadas por el Dr. Sergio López Ramos, durante los seminarios de “socioanálisis del mexicano”.

4.3.3.10 Conocer la inercia social

Los mecanismos de que se vale la sociedad para la construcción de un sujeto son muy numerosas, desde el consumismo a través de los medios de comunicación y los supermercados, la literatura, el arte, la ciencia, las instituciones, la familia, la escuela, es decir, tanto la educación formal como la informal. De esta manera se pretende crear un sujeto deseante, uno basado en el placer (muy al estilo de Bentham y su hedonismo), uno que no haga contacto con sus verdaderas emociones y sentimientos, uno que no descubra sus verdaderas potencialidades (que sorprendentemente son vastas) y sus intuiciones (las cuales le indiquen un camino adecuado en la vida), uno que adormezca su cuerpo (con medicamentos, productos, estilos musicales, etc.) y se entregue a una labor mecanizada que no está en pro de la vida.

“[...] todo ser humano tiene un poder dentro de él, pero el ser humano no lo sabe, no sabe que tienen ese poder, y menos lo va a saber si se dedica a ver estupideces que presentan las televisoras, mucho menos va a saber que tiene un poder si se dedica a ver tanta revista barata que existe, tantos medios informativos que dicen barrabasadas y media, a esos... pero mientras que el ser humano se siga llenando de eso nunca va a despertar el poder que hay dentro de sí.”⁸⁸

Así, la trama compleja de la sociedad actual, la nuestra, contiene en sus más íntimas fibras la visión heredada de Locke, Bentham, Kant, Descartes, Bacon, etc., lo cual puede verse en un serio individualismo (observado en gran parte de nuestros entrevistados antes de entrar a un proceso formativo integral), en el tan llamado egocentrismo y antropocentrismo, lo cual ha tenido sus repercusiones en nuestro México: “divide y vencerás”. La modernidad ha despojado al ser humano de una identidad, ahora se construye con modelos ajenos e importados que nada, o muy poco, tienen que ver con nuestra realidad, con *nuestro* espacio geográfico, político, económico, cultural, social, emocional, corporal y espiritual. Ahora nos construimos introyectando los diversos discursos que escuchamos en los laberintos de la soledad, en las novelas que aportan sus emociones y se plasman en el cuerpo del mexicano.

⁸⁸ Fragmento de la entrevista realizada a Gardenia.

Una visión de inferioridad, de adorar y venerar lo extranjero, de minimizar lo propio, de no escucharnos entre nosotros, es el legado de nuestros antepasados y es lo que vivimos cotidianamente. Por fortuna no todo es así, también existe el trabajo de personajes tan importantes como Vasconcelos, Antonio Caso, E. Chávez, Rafael Moreno, López Ramos, entre otros tantos que han dado un nuevo sentido a lo que hacemos, desde reflexiones filosóficas y epistemológicas han conseguido dar luz al verdadero valor de lo nuestro, que no es ajeno al gran concierto internacional, pero que además posee su propio aroma y matiz.

Es así que nuestra sociedad nos condiciona, nos coloca en una inercia de la cual es difícil escapar, y cuanto más, dar cuenta de ello. Nuestro ser, nuestra intuición, se verá así enfrascado en una dinámica de exigencias, deseos, de dinámicas de poder y sometimiento, además de una seria descalificación que es el resultado de un largo proceso histórico.

“[...] y ahí empiezo a meditar y empiezo como a darme cuenta de, de toda una serie de cosas, de toda una serie de juicios, y de toda una serie de paradigmas que regían mi vida de una manera como más bien tradicional que yo nunca me pregunté ni me cuestioné y eso sí dio como que muchos cambios.”⁸⁹

Luego entonces, serán la sociedad y la cultura (a través de un largo proceso histórico), los encargados de propagar a los 4 vientos sus demandas y exigencias, unas heredadas:

“Tú tienes que ser así, tienes que ser duro, tienes que luchar, tienes que comportarte, tienes que ser exitoso, sí, tienes que ser mandón, tienes que ser líder, no te dejes de nadie, de hecho pues es la, digo que, que si no fue una educación completamente machista la mía, pues sí estaba rodeado de mucha gente que una idea más o menos parecida en términos de sociedad, en mi casa no existía tanto eso, pero en las escuelas pues era una sociedad que te llevaba a eso, ¿no?, realmente el, el ser, el buscar el éxito a través de ciertas poses, que no es por ahí.”⁹⁰

⁸⁹ Fragmento de la entrevista realizada a Maura.

⁹⁰ Fragmento de la entrevista realizada a Alejandro.

Pero para romper con lo establecido, será necesario una pedagogía integral, una que consiga escuchar las diversas manifestaciones de la intuición y que logre enseñar a aprender a distinguirla de entre los incesantes deseos, de las adicciones (de todo tipo), además de saber que ésta es un elemento que pugna por la vida. Así, la intuición incluida dentro del proceso formativo de los sujetos, a través del cuerpo, es indispensable para un desarrollo integral, un desarrollo que incluya tanto el micro como el macrocosmos (el sujeto y su entorno social y natural).

4.3.3.11 Ejercicios corporales

El ejercicio corporal será otra de las herramientas usadas dentro de un proceso formativo de vital importancia para un desarrollo intuitivo integral, para una nueva pedagogía de la intuición. El cuerpo será entonces el lugar donde podemos trabajar realmente:

“[...] en Kundalini muchísimo si se habla de que seas intuitivo, de que realmente dejes guiarte con una combinación de esa parte intuitiva y esa parte que entra en cierta forma en razón pero, que por lo menos escuches a esa intuición, porque te digo, porque no la escuchamos, la gente dice, “es que me latía”, si me latía, no, y no le hiciste caso (se ríe). ¿Como la trabaja? La trabaja a través de la parte física como con ciertos ejercicios equilibrando justamente el lado derecho y el lado izquierdo, a veces justamente a través de las respiraciones, como puede ser este ejercicio de respiración que hacíamos: de inhala largo y profundo por la izquierda⁹¹, exhala por tu derecha, inhalas por tu derecha, exhalas porque izquierda, ese ejercicio te ayuda a equilibrar los hemisferios cerebrales y como te decía, en la parte derecha se encuentra, y tienen relacionado ese hemisferio derecho, se encuentra lo que es la intuición, entre otras cosas, como puede ser la apreciación artística, como puede ser...”⁹²

⁹¹ Sara se refiere a las fosas nasales, inhalar y exhalar alternadamente como lo menciona.

⁹² Fragmento de la entrevista realizada a Sara.

De la misma manera, lo que pudimos ver en los entrevistados y sus prácticas fue que también era necesario coordinar todos los movimientos, es decir, que el cuerpo, la mente, las respiraciones, es decir, todo, debe de ser coordinado, articulado. En Kundalini yoga podemos observar que existe una profunda coordinación de brazos, piernas, respiración, sonidos y atención principalmente, todo a un mismo ritmo. También existe una simetría y alternancia en los movimientos, lo que hagas con el pie derecho lo vas a hacer posteriormente con el izquierdo, en tanto que, en otros ejercicios, si subes el brazo derecho, bajas el izquierdo, todo al ritmo de la respiración, puesto que somos un todo y dar preferencia a alguna zona tendrá sus implicaciones.

Los mudras (posiciones de las manos), los mantras (cantos y frases), la respiración, la concentración en alguna determinada zona o emoción, las asanas (posturas), los movimientos, todo tiene que estar articulado armónicamente, para desarrollar la intuición. Laura, practicante de yoga kundalini nos dice: *“[...] y si la verdad es que lograron articular la mudra, el sonido, las posturas, los mudras, todo lo que acabo de mencionar, lo armonizaron, está tan bien articulado para que se estimule los centros superiores y estimulan los centros superiores que estimulan a la intuición.”* Lo mismo sucederá en el Tai Chi, en el Zen, en el Budismo, en lo que hemos podido observar. Así, también ocurre con las enseñanzas, con los sutras, con los antiguos textos sagrados, con la filosofía, misma que tiene que estar articulada a todo lo anterior; de lo contrario, solo nos encontraremos en un discurso, en el imaginario, no en la realidad.

Otra de las cuestiones indispensables en el trabajo corporal integral, será entonces cerrar canales o circuitos, a través de los mudras y “cerraduras”, principalmente. Pero ¿dicha situación en que consiste?, básicamente radica en completar circuitos que de otra manera se encuentran abiertos, y cerrándolos generarán un flujo que propiciará que los bloqueos de cualquier tipo (emocionales, de tensiones, energéticos) se deshagan. Así, los meridianos de los que nos habla la acupuntura tradicional china, se verán beneficiados, favoreciendo a los diferentes órganos del cuerpo y por lo tanto, a las emociones y al bienestar del ser en general.

Una de las técnicas para realizar dichas cerradura será la de contraer el ano y colocar nuestra lengua pegada al paladar (ya sea en Yoga, en el Zen, o en el Tai Chi), ya sea meditando en “flor de loto”, o en posturas especiales, acostados o de pie. Con ello cerraremos un circuito muy importante que consta de dos canales de acupuntura (Du y Rem) los cuales se encontrarán y con ello favoreceremos la circulación al interior del cuerpo.

Otra de las intensiones de los mudras (posiciones de las manos) y los movimientos de manos, pies, torso y cabeza, será la de establecer un contacto con el espacio-tiempo, uno unificado, con la tierra, con nuestro entorno, sintiendo cada movimiento y poniendo toda nuestra atención en ello. Movimientos especiales en el Tai Chi y el Zen (que comparten la disciplina Taoista), como “el paso del viejito”, que consiste en, como su nombre lo indica, caminar como viejito, arrastrando los pies y realizar un vaivén de los brazos de forma simultánea, propiciará un arraigo del practicante hacia la tierra, es decir, favorecerá que éste no esté pensando tanto y que su conexión con la tierra, con su entorno, sea mejor.

Philip Goldberg nos dice que las posturas de yoga serán un medio efectivo para reducir tensiones y calmar a la mente, aumentando la atención, y por lo tanto, facilitando el acceso de la intuición. De esta misma forma, él nos habla también de la importancia de la respiración, de eliminar la tensión muscular, de las visualizaciones e imaginación, entre otros aspectos.

4.3.3.11.1 No Forzar ni competir

Cuando uno comienza a forzar alguna situación, alguna enseñanza, o simplemente intentar alcanzar a la intuición, no se va a lograr nada, o muy poco se conseguirá⁹³, puesto que ese esfuerzo nace de la razón, del intelecto, y de la sociedad en su conjunto. Lo mismo sucede con el Tai Chi. Algunos maestros de ésta disciplina mencionan que la postura debe de ser tranquila, suave, pero firme, no forzando la respiración ni a nuestro cuerpo, porque

⁹³ Como los experimentos realizados sobre la intuición bajo condiciones controladas y esperando un resultado preestablecido, donde lo que se pretende es medir la intuición, lo cual, por su puesto, no se puede conseguir de esa manera.

de lo contrario, la energía no circulará libremente por nosotros y así nos encontraremos constantemente con bloqueos emocionales, energéticos, de aprendizaje, etc. Pero lo mismo lo encontramos en las diferentes disciplinas, el no forzar alguna postura, la respiración o simplemente las enseñanzas, y para ello será fundamental el poner toda nuestra atención en lo que hacemos, (atención consciente), de esta manera no nos lastimaremos.

No forzar nos habla en términos de la vida, porque la vida no es así, en la vida, en el universo existen espirales, movimientos curvos y continuos, no rectos, y forzar implica rigidez y movimientos y pensamientos rectos, no espirales: *“cuando tú fuerzas algo ya no funciona igual, yo creo que es mejor aflojar, dejar fluir, y eso te lo están diciendo siempre en yoga y en todas las otras disciplinas espirituales, dejar fluir, deja que fluya la vida, como el agua”*.⁹⁴ Así, por ejemplo, los movimientos del Tai Chi son suaves, naturales, no rectos, ligeros, relajados, pero firmes, y continuos, a un mismo ritmo, cadencioso y dinámico, los movimientos realizados en el zen son muy parecidos. Así la relajación, el movimiento constante y fluido, y la conciencia son muy importantes en el proceso sensitivo. Adoptando dichos movimientos comenzamos a concentrar nuestra atención tanto en el interior como en el exterior, lo que se busca es sentir, conectarse con la vida⁹⁵, hacer caso de la conexión existente de todo el universo.

También en estas disciplinas no existe una competencia como tal, no hay medallas, reconocimientos sociales, nada de eso, el desarrollo es individual y la medida somos nosotros.

*“[...] aunque no hay cintas ni grados en el Tai Chi, porque no se puede decir, este, tú eres cinta negra como en karate, o tienes tal nivel, así como tal no, no se considera ni hay exámenes, ni nada que se le parezca, aunque sí es un arte marcial, no hay exámenes, no hay cintas, no hay como tal grados. [...] Porque no hay competencia, en el karate y todo eso porque hay competencia, aquí no.”*⁹⁶

⁹⁴ Fragmento de la entrevista realizada a Yara.

⁹⁵ “Conectarse con la vida” no significa que nos encontremos apartados de ella, solo quiere decir que efectivamente nos encontramos entrelazados, conectados con ella, solo que no hacemos caso de dicha conexión.

⁹⁶ Fragmento de la entrevista realizada a Jorge.

Luego entonces, la competencia social se ha convertido en una situación artificial que introduce a los sujetos a una nueva dinámica, y los resultados los vemos todos los días en los consultorios, en las escuelas y en todas partes. Hoy día sabemos que nuestro pasado evolutivo, como ya lo hemos mencionado, entraña un proceso de competencia natural, de selección natural, pero también una cooperación que hemos olvidado, gracias al individualismo heredado de Locke y sus replicadores, así como del sistema capitalista (influido por las diversas filosofías del momento y sus conceptualizaciones del sujeto, la naturaleza y la plusvalía) y el egocentrismo. Pero para romper con dicha dinámica competitiva insana, será necesario cobrar consciencia, no caer en el juego, hacer lo que hacemos de manera más lenta, pausada, pero conscientemente, sin prisas excesivas.⁹⁷

4.3.3.11.2 *Lentitud*

En las disciplinas que pudimos observar, Zen, Yoga kundalini y Tai Chi, se observó una lentitud armónica en los movimientos, un sabor en cada ejercicio que no cabía duda, no había prisa por los resultados de la práctica, ni siquiera estos eran esperados. Así por ejemplo, en el Tai Chi la intención directa es hacer los ejercicios lo más lento posible (o muy rápido en ciertas etapas), sin que deje de ser Tai Chi. En el Zen se hace un alto total a la hora de meditar sentados, pero en la meditación en movimiento, con los ejercicios taoistas aplicados en esta disciplina no se encuentra la prisa de la vida citadina, se hacen los movimientos colocando la atención en ellos, y también en ésta práctica se hacen ejercicios de rapidez, como a la hora de comer, pero colocando nuevamente nuestra atención en ello. Lo mismo sucede en el Yoga, todo lleva su tiempo y su atención, de lo contrario podremos lastimarnos (en el amplio sentido de la palabra). Jorge nos dice: “[...] y sin ninguna prisa, porque si llevas prisa, entonces la ansiedad te va a evitar que sigas progresando, ese es, el punto más importante es eso, todo con calma, conforme lo vas asimilando, no quererse brincar etapas, porque si te brincas etapas no estás preparado para la siguiente”.

⁹⁷ Para mayor información consúltese la obra “Momo” de Michael Ende.

4.3.3.11.3 Baños con agua fría

El bañarse con agua fría representa un factor importante en el trabajo con nuestro cuerpo y con nuestra mente. De esta manera lo que hacemos es estimular al sistema circulatorio, al sistema linfático, al sistema inmunológico, además de la eliminación de toxinas físicas y “mentales”, nos dice Laura:

*“Bueno ahí este la razón por la que, ese también es una indicación que te da Yogui Bayan no fue mía ni nada, se trata de que tu cuando estés, y no es un baño, es un regaderazo, te frotas el cuerpo, todo tu cuerpo te lo frotas con el agua fría mientras está cayendo y es rapidísimo y ya te sales pero bueno que te esté cayendo el agua fría es impresionante, de todas maneras la razón que el da de esa manera al estarte tu frotando con el agua fría tu cuerpo estas eliminando, estas preparando para tu trabajo de yoga estas eliminando todas las toxinas, estás activando tu circulación y por lo tanto tu sistema linfático para que todas las toxinas que se acumularon durante el transcurso de la noche empiezan a eliminarse, las remuevas y empieces a eliminar toxinas, es más de eliminación de toxinas físicas y mentales, esa es la razón del baño de agua fría”.*⁹⁸

Por otro lado, el agua fría nos despertará, nos mantendrá alerta y conservaremos el calor corporal que necesitamos, debido a que dicha agua cerrará los poros de nuestra piel.

Pedro. Básicamente te despierta, te mantiene con la mente alerta. Cuando te bañas con agua caliente te tallas, cantas, estás en el agua que te cae en la espalda. Cuado te bañas con agua fría pero te bañas bien y ya, me refiero a que no nada más y ya, sino te mojas y chuchuchuchu, tienes que hacerlo rápido, la velocidad y la fuerza cuando te tallas es diferente a cuando te bañas con agua calentita, es que es un instinto: rápido, rápido, rápido, limpiar, limpiar, limpiar, y eso frota, estimula la piel, estimula la circulación, los poros se cierran por lo tanto el calor se concentra adentro, por eso cuando sales, tiene que ser breve el baño, aparte ahorras, [...]. Todo, este, cuando te sales es importante que te seques, te frotes fuerte, rápido, entonces genera la reacción contraria, empieza el calor y aunque salgas al frío no sientes tanto frío como cuando te bañas con agua caliente, o sea, beneficia muchas cosas: eleva las defensas, [...]. Te llega a la cabeza, estás recibiendo el

⁹⁸ Fragmento de la entrevista realizada a Laura.

impacto aquí, entonces el cuerpo va, donde hay un impacto va la sangre rápido, el sistema de defensa, es una buena manera de captar energía por las mañanas.

4.3.3.12 Alimentación

La alimentación, como se pudo observar, también es de suma importancia ya que será ésta la que altere nuestros estados de conciencia o los conduzca por una vía distinta. Así encontramos diferentes tipos de alimento, según la Yoga, con sus propias características. Los sátvicos (cereales, frutas, verduras, legumbres, semillas, frutos secos, leche y sus derivados, miel, “alimentos vivos” se les llama), los rajásicos (chile, canela, pimienta, sal, chocolate, sustancias muy picantes o amargas, condimentos) y los tamásicos (carne, que son considerados como alimentos muertos, alcohol, fermentados, vinagre, cigarro, marihuana). De esta manera los alimentos sátvicos son aquellos que nos proporcionan vitalidad, un estado despierto de conciencia, en tanto que los rajásicos nos dan potencia, mucha actividad, en tanto que los tamásicos nublan nuestra conciencia y nos hacen lentos, agresivos, pesados. Así, los dos primeros favorecerán nuestros estados de conciencia y nos facilitarán nuestras meditaciones y nuestra vida ordinaria. Así le preguntamos a Laura, practicante e instructora de Yoga Kundalini sobre cual era el papel de la alimentación en la consciencia, en el trabajo personal, a lo cual nos contestó:

“Pues es fundamental te voy a decir por qué, para mí es fundamental por que desde que empecé a hacer yoga empecé a quitar cosas que veía que me, que me costaba trabajo meditar por decir yo era afecta a tomar Pepsi cola, tomaba Pepsi cola y ya después me ponía a meditar en clase, ¿no?, en las mañanas, ¿no?, a las cuatro de la mañana y yo veía que para que pudiera cerrar los ojos, o empezar a pensar me alteraba, veía yo que empezaba a tener alteración, el café, que también era a tomar el café, también me alteraba, me generaba así inquietud, pero yo no sabía qué era, eso yo decía ahhh pues medite hoy, si cerré los ojos, mentira ahora lo veo y veo que nunca hice bajo esas condiciones una buena meditación, entonces al ir dejando café y ese tipo de refresco, Coca-Cola, Pepsi, si llegué a pensar, es más ahorita me tomo una, cada quien sabe cuando, pero llegaba a tomármela y cambiaba, de hecho los maestros nos decían si bebieron, si tomaron café, si tomaron refresco ni se presenten, o si se metieron una droga

*ni se presenten por que no van a tener, van a alterar su conciencia, iban a estar bajo el efecto de todo esto, lo mejor es que ni se presenten a meditar, y dice porque su estado de vibración va a ser muy diferente a lo que van a obtener aquí, yo pues obviamente no me metía nada, nunca me metí nada pero si el café, yo lo veía ¡ay! Un cafecito antes de la clase, [...] también empecé a ver que a veces no comía y me comía un sándwich o algo así y llegaba a meditar y tampoco, no lo lograba, entonces, como decirte, ya en resumen, me di cuenta de que sí yo meto a mi organismo productos naturales, [...] empecé a ver que había unos mejores resultados en mi trabajo, en mi trabajo porque podía moverme mejor mi abdomen para la cerradura, observaba que a la hora de respirar no sentían esa pesadez que te deja la carne, no sentía esa pesadez que te deja que no has digerido, que los intestinos los traes pesados por la carne, yo dejé la carne”.*⁹⁹

Así, otra instructora de yoga, Gardenia, nos comentó lo mismo con respecto al café y los refrescos de Cola, además de que observó en sus alumnos un cambio drástico en su comportamiento cuando éstos dejaban de consumir carne¹⁰⁰, o al menos, la consumían en menores proporciones; estos cambios consistían en que sus alumnos eran menos enojones, menos irritables:

*“[...] pero por ejemplo yo he notado que una persona que come mucha carne es una persona más agresiva, una persona que come carne huele diferente, una persona que come carne le huelen los pies mal y tiene mal aliento, cuando una persona se aleja de eso todo eso se va, entonces afectan las emociones, yo creo que si una persona que come carne estaba afectado en sus emociones es más impulsivo, es más visceral, es mi punto de vista de lo que yo he percibido, y cuando una persona no come carne es más tranquila.”*¹⁰¹

Cuestión que de igual manera también nos platicó Pedro, practicante de Yoga, Kung Fu y Tai Chi (además de ser maestro en éstas disciplinas), con respecto a la gente que ha visto que ha realizado dichos cambios en su alimentación: *“pero sí he visto a gente que cambie la forma de pensar, menos agresiva”*.

⁹⁹ Fragmento de la entrevista realizada a Laura.

¹⁰⁰ La propuesta entonces no es dejar de consumir carne roja o blanca, pero si hacerlo en menor cantidad, u optar por diferentes alternativas, más sanas y menos tóxicas como los insectos, el pato, conejo, venado, víbora, etc.

¹⁰¹ Fragmento de la entrevista realizada a Gardenia.

Alejandro nos platica el cambio en su comportamiento, él era muy agresivo, impaciente e intolerante, y debido a un cambio de alimentación (ovo-lacto-vegetariano) y a la práctica del Tai Chi, cambiaron sus estados de ánimo y su intuición¹⁰², él nos platica como era y como cambio:

“Muy agresivo, y muy intolerante. Muy agresivo, era capaz de no, no entender a las personas su punto de vista, tenía que ser el mío el que perdurara y porque así era, entonces el aceptar que las personas pueden tener sus formas de ser o de reaccionar diferentes a las mías, pues una intolerancia, sí. Era más impaciente, ahora soy más paciente. [...] ahora, me permito que se equivoquen, pero básicamente la agresividad, mi nivel de agresividad era muy grande y, y si lo tengo que achacar a algo, si, en parte al Tai Chi, pero en parte también a que dejé de comer carne, eso es.”

Para tener un panorama más amplio podemos ver los experimentos realizados en torno a éstos tipos de alimentación y sus repercusiones en nuestros estados emocionales y de salud. McCarrison realizó un estudio sumamente interesante sobre una tribu de medio oriente, los Hunza, los cuales gozaban de salud plena y con excelentes estados de ánimo.¹⁰³

¹⁰² Hoy día él hace más contacto con sus emociones y es más auténtico con lo que siente y con sus decisiones.

¹⁰³ "McCarrison estaba asombrado de que los Hunza, (...), no sólo eran capaces de caminar más de 74 kilómetros en la región más abrupta del mundo y bucear por debajo del hielo de un boquete a otro (...) sino que gozaban de perfecta salud, salvo alguna inflamación de los ojos ocasionada por la mala ventilación de sus cabañas donde encendían fogatas, y que vivían hasta alcanzar una edad avanzada. McCarrison observó, además, que la salud y el vigor de los hunzas corría parejo con su alto grado de inteligencia, ingenio y cortesía. Eran numéricamente pocos y estaban rodeados de vecinos belicosos, pero rara vez eran atacados, porque siempre vencían." Tompkins, P. y Bird, C. (1985). La vida secreta de las plantas. México: Diana. P. 233-234. McCarrison notó que los pueblos aldeaños, es decir, bajo mismas condiciones climáticas y geográficas, eran víctimas de numerosas enfermedades que no se daban en los hunzas iniciando así un estudio comparativo con respecto a sus costumbres alimenticias. Posteriormente realizó algunos experimentos con ratas, alimentando a algunas de ellas con diversas dietas indias y notó que su crecimiento, estado físico y salud era extremadamente similar a la gente que consumía aquellos elementos. A un grupo de ratas les dio el alimento que consumían los hunzas, que consistía en granos, hortalizas y frutas, junto con leche de cabra sin pasteurizar. McCarrison asombrado vio que estos animales eran los más sanos que había visto en su laboratorio, crecían rápidamente, nunca estaban enfermos, se apareaban con entusiasmo y sus crías eran muy sanas. Posteriormente se les hizo la autopsia, a los 27 meses, que es el equivalente a 55 años de edad en los humanos, descubriendo que no tenían absolutamente nada anómalo ni enfermo en sus órganos. McCarrison también observó que éstas siempre se comportaban con cariño y siempre tenían ganas de jugar. Lo más interesante fue que las otras ratas de laboratorio, a las que se les dio una alimentación de tipo citadino, contrajeron las mismas enfermedades que la gente cuya dieta consumían y hasta parecía que tenían los mismos comportamientos. En la autopsia se llenaban páginas enteras de enfermedades, había dolencias o trastornos en todas las partes de sus cuerpos, "desde el vientre y los ovarios hasta la piel, el pelo, la sangre y los sistemas respiratorio, urinario, digestivo, nervioso y cardiovascular". Op. Cit. P. 234. Además otra

Asimismo, si la ira se encuentra muy presente debido a un estilo de alimentación, como lo podemos ver en nuestros entrevistados, entonces será un poco más difícil que prestemos atención a nuestra intuición, a nuestros sentimientos y pensamientos más auténticos, nos sentiremos pesados y distorsionaremos nuestra consciencia, en mayor o menor grado, es decir, por los estilos de alimentación podremos sentirnos enfadados, cansados, con dolores de cabeza, irritable, sin ganas de hacer nada, angustiados, etc., lo cual propiciará que no aprendamos bien y que estemos muy distraídos. Pedro nos platica los cambios que vio en si mismo al optar por una alimentación ovo-lacto-vegetariana¹⁰⁴:

J. Notaste algún cambio con ese cambio de alimentación?

Pedro. Si lo primero fue la digestión, pero rápida, comíamos mucho me acuerdo comíamos mucho y yo deje de sentir una cierta pesadez que sentía antes, comía y como que me daba sueño, y con esa nueva forma, tranquilo como que siempre despierto. [...] no me enfermaba, dejé de usar suéteres, chamarras, no sentía tanto frío, era el ejercicio combinado, yo lo atribuyo a ejercicio, la alimentación, el agua fría, no tabaco, no al alcohol, no drogas, y un propósito en la vida, mi propósito era servir.

También debemos de considerar que nuestra alimentación deberá ser de acuerdo a nuestro espacio geográfico, a la temporada, y al momento que estemos viviendo, es decir, será en cierto sentido, individual, dependiendo de nuestras carencias, emociones, de nuestros estilos de vida, etc. Jorge nos dice:

“[...] cuando te platico que tenía reumatismo y todo el rollo, mi maestro, a mí me sugirió que era mejor una alimentación vegetariana, a mí, en ese momento, porque yo no comía nada de verduras, no comía nada de frutas, necesitaba las vitaminas, entonces a mí, y porque tenía demasiado colesterol, por eso era el reumatismo, entonces para mí en específico, me dijo, ‘tú, te conviene una alimentación vegetariana’, en ese momento, entonces tomé la alimentación vegetariana y si me hizo mucho bien, por eso pienso que las cosas no son generales, sino como qué depende de para quien, en qué momento, en donde,

cuestión muy interesante fue que había que tener separadas a muchas de ellas puesto que eran furiosas y bravas, para que no se matasen entre sí, nos mencionan Tompkins y Bird.

¹⁰⁴ Cuestión que influyó fuertemente, solamente que dicho factor no es aislado, también tendrá que ver el ejercicio, una disciplina holística, y todo lo que, de manera general, abarcamos en esta investigación.

etc. así como qué tienes que hacer la valoración particular, no es así como qué para todos, entonces para mí en ese momento me cayó de maravilla, me curé de todo, o sea, si busque trabajo, me puse a practicar yoga, si, y además empecé a comer lo que no comía, y entonces, pues me cure totalmente, sin ningún medicamento”.

Pero regresando al consumo excesivo de la carne y sus repercusiones en el cuerpo, Víctor nos dice: “[...] esto de los abscesos sí lo ligaba con lo de la carne porque te digo yo empecé a pues empecé a hacerme vegetariano cuando tenía como 28 años, entonces, 29, por ahí, entonces empecé con lo del vegetarianismo, tenía estos abscesos y se fueron.”¹⁰⁵ Además, hoy día él tiene una mejor digestión, acude más veces al sanitario¹⁰⁶ y tiene un mejor estado de salud en general, nos comenta.

Por otro lado, Rocío, Alejandro, Pedro, Gala, Gardenia, Laura, Sara, Jorge, Víctor y Maura, optaron por una alimentación ovo-lacto-vegetariana, de igual manera, se volvieron sensibles a ciertos tipos de alimentos. Así, Pedro, Gardenia, Maura, Rocío, Gala, Alejandro, Jorge y Laura se volvieron más sensibles a los alimentos y comidas muy condimentadas o muy fuertes, les hace daño. Alejandro nos platica:

“[...] fue un proceso en donde empecé a hacer Tai Chi y a los, qué te parece, a los 6 meses me hice vegetariano, dejé de fumar, dejé el café, entonces, este, empecé a adquirir una mayor sensibilidad a los olores, a los sabores, entonces junto con eso adquirí la sensibilidad del estómago, entonces las especias me hacen daño, las cosas muy sazonadas me hacen daño, entonces ahora busco sabores sutiles, que no sean tan, tan, tan, así.”

Y esto sucede debido a que en un trabajo integral uno se vuelve más sensitivo, más perceptivo a todo, tus sentidos están alerta y se amplifican: *“Entonces te hace, o sea, es que viene todo junto, o sea, te vuelves más perceptible tanto a lo, a lo, al sabor, a las*

¹⁰⁵ Cabe mencionar que Víctor no se hizo vegetariano completamente, puesto que actualmente es ovo-lacto-vegetariano, consumiendo así la proteína animal que necesitamos. Pero, su consumo anterior de carne le produjo abscesos en las manos.

¹⁰⁶ Es decir, una mejor digestión, además de que las heces fecales permanecen menor tiempo al interior, lo cual propicia que no haya intoxicación en el cuerpo, cuestión que sucede frecuentemente con los que padecen de severo estreñimiento, con síntomas como dolores de cabeza, irritación, cansancio, etc.

personas, a... la vibración, a todo."¹⁰⁷

Gardenia nos platica: *"Pues yo creo que como que se van agudizando los sentidos cuando uno empieza a meditar, entonces te vuelves como, me volví como muy susceptible, mas, percibía más el efecto del café en mi cuerpo sentía ese temblor más intenso,[...] como que se amplificaba, se sentía más intenso"*.

Todos ellos, hoy día prefieren sabores más neutrales y naturales, es decir, menos cargados o fuertes, y sus preferencias hacia ciertos sabores como el salado, el picante, el dulce, el amargo o el picante, disminuyeron considerablemente.

Se pudo ver en la mayoría (antes de entrar a un proceso formativo integral) una tendencia a preferir los sabores agrios, dulces y picantes, además del salado (casi no pudimos ver la preferencia hacia el amargo). Ello posiblemente se debe a que nuestra cultura mexicana presenta las emociones que le corresponden a dichos sabores, a saber: agrio-enojo, amargo-alegría, dulce-ansiedad, picante-tristeza, salado-miedo, según la teoría de los cinco elementos (dentro de la medicina tradicional china)¹⁰⁸. Así, el enojo lo cargamos generacionalmente desde la conquista, la imposición de una nueva visión y el sometimiento a través de las armas y la sangre, generaron mucho enojo y frustración. Por otro lado, la tristeza se apoderó de nuestra nación, hoy día, sin hacerlo consciente, añoramos internamente nuestro antiguo pasado, nuestras raíces, añoramos un estado de bienestar, una realización que hoy día es difícil alcanzar, puesto que la situación desde entonces no ha cambiado en mucho. El miedo, por su parte, cobró cuota en nuestra población¹⁰⁹ y se apoderó de nuestra sociedad, así, desde esos días vivimos con incertidumbre ante el rojo escenario de una posible muerte al no aceptar la dominación, por lo tanto, optamos por una vida diferente, cabizbajos, melancólicos y simuladores, con miedo. La ansiedad, por su parte, hoy día nos ha hecho sus presas, debido a las altas

¹⁰⁷ Fragmento de la entrevista realizada a Alejandro.

¹⁰⁸ Para mayor información consúltese la tabla 1.

¹⁰⁹ El miedo, como nos lo dice la Teoría de los cinco elementos, tiene que ver con el color negro (o azul), con el sabor salado, con el riñón y la vejiga, con los huesos y dientes, con los oídos, con el carácter, y con el elemento agua y por lo tanto se encuentra relacionado con problemas en la vejiga, infecciones en vías urinarias, problemas en la dentadura y huesos, etc.

exigencias de una sociedad tan consumista e industrializada, las demandas son muchas (imagen, auto, casa, vestimenta a la moda, electrónicos, etc.).

Cinco elementos	Cuerpo				Emociones	Naturaleza					
	Zang	Fu	Órganos de los cinco sentidos	Los cinco tejidos		Estaciones	Factores ambientales	Crecimiento y desarrollo	Colores	Sabores	Orientación
Madera	Hígado	Vesícula biliar	Ojos	Tendones	Ira	Primavera	Viento	Germinación	Verde	Agrio	Este
Fuego	Corazón	Intestino delgado	Lengua	Vasos	Alegría	Verano	Calor	Crecimiento	Rojo	Amargo	Sur
Tierra	Bazo	Estomago	Boca	Músculos	Ansiedad	Verano tardío	Humedad	Transformación	Amarillo	Dulce	Centro
Metal	Pulmón	Intestino grueso	Nariz	Piel y pelo	Melancolía	Otoño	Sequedad	Cosecha	Blanco	Picante	Oeste
Agua	Riñón	Vejiga	Oreja	Huesos	Pánico y miedo	Invierno	Frío	Almacenamiento	Negro	Salado	Norte

Tabla 1. Los cinco elementos. Muestra la relación de los cinco elementos con el cuerpo y con la naturaleza.

Pero, cabe destacar, que al entrar en un proceso integral, intuitivo, se pudo ver que dichas preferencias hacia estos sabores, se vieron equilibradas de manera general (hubo casos donde no existió una diferencia significativa).

Por otro lado, una alimentación más adecuada se realizará en 4 ó 5 partes durante el día, y no 3 como acostumbramos. Con ello se pretende no saturar a nuestro sistema digestivo con las comidas tan pesadas que realizamos en cada comida, aligerar la carga y distribuirla durante el día. Así tendremos una mejor digestión, evitaremos problemas de gastritis, además de colaborar con nuestro sistema nervioso (nuestro humor cambiará en cierta medida) y bajaremos de peso:

“[...] es importante que la gente consuma no demasiada cantidad en las mañanas, ni en la noche para que su sistema digestivo tenga el trabajo adecuado y no se sobrecargue, es importante comer poco y muchas veces, no bastante, cinco o seis veces, es lo mejor para que el sistema nervioso esté siempre teniendo nutrientes, el sistema digestivo esté

trabajando constantemente, no se genere gastritis y todo eso, pero al mismo tiempo que no se sature de comida.”¹¹⁰

4.3.3.13 Respiración

Un factor indispensable, entre otros, dentro del proceso formativo será la respiración, como nos dice Alejandro: “[...] *el despertar de la energía interior, tiene que ver con el movimiento y con la respiración, pero tiene que ver con la mente.*” Solo que ésta, la respiración, debe ser de manera natural, pero también, coordinada con el resto de nuestro cuerpo (en el caso de la meditación en movimiento), e incluso, en ocasiones debe de llevar una intención.

La respiración, según nos platica Pedro, Jorge y Rocío, debe de comenzar por el estómago, para, posteriormente, ir subiendo y volverse torácica, es decir, cuando inhalemos, debemos de inflar ligeramente el estómago, como si estuviésemos llenando una vasija con agua, la cual irá subiendo conforme se vaya llenando. Lo mismo ocurrirá con la respiración, comenzará desde el fondo, desde el estómago, pasando por el diafragma, para después volverse una respiración ligeramente pulmonar, sin llegar a serlo completamente, todo ello de manera natural, sin forzar.

Por otro lado, la respiración deberá estar coordinada, en el caso que le corresponda, con nuestros movimientos corporales. Bajo algunas corrientes taoístas (Zen, Tai Chi y Chi Kun), en ocasiones deberemos de inhalar ante movimientos expansivos (levantar y extender brazos y piernas, etc.), en tanto que en movimientos de contracción (juntar las extremidades hacia el tronco del cuerpo), deberemos de exhalar, por lo tanto, lo mismo sucede al interior de nuestro cuerpo con la respiración (cuando hacemos un movimiento expansivo, nuestro abdomen también lo hace). Rocío nos menciona: *“inhalas, haces un movimiento hacia fuera, exhalas, haces un movimiento hacia dentro, por explicarlo de esa manera”*.

¹¹⁰ Fragmento de la entrevista realizada a Pedro.

La respiración será un modo de acceder a los movimientos internos de nuestros cuerpos, calmará nuestros pensamientos y sentimientos, propiciará una mejor oxigenación, relajará nuestros músculos, nuestras emociones y pensamientos, es decir, serán muchos sus beneficios, pero en planos más profundos, el trabajo será otro. La respiración profunda y natural, coordinada con nuestro cuerpo, con movimientos conscientes, lentos y cadenciosos (en el caso del Chi Kun, la parte Taoista del Zen y el Tai Chi) u otros movimientos (Zen y yoga kundalini, donde algunos movimientos también son lentos y cadenciosos, pero también están los movimientos enérgicos), propiciará una mejor concentración mental, una mejor atención, y por lo tanto, gradualmente nos haremos más sensitivos, más intuitivos.

“[...] entonces si ahora haces las dos cosas conscientes: movimiento lento y respiración profunda, la, el aprovechamiento de la energía que se produce en ti, hace que te tengas una concentración mental mayor, entonces van de la mano, una te lleva a la otra y las dos juntas te llevan a lo que sigue, que es la atención concentrada.”¹¹¹

La inhalación y exhalación también deberán estar emparejadas con movimientos internos de nuestro cuerpo, como se ha visto en el zen, chi kun, yoga kundalini. Así, cuando inhalemos deberemos de contraer el ano y órganos genitales, lo que, según dicen nuestros entrevistados, generará que movamos nuestra energía al interior, en tanto que al exhalar deberemos de soltarlos, teniendo la intención de guardar la exhalación en el tandem.¹¹²

“Chi Kun se parece mucho a la meditación, este, tú estás meditando pero hay movimientos pues muy interesantes, a mí me han parecido muy interesantes porque se entrena mucho el perineo, entonces entrenas mucho el perineo, entonces tú, este músculo que está entre el ano y los genitales, te entrenas a hacer esto: asir, soltar, asir, soltar. Cuando mueves la energía tú te imaginas que dentro de ti es como un gran recurso, que hay como una vasija con perlas, sueltas una vasija, lo agarras con el perineo y lo subes, entonces agarras con el perineo, así y ese movimiento hace que suba la energía, ese movimiento del perineo.”¹¹³

¹¹¹ Fragmento de la entrevista realizada a Alejandro.

¹¹² Una zona que algunos la ubican un poco debajo del ombligo (2 cun, una medida única para cada sujeto, según la medicina tradicional china) y un poco hacia adentro.

¹¹³ Fragmento de la entrevista realizada a Víctor.

Dichos movimientos limpiarán los meridianos acupunturales (o canales energéticos), y por lo tanto contribuirán al bienestar de los órganos internos, de las emociones, estados de ánimos, mejor percepción, mayor sensibilidad, es decir, mayor intuición, mejor estado receptivo y propositivo (educación) etc., todo ello de manera gradual, y sin considerar dicho movimiento del perineo como único medio de trabajo.

Pero debemos recordar que la respiración además debe ser muy natural, ya que, debido a nuestros estilos de vida modernos y no tan modernos, hemos perdido dicho estado y por lo tanto, no sabemos respirar bien. Pedro nos dice:

“[...] vivimos en un estado alterado de respiración, una respiración pobre, lo natural es respirar profundo, pero por lo mismo que decíamos ahorita, la presión que vivimos, las emociones, el estrés, todo eso, el cuerpo se va contrayendo; la respiración se va haciendo cada vez más pequeña. Entonces la respiración tiene que ser profunda. Cuando viene una emoción que te altera, se altera la respiración.”

Pero, como ya se ha mencionado, dicha respiración deberá ser consciente, y cuando corresponda, irá coordinada con los movimientos corporales.

4.3.3.14 Movimientos Corporales

En el Tai Chi, la Yoga kundalini y el budismo Zen se ha podido observar que los movimientos corporales (cuando son realizados, puesto que dichas disciplinas también implican momentos de quietud) suelen ir emparejados, es decir, lo que haga nuestra parte izquierda también lo hará la derecha, en un momento u otro, a veces al mismo tiempo (simultáneamente), a veces de manera contraria (alternadamente), de manera simétrica (radial o axial). En el Tai Chi por ejemplo, si se sube una mano, se baja la otra, si una mano va adelante, la otra va atrás, además de hacer los ejercicios de manera simétrica. De forma muy similar también ocurre en el Zen observado y el Yoga kundalini.

Esto, se dice, sirve para, literalmente hablando, mover todo el cuerpo, estimular los dos hemisferios cerebrales, realizar nuevas conexiones sinápticas, y mover nuestro cuerpo

como lo dicta el universo, como el Yin y el Yang. Jorge nos dice: “[...] *los principios generales también se basa en Yin Yang, si una pierna tiene peso la otra no tiene peso, si un brazo sube el otro baja, o sea los opuestos complementarios.*”

Así también se hace necesario conservar un eje, el eje de nuestro cuerpo que se encuentra en nuestra coronilla y recorre toda nuestra columna vertebral. Poniendo atención en dicho eje será más fácil alinear nuestra columna vertebral, lo cual propiciará que la energía circule mejor por todo nuestro cuerpo.

Trabajar directamente con nuestro cuerpo propiciará deshacer los bloqueos, las tensiones, y por lo tanto, habrá una mejor circulación y mayor energía, se dice. Pero en esta cuestión será sumamente importante colocar nuestra atención en nuestros movimientos, colocar la atención en nuestro cuerpo.

Pedro. Sí, tienes que ver tu mano, la gente ve al piso, o ve al fondo, pero para que el Tai Chi se dé, para que el Tai Chi se dé tienes que ver lo que estás haciendo, extiendes los brazos y los ves, los extiendes y los sigues con la mirada y entonces empiezas a sentir cómo tu cuerpo se mueve, y cuando hay un dolor lo puedes localizar si es un músculo profundo, si es afuera, si es una articulación, si estás mal parado, si tu hombro está caído.

J. ¿Te comienzas a sensibilizar?

Pedro. Sí, en la yoga es igual: cierras los ojos, y mientras más profundo respiras, más escuchas tu respiración. Y respiras profundo, y entonces empiezas a escuchar tu corazón en los oídos y te das cuenta de tus ritmos: si vienes alterado, si vienes triste. Entonces esa sensibilidad en el cuerpo te permite, eh, discernir o definir qué es lo que pasa con tu emoción, porque las opiniones son muy variadas, pero siempre hay una que sobresale.

Luego entonces, estos movimientos corporales deberán estar coordinados con la respiración, la atención consciente, lo cual hará que nos vayamos sensibilizando en todos los aspectos, en nuestras emociones, sentimientos y pensamientos, en nuestros actos, en lo que sentimos, en nuestros semejantes y en nuestro entorno.

La postura será fundamental, puesto que si estamos encorvados no habrá una buena circulación, y por lo tanto nuestro aprendizaje no será el mejor:

J. Si, en una clase ¿qué se tendría que trabajar y de qué manera?

Yara. Bueno, antes que nada tu respiración, aprender a respirar, aprender a tener una postura erecta, todos somos jorobaditos, y te pones así muy derechito y al rato ya estás así, te sientas muy derecho pero así, inclinado hacia el frente o hacia atrás, saber que tienes que estar perpendicular. La respiración, la postura que es muy importante, porque es a través de la columna que sube y baja la energía [...] y entonces cuando estás todo chueco, no circula bien.

4.3.3.15 Atención en el ombligo

En el Zen, el Yoga kundalini y el Tai Chi se pudo observar que un factor primordial era el ombligo (o una zona muy cercana a él, dependiendo de cada visión, algunos mencionan que éste punto fundamental, el Tandem, se localiza 2 cun abajo del ombligo y hacia adentro), puesto que es considerado como el eje fundamental, el centro de la voluntad, el iniciador del movimiento, de las decisiones, el centro donde confluyen todos los canales energéticos (72 mil nadis según el yoga), el centro de nuestro universo. Es por ello la necesidad de pensar con el estómago (según el Zen), de poner nuestra atención en dicho punto y guardar nuestras respiraciones en ese lugar (puesto que se piensa que de esa manera estamos depositando energía en ese espacio, misma que utilizaremos en nuestra vida sin arrebatársela a otros órganos).

“[...] en Tai Chi se dice que el comandante del movimiento es la cintura, no se mueve un brazo sino se mueve la cintura, no se mueve un pie sino se mueve la cintura, primero se mueve la cintura y luego arrastra al cuerpo, o sea, el movimiento primero comienza desde la cintura y ya que comienza el movimiento entonces es el brazo, no al revés, no el brazo y luego ya acomodó la cadera. Si no es, la cintura, mueve el hombro, mueve el brazo, mueve la pierna, todo comienza desde aquí (Jorge señala su ombligo), entonces como que estas haciendo pequeñas espirales desde aquí”.¹¹⁴ Así, también Rocío nos comenta: “[...] la energía principal en el Tai Chi está en el abdomen, la fuerza surge del abdomen, del

¹¹⁴ Fragmento de la entrevista realizada a Jorge.

centro, no. [...], el empuje es con las manos pero en realidad la fuerza es con la cadera, bueno, con el estómago, la fuerza no sale de los brazos, específicamente sale del abdomen”.

En Yoga kundalini se dice que el ombligo es donde confluyen todos los canales energéticos de nuestro cuerpo y es por ello la importancia de colocar nuestra atención en dicho punto y de respirar con el estómago (como si fuese una jarra que se llena de agua, solo que nuestro vientre se llena de aire, de energía, nos menciona Pedro). *“[...] ahí están las 72 mil terminaciones de “nadis” que todas cruzan en el ombligo por eso la energía Kundalini cuando tu inhalas y llevas tan solo el Prana hasta el ombligo ya hay un beneficio enorme por que estas estimulando las 72 mil “nadis” sin mover la Kundalini, nada mas de empujar el abdomen, nos decía Yogui Bayan que para practicar la respiración, es la respiración larga y profunda, que cuando tú inhalas profundo, sacas el abdomen como cuando quieres sacar la panza”.*¹¹⁵

Luego entonces, deberemos de concentrar la atención en el abdomen, según dicen nuestros entrevistados, para lograr un mejor desarrollo. Por otro lado, el hecho de concentrar nuestra atención en varios elementos, como el tandem, tendrá por objetivo acallar nuestra mente, o tranquilizarla.

4.3.3.16 Acallar la mente o avasallarla

Un pilar en el desarrollo de la intuición, en el proceso formativo integral es, como algunos autores mencionan, acallar la mente o parar el diálogo interior. Es ella, la mente, quien en un largo proceso evolutivo histórico, se ha acostumbrado a pensar de determinada manera, a realizar asociaciones, críticas, juicios, valorizaciones, a recordar y añorar o a planear, de manera constante e incansable. Pero bajo esta dinámica perdemos mucha de la información que está ante nuestros ojos (además de gastar mucha energía en ello), nos perdemos del instante de la vida y de sus sabores. Así, un paso importante en una

¹¹⁵ Fragmento de la entrevista realizada a Laura.

pedagogía de la intuición es el aquietar la mente, como nos menciona Goldberg, para así, poder pensar y sentir de una manera distinta, una articulada:

“[...] porque es el poner la mente en equilibrio, en tranquilidad, tú no puedes actuar bien, hacer lo mejor para ti y para el otro si no, éste, si no estas con tu mente tranquila, si andas brincando de un lado para el otro, y además con la emoción, de enojo, del miedo, ¿que decisiones tomas?, [...] y de eso se trata, por eso la meditación, aquietar tu mente, y cuando tú aquietas tu mente es el comienzo de la transformación, porque ya no, ya no reaccionas inmediatamente a los estímulos externos, sobre todo a los negativos, porque el hombre reacciona, le pasa algo y reacciona, le pasa otra cosa y reacciona, y lo que debemos hacer es accionar”.¹¹⁶

Nuestra mente condicionada constantemente reacciona ante estímulos externos que disparan en nosotros ciertas actitudes, sin que demos cuenta de ello. Esto ha sido así, porque de esta forma, a través de un largo proceso evolutivo, hemos logrado subsistir en esta gran nave espacial llamada planeta tierra. Es gracias a nuestra memoria y todo un complejo sistema psíquico y fisiológico que, como mecanismo de defensa y de sobrevivencia, logramos realizar asociaciones que han sido muy útiles durante miles de años, pero que también han entorpecido nuestro desarrollo.

“[...] cuando tú trabajas con yoga kundalini, empiezas a modificar tu mente, tu mente tiende a, a reaccionar a través de todas las memorias de lo que has vivido, por ejemplo, yo veo a un señor con bigote, con esta complexión, y con cierto estilo de vestir, y todo, y me acuerdo de mi tío fulano que me caía gordo, que era muy majadero, que nos regañaba, que quién sabe que, y cuando este señor se acerca a mi, me cae gordo, también, porque mi mente trabajó con la memoria que se disparó por una imagen que es parecida a otra imagen que tengo guardada en la memoria, pero es una imagen de algo desagradable en mi vida, y esta persona que me recuerda ese imagen y que despertó esa memoria desagradable en mi vida, hace que yo reaccione en enojo, en rechazo, o en algo ante una persona que no me hizo nada, entonces cuando tú empiezas a tranquilizar tu mente, tu mente ya no empieza a reaccionar a todos estos pensamientos que traes, es como una programación, un disco duro que traes lleno de información, y entonces sigues usando la

¹¹⁶ Fragmento de la entrevista realizada a Yara.

*misma información de, sobre todo antes de, desde antes de los seis años, que es toda la información de supervivencia, cuando tenías que sobrevivir que llegaste aquí sin saber hacer nada, no sabías ni que padres ni nada te iba tocar, y tenías que sobrevivir los primeros seis años de vida, y ahí estuviste guarde y guarde y guarde cosas, ¿me explico?”.*¹¹⁷

Nuestra mente guiada por nuestras experiencias, por nuestro ego, por la razón, y por nuestra cultura nos dice que las cosas son diferentes, extraordinarias, que somos los mejores, o los peores, o que no nos va a pasar nada, pero eso tan solo es una ilusión, no es la vida:

*“[...] yo siento que no soy más sensitiva, aunque la gente me dice que si lo soy, pero yo creo que yo estoy muy, en ese aspecto yo creo que yo estoy todavía muy, muy de la mente, de que yo creo, yo tengo aquí una idea de que de repente te das cuenta de todo, sabes todo, y percibes todo, y que es un cambio dramático y extraordinario, y eso yo no lo he sentido, [...], pero que soy yo la que está de necia con el intelecto diciendo no no no, porque yo quiero algo, un cambio espectacular, una transformación así como divina, o algo, y como no se da así, y en mi caso ha sido como muy suavcito, muy lento, me ha costado trabajo”.*¹¹⁸ El trabajo, la vida y nosotros mismos somos muy diferentes a como pensamos.

Nuestra mente es la que constantemente nos está haciendo jugarretas, es la que nos dice: “¡No vas a poder!, eso es para los demás, no es para ti, dedícate a otra cosa, eso es para otra gente, no vas a poder levantarte tan temprano a hacer tus meditaciones, te vas a enfermar”, entre una retahíla de frases que, literalmente, nos limitan, es decir, el límite somos nosotros. Pero dichos límites, como ya hemos visto ampliamente, son el resultado de un complejo entramado socio-histórico-cultural, que a lo largo de los siglos, han sido nuestro legado.

“¿Qué es lo que te puedo decir que empecé a experimentar en esa, en ese tiempo? Este, que podía, que era mi mente, me di cuenta, tuve claridad de que era mi mente que me estaba jugando, que no iba a poder levantarme porque era muy floja, me levantaba tarde,

¹¹⁷ Fragmento de la entrevista realizada a Yara.

¹¹⁸ Fragmento de la entrevista realizada a Yara.

lo cual no era cierto, este, vi que mi mente era la que me estaba diciendo: ‘no vas a poder, tú siempre te bañas con agua caliente’ y al verme que me bañaba con agua fría y sentir ese calorcito tan rico yo dije: ‘No es cierto, mi mente me está jugando cosas’, ¿no?, y entonces como que adquirí mucha fuerza de voluntad, en ese momento dije: Ahora lo voy a hacer, y lo voy a hacer los 40 días.”¹¹⁹

Será entonces nuestra mente la que nos dirija, y hará lo que nosotros le permitamos hacer, o bien, podemos contemplarla y entenderla pacientemente y entrar a otro proceso educativo, uno más natural e integral:

“[...] la mente hace lo que tú le permites hacer, y yo sé que hay una manera en, si, en que una idea que viene tú la dejas venir, o tú le das vuelo y sé que también puede venir y tú puedes nada más mirarla surgir y desvanecerse; es mucha tentación tirarse un rollo, echarte una fantasía, un discurso, regresarte al pasado, echarte un clavadito al futuro, o sea, la cuestión es el presente, eso se aprende meditando.”¹²⁰

Pero es nuestra cultura la que alteró el esquema establecido de la vida, dando un nuevo giro al ser humano, uno artificial, introduciéndolo a una nueva dinámica tanto física, emocional, mental y espiritual, a veces muy distanciado del sentido de la vida, otras veces en estrecha convivencia y armonía con nuestro entorno. Es por ello la necesidad de comenzar a acallar nuestra mente y cuestionar muy seriamente (al estilo socrático) el orden establecido por el hombre y mirar si nuestros pasos nos han llevado de regreso a casa o simplemente hemos extraviado el camino.

Acallar la mente, detener el diálogo interior resulta entonces interesante por todo lo que ello implica, y por todo lo que ya hemos visto, aunque nuevamente, no podemos hacer una idea de ello, “solo serían cuentos chinos”, se tiene que vivir para comprenderlo, no solo entenderlo. Nos dice Jorge: “*El objetivo sería detener el diálogo interior, incluso todos lo plantean, ¿no?, sólo que curiosamente, donde todos se detienen, donde hay un fin, es donde comienza todo, [...], si, en el momento en que paras el diálogo interno, que paras el*

¹¹⁹ Fragmento de la entrevista realizada a Laura.

¹²⁰ Fragmento de la entrevista realizada a Maura.

mundo, ahora sí que el mundo cambia". Y para detener el diálogo interno es necesario colocar toda nuestra atención en lo que estamos haciendo, tanto en la práctica meditativa como en la vida cotidiana. Jorge nos dice lo siguiente refiriéndose a la atención consciente: *"[...] te decía que, que en las artes marciales, incluido el Tai Chi, yo considero que es una de las mejores formas para, para detener el diálogo interior, porque imagina que, cuando estas en un combate, pues no vas a estar papaloteando, te rompen el hocico"*, y lo mismo sucede en la vida cotidiana y en la meditación, donde al preocuparnos porque si dejamos a los frijoles en la escuela y a los niños en la estufa, romperemos el flujo de energía además de derrocharla y colocar nuestra atención en todo menos en nuestra vida o en su flujo.

Así, otra de las técnicas para detener el diálogo interior es avasallando la mente. Esta es una práctica que pudimos contemplar en el Tai Chi y en cierta medida en el Zen. En el Tai Chi se hace lo siguiente:

"[...] te decía yo, que había dos formas de detener el diálogo interior, o realmente deteniéndolo o saturándolo, yo te decía aquí a mí me ha funcionado, a mí, mi experiencia personal, por mi forma de ser, a mí me ha funcionado saturándolo, porque cuando yo le quería así, cero, cero, nada, a mí como que eso me cuesta trabajo, como que no le hallo exactamente, bueno, eso lo he hecho pero con otras técnicas, no con el yoga, ni con la meditación, en cambio con el Tai Chi, como lo satura, entonces para mí es una forma muy accesible, para mí. Yo me he acostumbrado a esa forma y a mí me sirvió esa forma, ¿no?, de saturación".¹²¹

Así Jorge nos dice que esta saturación consiste en poner atención en muchos elementos, a saber:

"Pues en el Tai Chi, te decía yo, en la secuencia, en la respiración, en la alineación, en estarme visualizando a mí al mismo tiempo, desde fuera, externamente, como que tú te estás grabando, con una cámara de vídeo, te estás viendo haciéndolo, y sintiendo, te decía yo, la energía de los elementos que te rodean, los árboles, las plantas, el agua, lo que sea, este, empiezas con eso, y además, moverte a la sensibilidad del Tai Chi, eso inmediatamente mueve el punto, y entonces ya".

¹²¹ Fragmento de la entrevista realizada a Jorge.

Dicha saturación no le dará tiempo a nuestra mente ni de respirar ni de pensar, entrando así a otro estado, uno más intuitivo, nos dice Jorge: “[...] *como estás poniendo atención a muchos elementos al mismo tiempo, entonces estás saturando tu mente, la estás acorralando para que no se distraiga en otras cosas, que en ese momento nada más estés en eso*”. Luego entonces, regresamos a la misma situación, colocar la atención en lo que estamos haciendo, y con ello lograremos un desarrollo distinto, nos iremos encontrando poco a poco: “[...] *primero, lo primero que hace el Tai Chi es fijar la mente en el movimiento y la respiración. [...] Pero cuando ya aprendes a respirar y ya aprendiste el movimiento de la forma ¿qué queda?, la realización y es ahí en donde te vas a encontrar.*”¹²²

Con ello, lo que haremos no será dirigir a nuestra mente en la dirección que nosotros queramos, sino que dejamos que ella misma encuentra su camino, ella es muy sabia y lo encontrará, y entonces será necesario confiar en ella, en nuestra intuición y en nuestros verdaderos maestros. De esta manera desarrollaremos más nuestra atención, y nuestra intuición: “*Pues, como te decía, [...] a entrar en ese estado de percepción especial, que yo le llamo la segunda atención, bueno, que en la tradición se le llama la segunda atención, una atención diferente de la cotidiana que manejamos, que es más intuitiva y no tiene que ver con la razón*”.¹²³

Comenzar a dejar de pensar como lo hacemos cotidianamente tendrá sus beneficios, ya que será un momento para conocernos realmente como somos. Un trabajo o análisis intelectual será sumamente benéfico para nuestro desarrollo y nuestro entendimiento, pero un momento de quietud, de contemplación, de atención consciente, de sentir nuestro cuerpo, de meditación, nos acercará más con nuestro ser más auténtico, con nuestra intuición, dándonos otra visión de la vida y su desarrollo, del nuestro y de nuestro entorno, arrojándonos una verdadera comprensión de nuestra vida.

¹²² Fragmento de la entrevista realizada a Alejandro.

¹²³ Fragmento de la entrevista realizada a Jorge.

“Yo hice psicoanálisis por 6 años, ¿no?, un psicoanálisis muy profundo también que me llevó a ver con mucha claridad cosas como esta, que yo necesito una cantidad de aprobación en muchos momentos. Las relaciones con, con las mismas parejas, ¿eh?, con, con maestros, con gente de cierto tipo con las que siempre había cierto tipo de relación, que te empieza a dar claridad de qué es lo que hay ahí. Cuando llego a meditar pues obviamente te sale todo. Yo he hablado en el diván de mi gentilísima psicoanalista por años, pero no pude hasta que me senté calladita y quietecita que las cosas vinieron así, no.”¹²⁴

4.3.3.17 Trabajo individual y colectivo

En el proceso formativo integral debemos entender que éste tiene dos formas de acción, uno a nivel individual y otro a nivel grupal. El trabajo comienza desde uno mismo, uno es el que puede tomar la iniciativa, guiado por la intuición, a realizar una labor integral, pero dicha dinámica se verá reforzada por el trabajo en equipo, por la sangha (dicho así a la comunidad budista que en realidad es como una hermandad, un equipo de trabajo), puesto que de esta forma se podrán compartir experiencias, vivencias, inquietudes, trabajo, energía, conocimientos, información, entre otras tantas cuestiones. Así pudimos ver en todos los diferentes lugares donde se realizaron las entrevistas, que diferentes instituciones laboraban como una fuerza de trabajo comandada por alguien en especial, un maestro, y donde cada uno jugaba un papel primordial, cada quien desempeña un rol. En las distintas instituciones (formales e informales) se mencionaba un ambiente de cordialidad, de hermandad y de apoyo, generando cambios importantes en cada uno de los integrantes: *“esa posibilidad de cuidarnos, hace que no nos veamos solamente como compañeros, sino que somos familia”*.¹²⁵

En los centros budistas (el budismo occidental, budismo tibetano, hasta el zen) se pudo escuchar que los entrevistados habían sentido apoyo en sus compañeros de sangha,

¹²⁴ Fragmento de la entrevista realizada a Maura.

¹²⁵ Fragmento de la entrevista realizada a Pedro.

además de vivir la enseñanza a través del ejemplo, no del imaginario, no solamente de las palabras y el análisis, sino a través de la experiencia, logrando un mejor desarrollo.

“[...] la práctica comunitaria pues también hace eso, porque tienes un grupo de personas con los mismos ideales, entonces nos parábamos a meditar, nos cuidábamos los unos a los otros, cocinábamos, desarrollamos amistad, ahí estudiábamos, entonces esa era la idea, ¿no?, de que estuvieras con otros hombres budistas, y, en mi caso, por ejemplo, llegando yo de México a Inglaterra yo no sabía mucho, estaba aprendiendo, tenía un tiempo en México, pero así nunca había vivido en una comunidad, entonces, cuando estás en un ambiente, el ambiente te influye, entonces la gente con la que tú convives, te influye, o sea, no es, esa es la influencia del budismo que viene por la relación personal con la, con la gente que lo practica, entonces estar en contacto con otros budistas te cambia, porque los ves cómo piensan, cómo actúan, qué es lo que hacen, pero no lo estás haciendo muy analíticamente, sino en el trato, en el trato tú los ves, ¿no?, tú los ves como tratan de practicar la ética, el habla amable, el vegetarianismo, la meditación, las prácticas devocionales, tú los ves y los estás observando y ves cómo se ven como resultado de eso, ¿no?, entonces yo veía la gente muy cambiada, ¿no?, al resultado de las prácticas espirituales, entonces como que te influye.”¹²⁶

Además, el trabajo en equipo generará una dinámica especial al interior de éste, puesto que, como ya lo hemos mencionado, el modelo educativo Etievan nos dice que el trabajo personal, del profesor, o de quién sea, repercutirá directamente en los alumnos o en los demás. Ante un espacio articulado, unificado, cualquier alteración en el medio repercutirá en el todo, primeramente de forma proximal, luego media y posteriormente distal, es decir, si uno cambia, todo cambiará, y si el medio se encuentra cambiando, también nosotros lo haremos, en mayor o menor grado. Pero en dicha comunidad, o espacio de trabajo compartido, será indispensable una dirección, una intención, el desarrollo integral (generando una fuerza de trabajo, tanto interior como exterior). Una intención diferente nos llevará por otros rumbos. Además, no importará la condición social, la religión que uno profese, el ejercicio profesional, las preferencias políticas, etc., cualquiera puede acceder a este proceso formativo, no es exclusivo de monjes o eclesiásticos de

¹²⁶ Fragmento de la entrevista realizada a Víctor.

cualquier tipo, todo ser humano puede trabajar con su propia vida. Entonces lo realmente indispensable será el compromiso del trabajo con uno mismo, sin dogmatismos o leyes absolutas.

Asimismo, encontramos que en los diferentes centros de trabajo, no solo se trabaja con el intelecto, con las enseñanzas, o no solo con el cuerpo, con las respiraciones y las posturas de cada disciplina, sino que el trabajo es integral.

*“[...] todas las clases de yoga se trabaja el cuerpo un ratito, se medita un ratito, y viene la teoría, y ahí viene la clase, la tomada de apuntes, luego vienen los ejercicios, el trabajar en parejas, luego se trabaja en grupo, se comparten experiencias, porque eso es más enriquecedor, y porque además, bueno, yo lo siento, no se si lo hagan así a propósito pero yo siento que cuando tú compartes y hablas de algo, porque por lo general tú no hablas de esto, al menos yo no, yo era muy reservada, yo, de mi vida nadie sabía nada, nada, nada, nada, nadie, mis cosas personales eran personales, pero si me di cuenta que, que cuando empiezas a compartir empiezan a salir, a salir para no volver, vuelven como memoria, porque el hecho está, las cosas sucedieron, pero ya no vuelven como emoción, [...] si me di cuenta de que cuando compartes es más fácil ya irlo sacando”.*¹²⁷

Los antiguos toltecas ya tenían este conocimiento muy bien abordado, puesto que ellos tenían células de trabajo, 2 hombres y 2 mujeres para cada rumbo (norte, sur, este y oeste), dando un total de 16, más el centro, y dicha cuestión lo hacían para que cada quien, dependiendo de su esencia, de sus habilidades, aportara su conocimiento, su perspectiva, ayudando al grupo a obtener un mejor desarrollo. Jorge, refiriéndose a los Toltecas nos dice lo siguiente:

“[...] por eso alcanzaron concepciones mucho más amplias de lo que en otras culturas les tomó mucho más tiempo, [...] aquí no, aquí fue en montón, pero porque trabajaron ese concepto de grupo, la evolución era en grupo, en grupo, no en individuo, porque un individuo necesitaba, o sea, el carbono necesitaba a los hidrógenos y los hidrógenos necesitaban al carbono, eso fue lo interesante de la aportación de la cultura mexicana, que

¹²⁷ Fragmento de la entrevista realizada a Yara.

poco se sabe de eso, con los toltecas, los mayas y los teotihuacanos, ellos, su concepción era esa."¹²⁸

Pero de una forma u otra, el trabajo será mas equilibrado y enriquecedor en equipo, llámesele sangha, células de trabajo, meditación grupal, terapias grupales, círculos de estudio, etc. puesto que, como ya hemos mencionado, lo que se compartirá será mucho más que experiencias, y eso solo se podrá comprender bien a través de la experiencia, puesto que contarlos solamente no sirve de mucho, hay que vivirlo.

4.3.3.18 El uso de la palabra y los sonidos

La palabra juega un papel fundamental en nuestro desarrollo. Podemos causar un grave dolor a alguien tan solo con una palabra o sacar a alguien de alguna enfermedad con el poder de la palabra. Es la palabra la que se encuentra cargada de significados, pero también de intenciones y vibraciones que resuenan en nuestro cuerpo, logrando bloquear o desbloquearlo. En el yoga kundalini se genera un movimiento interno a través de la repetición de mantras, que son sonidos que se repiten continuamente, teniendo sus efectos directamente en nuestras células.¹²⁹

La palabra, además de una serie de otros factores, construirá y modificará nuestro pensamiento y nuestras emociones, lo cual generará en nosotros una forma de ver y vivir el mundo. *"Y como la palabra es maestra del pensamiento, conforme tú vas hablando vas ordenando tu mente y le vas dando forma a lo que estás sintiendo."*¹³⁰

De esta manera, podemos ver que los diversos discursos filosóficos (Locke, Hume, Kant, Bentham, Marx, Lenin, etc.) han guiado a las diversas economías mundiales, lo cual, de manera conjunta, ha contribuido a la construcción (o destrucción) de una nación, de una

¹²⁸ Con ello no queremos decir que las visiones taoistas, budistas, hinduistas, etc. no fueran inclusivas, de trabajo en comunidad, lo que se sugiere es que los toltecas hacían un gran énfasis en la labor en equipo, a comparación con otras disciplinas o visiones.

¹²⁹ Esto no puede resultarnos extraño, puesto que ya lo hemos visto a través del efecto Mozart y sus logros en el aprendizaje con niños, con pacientes enfermos, incluso, a nivel celular, donde la célula literalmente se ve modificada tan solo por la exposición a tan perfectas composiciones musicales.

¹³⁰ Fragmento de la entrevista realizada a Pedro.

sociedad, de una familia y de un cuerpo. Luego entonces, la palabra no solo se quedará en el escritorio, sino que saltará del papel y plasmará sus intenciones en nuestro cuerpo, en nuestro ser.

La literatura, como hemos visto, ha jugado un papel decisivo en la construcción de los ideales del mexicano, de su forma de amar, de ver y de vivir el mundo. La literatura, guiada por una ideología política, social, es capaz de dirigir los sentimientos de una nación. *“[...] mi mamá no me dejaba salir a ver televisión, si estaba enfermo, entonces mi mamá me prestaba libros, a veces de esos que venden en Selecciones, también novelas, mi abuela le dio una colección bastante choncha de novelas, del siglo XX, o de mi abuelita o de mi bisabuelita, libros de 1800 y tantos, y yo leía muchas novelas, una que me impactó mucho fue El Prisionero de..., o me acuerdo quién la escribió, incluso hay una película de esa novela de 1930 y tantos y habla de príncipes, princesas, complots, amor, y todo eso y como que crecí con una idea medio romántica del amor, entonces cuando me enamoré la primera vez, ¿no?, pues yo entregadísimo.”*¹³¹

Por lo tanto, no debemos menospreciar el poder de la palabra y sus repercusiones en todo nuestro ser, nuestro cuerpo, nuestro espíritu, nuestra conciencia, nuestra mente, nuestra percepción, nuestros sentimientos y emociones, nuestra intuición y nuestra razón.

4.3.3.19 Sensibilización

A través de muchas disciplinas espirituales se ha visto que lo que se busca es encontrar una mayor sensibilidad, la cual se logra en cierta medida, como ya hemos mencionado, a través de ejercicios de respiración, de la atención conciente en todo lo que hagamos (posturas, respiración, sentimientos, movimientos corporales, etc.) y en yoga kundalini se hace también a través de trabajar directamente con el sexto chakra, que para ellos está estrechamente vinculado con la intuición, mirando directamente hacia dicho lugar, cuando uno está con los ojos cerrados y enfocando nuestra atención ahí:

¹³¹ Fragmento de la entrevista realizada a Pedro.

*“[...] por eso siempre cierras tus ojos y pones tu mirada aquí (señala el sexto chakra), a nivel fisiológico, simple y sencillamente, eso lo hacen los psicólogos y todo, cuando tú subes la mirada 45 grados, te estas viendo este punto, por adentro del cráneo, te estas viendo aquí, te hace entrar al nivel alfa, que el nivel alfa es una, un nivel intermedio entre el sueño profundo y este, y vigilia, o sea que cuando estás meditando ni estás dormido pero tampoco estás despierto”.*¹³²

De esta manera se logran alcanzar diferentes estados de conciencia donde podemos ser más, sensitivos, perceptivos e intuitivos, además de calmar nuestra mente y ver nuestra vida con mayor claridad, *“porque es la meditación la que te va a abrir la percepción”*, nos dice Yara.

Por su parte, el Tai Chi, en cierto nivel, busca sentir todo lo que se encuentra afuera, además de poner la atención en los movimientos propios, etc.

*“[...] tienes que captar lo que hay afuera de ti, o sea, aparte de saberte la forma, aparte de la respiración, aparte de la alineación, te decía que también que, tienes que visualizarte a ti mismo haciendo la forma, y tienes que tratar de sentir lo que conectas afuera, porque toda la forma, lo que quiere sentirse es lo de afuera, tu entorno, en el chi kun está sintiendo tu energía, así, tu cuerpo, en el yoga, estás viendo cómo está mi intestino, como está mi pierna, en el Tai Chi quieres sentir que hay afuera, por eso es como un segundo nivel, porque en el Tai Chi quieres sentir la energía de los árboles, quiero sentir la energía del árbol, te estás comunicando con todo tu entorno, formas parte de ese gran entorno. [...], te sientes integrado, no te sientes separado”.*¹³³

En esta cuestión de volvernos más sensitivos, hay quienes consideran a la intuición como un refinamiento de todos nuestros sentidos, lo cual, en parte tiene mucho que ver, sin embargo el asunto es más complejo. El hacer caso de nuestra intuición implica hacer caso del flujo de la vida y sus conexiones, por lo tanto, si desarrollamos nuestra intuición (de manera integral, es decir, nuestra razón e intuición simultáneamente, sin dar preferencia a

¹³² Fragmento de la entrevista realizada a Yara.

¹³³ Fragmento de la entrevista realizada a Jorge.

alguna de ellas) las diversas manifestaciones del entorno, del espacio-tiempo unificado, de las personas y sus estados de ánimo y sus intenciones, serán captadas, de manera intuitiva, de manera directa (sin pasar por la intelección), por la persona:

“[...] como que sientes más cómo están las personas emocionalmente, te digo porque antes no era muy claro para mí, pero a veces tú ves a la gente, hay gente que no ves muy claro cómo está emocionalmente por como lo ves, hay gente que se ve muy bien, que se ve muy bien, muy alegre, muy contenta por fuera, y no son muy claros en sus emociones, pero de repente yo empecé a sentir más claramente sus emociones, no sé cómo explicarlo, algunas veces sí era más evidente que, pues que estaban triste, si estaban contentos, o si estaban enojados, algo había ahí y no nada más por la cosa del comportamiento no verbal, había algo más y creo que tiene que ver con esta cosa de la energía, lo sientes. [...] entonces las emociones no se quedan solamente dentro del cuerpo, están en tu campo de energía.”¹³⁴

Pero la cuestión radica en volvernos más sensibles a todo lo que nos rodea, a nuestros semejantes y sus necesidades, a nuestra alimentación, a lo que diariamente escuchamos y vemos en la radio y la televisión, etc., lo cual nos proporcionará un mejor desarrollo acorde a nuestro entorno natural y social.

4.3.3.20 Emociones y sentimientos

Es de vital importancia reconocer que son las emociones y sentimientos los que pueden determinar el rumbo de las enfermedades, debido a que éstas se encuentran enraizadas en nuestro cuerpo, son parte de nosotros mismos, y sus alteraciones repercutirán directamente en todo nuestro ser. Es por ello la importancia de educar a nuestras emociones y sentimientos a través de una pedagogía de la intuición.

Una emoción exaltada puede detonar alguna predisposición genética o energética en corto plazo, o simplemente, a lo largo de los años puede cobrarnos cuota. Así, una emoción o sentimiento en exceso puede causarnos una grave enfermedad, incluso la muerte. Jorge, hablándonos de uno de sus maestros nos dice:

¹³⁴ Fragmento de la entrevista realizada a Víctor.

“[...] le digo, ¿no?, ‘usted de chavo, padeció cáncer, por poco se muere de cáncer, según usted ¿que lo llevó al cáncer?’, y él, ‘no pues, siendo honestos como dices tú, pues si, yo tuve una decepción amorosa y yo ya no desee vivir, yo ya no quería vivir, entonces ese, ese, ese deseo tan intenso de yo ya no querer vivir, por una decepción amorosa, pues apreté el foquito rojo, entonces las células así como que apáguense, destrúyanse, autodestrucción’ dice, ‘además, ¿cómo me curé yo?’, un curandero mexicana, uno de sus maestros también le dijo, no, pues ok, el cáncer no se cura más que tú encuentres, tú te vas a convertir en chamán en el momento en que tú encuentres cómo curarte, y sepas como sanar esa herida emocional, y dice, ‘entonces yo luche en mi vida para ver qué hice mal, que tengo que reestructurar, entonces me convertí en un chamán en el momento en que, en que yo encuentro que, el clic para darle la vuelta, y entonces, al momento de curarme, se me abre todo un panorama’.”

Es así, que a través de la intuición podremos tener un mejor contacto con nuestras emociones, puesto que éstas serán más auténticas, y por lo tanto, se encontrarán en la corriente de la vida, y no inmersas en el errático mar de la sociedad.

De esta manera, una pedagogía de la intuición hará que tengamos un mejor contacto con nuestras emociones, que seamos más honestos con nuestro sentir y nuestras intenciones, y por lo tanto, posterior y paulatinamente, que nuestro aprendizaje y nuestras decisiones sean de mejor calidad, más auténticos, ya que la educación actual solo contempla el desarrollo mental y del cuerpo (a través del deporte), dejando de lado el desarrollo intuitivo y de los sentimientos. Cuestión secundada por los padres.

"Generalmente los padres, al buscar el éxito académico de sus hijos, estimulan sólo la parte automática de la mente -esa parte que trabaja sin el sentimiento- porque es más fácil, y ellos mismos no han aprendido de otra manera. Como es más estimulada se produce un desequilibrio bastante fuerte que se siente en el niño. Entonces ese niño sólo vive con y para reforzar esa parte. Eso debilita su

capacidad para acudir a su verdadera inteligencia y de paso, nutre su vanidad, su egoísmo, su falta de objetividad, y así paulatinamente se va deshumanizando."¹³⁵

Podemos ver así que al educar sólo uno de nuestros aspectos (el cuerpo o la mente), el hedonismo, la vanidad, el egoísmo y el individualismo se verán acrecentados, lo cual nos hará insensibles a nuestro entorno, a nuestros semejantes, e incluso, a nosotros mismos.

"La educación de hoy en día está casi exclusivamente dirigida a desarrollar la mente. Hay una admiración exagerada hacia lo que se llama inteligencia o capacidad intelectual a expensas de los sentimientos y del cuerpo. Simón Bolívar dijo: 'el talento sin probidad es un azote'. Es este énfasis desequilibrado el que hace que tanto en la escuela como en el hogar se den tan sólo explicaciones teóricas dirigidas únicamente a la mente del niño, quien las entiende y graba pero no las comprende, porque al no estar involucradas sus otras partes -cuerpo y sentimiento-no son asimiladas. Se le explican las cosas al niño sin tomarlo en cuenta integralmente, sin tomar en cuenta sus sentimientos y su instinto. Se olvida al niño por unas ideas que resultan ser más importantes que él."¹³⁶

Por otro lado, una educación integral contemplará todos estos aspectos, es decir, la intuición, la mente, el cuerpo, los sentimientos, principalmente. En este sentido, debemos observar que mientras un conocimiento permanezca abstracto no hay comprensión, es decir, mientras la educación se dirija a la razón, a la mente, no habrá un desarrollo, todo se quedará en la cabeza, todo se entenderá, mas no se comprenderá. Entender se ubica en la cabeza, comprender se ubica en el cuerpo, en la persona y su entorno, es decir, en la vida. Nathalie De Salzmann nos dice lo siguiente: "Lo que se enseña en las escuelas lleva esencialmente a almacenar conocimientos, a encuadrar el mundo dentro de definiciones que no han sido vividas antes por los niños. Las definiciones no sirven sino a la máquina y para hacerle creer a uno que sabe. Por eso hay que comprender que uno debe dirigirse y llamar a todas las partes del niño."¹³⁷

¹³⁵ Salzmann, N. (2007). Op. Cit. P. 92-93.

¹³⁶ Op. Cit. P. 96.

¹³⁷ Op. Cit. P. 93-94.

Es por ella la importancia de tomar en cuenta a los sentimientos dentro de un proceso formativo integral. De esta manera, educar al sentimiento será tan importante como educar a la mente, o al cuerpo, como nos lo dice Nathalie de Salzmann, expresándolos primero uno mismo para que los estudiantes lo hagan después. Nuevamente, realizar un paro, una pausa, se hará indispensable para serenar dichos sentimientos y tranquilizar el cuerpo, para que la intuición brote. Pero si los sentimientos se encuentran exaltados, dispersos, será más difícil escuchar cuáles serán nuestras verdaderas respuestas. Es por ello la importancia de educar a los sentimientos, no sometiéndolos a un nuevo condicionamiento, sino expresándolos, dejando que se manifiesten y teniendo un estrecho contacto con ellos.

De esta manera, la inteligencia estará directamente relacionada con la unión de todas nuestras partes, es decir, la razón, el sentimiento, el cuerpo, la intuición, y así, una persona muy inteligente será aquella que escuche a su razón, a su intuición, a sus emociones y a su cuerpo. En este entendido, educar a los sentimientos, a través de la expresión de éstos y su contemplación, será un factor a desarrollar en un proceso formativo.

Pero por ahora esas son las herramientas encontradas, tanto en los autores como en nuestros entrevistados, dentro de un proceso formativo integral, cuestión que retomaremos más adelante a manera de conclusiones. A continuación describiremos y analizaremos algunos factores que también pudimos observar, que sirven tanto como obstáculos, como impulsores de la intuición.

4.3.4 Factores que delimitan o acrecientan a la intuición

A lo largo de la investigación nos pudimos dar cuenta de que existen varios factores que pueden delimitar o incluso, paradójicamente, acrecentar a la intuición, puesto que son simultáneamente obstáculos o catapultas personales que debemos de afrontar y de vivir, y dependiendo de ello, nuestro desarrollo será mayor o menor. Así, nuestra familia, el no creer en lo que hacemos, nuestras emociones, deseos, el ego, etc., todo ello permeado por

una herencia de cientos de años, serán un obstáculo o una oportunidad de crecimiento integral.

4.3.4.1 La familia

Uno de los factores que intervienen en el proceso intuitivo que podemos ver es la familia, puesto que es esta institución no oficial la depositaria de gran parte de la ideología social, de los pensamientos tanto religiosos como políticos, económicos, culturales, es decir, es la transmisora de una compleja trama histórica que se reproduce en el seno materno, que también, sin quedarnos ante una visión oscura, es la generadora de seguridades, de valores, y de herramientas para enfrentar esta efímera vida. Es en el hogar donde adoptamos determinadas formas de pensar, donde fabricamos gran parte de nuestra personalidad, la cual, a lo largo de toda nuestra vida, iremos reproduciendo de forma automática, si no nos damos cuenta de ello.

Así en nuestras familias podremos encontrarnos con padres coléricos, siendo nosotros arrastrados por dichas tendencias. *“[...] yo tenía muchos conflictos con mi madre, era casi desde que amanecía el día hasta que te acostabas, era choque, choque, choque por lo que fuera, porque voló la mosca, "no era una mosca, es un mosco", y ya, pleito, mucho conflicto”*.¹³⁸

Así, será en la familia donde conformemos nuestra identidad puesto que ella es nuestra realidad, Yara nos dice:

“[...]porque yo siempre tuve la idea de que mis padres no me querían, yo no recuerdo, mi madre no era una mujer cariñosa, mi papá tampoco, mi papá era el clásico padre mexicano de la época, yo nací en 1929, éste, que los padres nada tenían que ver con los hijos, daban el gasto y ya, [...] yo no recuerdo, no sé si sea cierto o no, pero yo no recuerdo relación con mi padre de pláticas, comunicación, nada. Mi mamá era enojona y regañona, y yo creía que así era la vida”.

¹³⁸ Fragmento de la entrevista realizada a Yara.

Rocío aprendió de su familia de la siguiente manera:

“[...] esa es su forma de, por ejemplo, de demostrar o de enseñarnos el amor, son unas personas muy honradas, mucho muy honradas y yo creo que ya lo traemos todas, por ejemplo, en cuestión económica si debemos dinero y hacemos préstamo pero lo pagamos y eso nos pasa a todos los hermanos, en ese aspecto nos han enseñado mucho la honradez y no mentir en las cosas básicas de... de las personas de no robarles, de no tratarlas mal.”

Lo que acontece en la familia se constituye en patrones de comportamiento que iremos repitiendo a lo largo de nuestra vida, y si nuestros padres son impacientes, necios, coléricos, tenderemos a repetir dichas conductas, es decir, nos encontraremos condicionados relativamente hasta que demos cuenta de ello, y luego entonces, comencemos a vivir nuestra propia vida:

“Me di cuenta en donde, en una ocasión estaba yo con Felipe, y que le digo ‘Oye Felipe, vámonos’, porque todavía usaba el, bueno yo, al, íbamos a hacer unas compras, de un, de unos, este, complementos, de esos complementos alimenticios, ‘vámonos porque nos van a cerrar’ y este me dice ‘sí, ahorita ya nos vamos’, y entonces se quedó ahí un rato y, y entonces yo me empecé a impacientar porque no, no se veía, yo casi estaba en la puerta, y me empiezo a centrar y haz de cuenta como que en ese momento recordé cuando mi papá nos decía, este, ‘vámonos al parque’, y, casi nos esperaba en la puerta y tú tenías que correr y meterte el pantalón y (carraspea) y todo, y en ese momento tuve esa, esa imagen, y dije ‘estoy haciendo lo mismo’, es lo que él hacía conmigo, y dije no, y me regresé, me regresé, me senté, puse, mi música, y puse mantras, estaba enojaba, estaba impaciente porque él no venía, porque no se aparece a la hora que yo decía, pero de ese momento haz de cuenta, de haber visto esa imagen dije no, es que yo estoy haciendo lo mismo, yo estoy tomando la misma actitud, y me senté, y sí, te voy a decir, se me salieron las lágrimas en ese momento, porque yo dije ‘lo mismo le han de haber hecho a él, a él, a mi papá’.”¹³⁹

En este aspecto debemos mencionar que aquí no se trata de culpar a nadie, puesto que no hemos dado cuenta de ello, y así, nuestros padres han intentado darnos lo mejor de ellos mismos, solo que a su manera:

¹³⁹ Fragmento de la entrevista realizada a Laura.

“[...] ellos en su, a su forma, o con su estilo, me quisieron, me amaron, me dieron lo mejor que ellos, este, tenían y podían, pero claro también dentro de eso me dieron, este, cómo se llama, me dieron estos patrones, estas, este, formas que también me, yo las tomé y ahorita se, ya las regreso, no tanto las regreso, las saco, ya no son mías, este, son de ellos. [...] Que, que eh, así como mi papá era iracundo y agresivo también tenía sus cosas que me enseñó: la honestidad, me enseñó a respetar, a, este, me enseñó a cuidar mi salud, gracias a él todo esto también tiene su raíz.”¹⁴⁰

Del mismo modo, aprenderemos de nuestros padres el respeto, la estima, la confianza, el amor, la responsabilidad, entre otras tantas cualidades que son tan indispensables en una sociedad como la nuestra. Asimismo nos encontraremos con padres ausentes que, de acuerdo a su época, consideraban que su papel era llevar el sustento a el hogar y nada más: *“Con mi mamá siempre me he llevado muy bien, con el que no me llevé muy bien siempre fue con mi papá, pero porque, porque mi papá siempre fue, así, así como que él pensaba, con llevar dinero a la casa, esa es la obligación como padre, no tanto como convivir, con los hijos o preguntarte, que según yo recuerdo, recuerdo pocas veces que él haya jugado conmigo.”¹⁴¹*

Habría mayor interacción con la madre que con el padre, debido a la situación económica de aquel entonces¹⁴², hace 30 ó 40 años, lo cual generó la ausencia relativa del padre debido a que éste buscaba el sustento de la familia: *“[...] mi papá normalmente trabajaba prácticamente todo el día, llegaba en las tardes pero a veces trabajaba 2 turnos, y pues no estaba así como muy, yo no recuerdo haber jugado con mi papá, o, o haber tenido mucha interacción con él cuando era niño, ¿no?, era más con mi mamá”¹⁴³*.

De esta manera nuestra familia se encargará de fijar nuestra forma de pensar, de actuar y de sentir:

¹⁴⁰ Fragmento de la entrevista realizada a Laura.

¹⁴¹ Fragmento de la entrevista realizada a Jorge.

¹⁴² Hoy día la situación es todavía más alarmante (en todos los aspectos, económico, moral, ético, etc.), lo cual fomenta, a través de la liberación femenina, que ahora son los dos padres los que se encuentran muy ausentes gran parte del día, situación que generará una nueva dinámica al interior de las familias mexicanas.

¹⁴³ Fragmento de la entrevista realizada a Víctor.

*“[...] nos pusimos a jugar, estábamos jugando burro castigado y todo eso, que se juega de niños, y de repente, había a la distancia, como 100 metros, un árbol enorme, entonces nos pusimos de acuerdo, e hicimos una competencia para correr hasta ese árbol, bueno, nos pusimos en línea y todo y empezamos a correr, y llegué primero, yo llegué primero, dentro de los 20 niños, primero, y entonces me puse muy contento, pero, pero con el esfuerzo de la carrera, más la emoción y todo eso, me vino un absceso de tos tremendo, me estaba ahogando, literalmente me estaba ahogando, mi papá se dio cuenta, vio la carrera y todo, y se me acerca y me abraza y me dice así como, como, como con mucha lástima, me dice ‘ay mijo, ¿para qué haces esto sí sabes que no puedes?’, hijole, entonces, se me quedó muy grabado eso [...], y ya después como que, como que no, yo me doy cuenta como que es una, como una forma de pensar de la familia en realidad, porque yo voy y escucho, por ejemplo, éste, escucho los diálogos de mis hermanos y de repente como que lo ven muy cuesta arriba todo, muy difícil [...]. Una vez que mi hermano le estaba reclamando a mi mamá, que nos hizo como una mentalidad pobre, yo estaba por allí y escuché, y yo le pregunté a mi hermano que porque decía eso, y dice si, él me decía que, que sentía que no nos enseñaron a, a desarrollar el estado de sobresalir, yo he sido director y bueno, si no soy director no me causa problema, si no estoy al frente en el trabajo, en los equipos, o en una sede, una ciudad, o una región, no me causa problema yo puedo, me puedo integrar fácil a los equipos de trabajo, adelante o atrás, no me causa problema, pero tampoco me genera mucho deseo de sobresalir, y eso a veces como que me limita, porque he tenido oportunidades muy buenas y las he dejado pasar”.*¹⁴⁴

Desgraciadamente no creemos en nosotros mismos y las razones ya las conocemos.

Las actitudes que veamos en casa las reproduciremos automáticamente aunque nuestros padres no se encuentren presentes.

“[...] todo, todo giraba en torno a que él quería que todo el tiempo estuvieras haciendo algo, haciendo algo, haciendo algo, no podías quedarte quieto. En una, una vez me acuerdo que estaba yo sentada así, ahora lo veo, casi, casi como meditando, viendo a la nada, así y llega y me dice ¿qué estás haciendo? Y me paraba hasta como soldado. No, nada, le digo, este, pues no. Pues ponte a barrer, ponte a no sé qué, el punto es que quería

¹⁴⁴ Fragmento de la entrevista realizada a Pedro.

que uno siempre estuviera haciendo algo. No te dejaba un momento de tranquilidad no, solamente cuando él estaba era cuando nos quedaba hacerlo, pero era, por ejemplo, ya después yo también lo hacía, yo no podía ver a alguien sentado sin hacer nada, y eso por ejemplo para entrar al, empezar a hacer meditación, al sentir, esa es otra de mis sombras, ¿cómo voy a estar tanto tiempo así sentada sin hacer nada más, más que reflexionar?. Es que yo estaba acostumbrada a andar así, y eso en los trabajos les gustaba, entonces no, estaba confirmado de que, que eso era lo correcto, y cuando entro en esto de que, no es así.”¹⁴⁵

Por otro lado, también resultó muy interesante observar que aquellos entrevistados que manifestaron haber tenido familias donde existía mucha intolerancia, donde había mucho enojo, agresiones físicas y morales, muchos años después lograron dar un completo giro a sus vidas, y actualmente ellos se encuentran altamente entregados al desarrollo de su vida integral y de sus semejantes. Ello nos lleva a pensar que tal vez estas situaciones altamente conflictivas estimularon el desarrollo integral de nuestros personajes y que el vivirlas los impulsó fuertemente a ser lo que hoy día son. Laura nos dice: “[...] tener muy claro que lo único que existe es esto, es esto, que lo que viví era una experiencia que a lo mejor tenía que haber vivido con mis padres, o con más gente, definitivamente.”

4.3.4.2 El ego y los deseos

Uno de los principales factores que interfieren o canalizan nuestro desarrollo es nuestro ego, pues es él quien determina los conocimientos que vamos adquiriendo, las personas con las que nos relacionamos, lo que decimos, lo que comemos (no es lo mismo comer unos frijoles y nopales, con chile y tortilla, comida de la clase baja, de campesinos y obreros citadinos, a comer cordero asado y vino espumoso, un deleite de las clases altas.)¹⁴⁶, etc. Es el ego quien establece a quien le vamos a hacer caso y a quien no, quien

¹⁴⁵ Fragmento de la entrevista realizada a Laura.

¹⁴⁶ Que a la larga ya conocemos las consecuencias, los frijoles por su alto contenido en hierro propician una buena oxigenación en el cuerpo y también ayudan a prevenir el cáncer, en tanto que los nopales contienen una importante cantidad de proteínas y minerales, como el calcio (cuestión muy importante en la formación de huesos y dientes, ayudando a prevenir problemas de osteoporosis) y potasio, además de ayudar a reducir los niveles de glucosa y colesterol. Por otro lado, los patrones alimenticios de ciertos niveles de vida, como los de

será nuestro maestro, quien será nuestra pareja, quienes serán nuestros amigos, y quienes seremos nosotros. Pero dicho ego ha sido permeado por nuestra cultura, por nuestro pasado, por nuestra educación, por ritos, costumbres, por nuestra familia, por las diversas ideologías y discursos impuestos por la sociedad en turno. Así nos lo dice Yara: “[...] *actuar desde tu alma, no desde tu ego, y todos actuamos desde el ego, de quien soy, soy mexicana, Yara, licenciada, maestra, éste, vivo en tal lado, digo, eso es lo que nos mueve, en quienes somos físicamente, pero realmente no sabemos quienes somos a nivel interior*”.

El ego nos habla en lenguajes muy seductores y sutiles que ni siquiera damos cuenta de su existencia, pensamos que todo lo que hacemos y decimos es lo más natural, puesto que así ha sido siempre. El ego, entonces, es una falsa idea del yo, de nosotros mismos, y por lo tanto, nos hace actuar de manera falsa, nos dice Raúl: “[...] *precisamente como el ego es una falsa identidad, por lo mismo de que es una falsedad nos lleva a hacer cosas falsas y por ende, negativas.*”

Un lenguaje materialista, racionalista, egocéntrico, antropocéntrico y eurocéntrico invade nuestros ojos, oídos, labios, nuestro olfato y nuestra piel, llena nuestros sentidos y se trasmina en todo nuestro ser, llegando hasta nuestras fibras más íntimas, hasta nuestros pensamientos, hasta nuestras emociones, transformando todo al interior: “*porque son tus emociones perturbadas las que hacen que tu cuerpo se enferme*”, nos dice Yara. El ego, una falsa idea del yo, nos hace ver la vida, nuestro entorno, a nuestros semejantes y a nosotros mismos de manera ilusoria, falsa.

Nosotros hablamos desde el ego sin considerar al otro, de manera solitaria y tomando como eje principal a nuestros deseos, lo que nos pueda satisfacer: “[...] *porque lo que no funciona es la relación de las personalidades, si tú estás en el ego y ella está en el ego, y mi ego quiere lo que yo quiero, pero su ego quiere lo que ella quiere, entonces, como yo quiero lo que quiero no estoy pensando en ella, y ella tampoco piensa en mí, ella piensa nada más en ella, pues entonces estamos los dos en pique*”, nos dice Yara.

la alta sociedad, han contribuido en la generación de enfermedades de tipo crónico degenerativo por sus alta ingesta en refinados, azúcares, carnes rojas, entre otros (cuestión que hoy día se ve en muchísimos estratos sociales).

Así, quien se encuentre instalado en el ego (una falsa idea del yo) explotará fácilmente, no aceptará otros puntos de vista, sus decisiones y consejos serán los mejores, se equivocará muy pocas veces (según él), siempre tendrá la última palabra, hará a un lado a los demás, minimizará el trabajo ajeno, será rígido, necio, testarudo, y como tal, será muy intolerante ante los demás. Pero igualmente, tendrá miedos, sus expectativas serán muy altas (una excelente excusa para no salir adelante, puesto que las metas son inalcanzables), pondrá “peros” ante todo, se quejará de todo y de todos, entre un sinnúmero de cualidades que nos hablan de un ego, que, cual ser vivo, hace todo lo posible para no morir. Así, nuestro ego nos intentará llevar una y otra vez a la comodidad de nuestras vidas ordinarias, puesto que “así estamos bien”, y ante cualquier esfuerzo de nuestra parte, guiados por nuestra intuición y nuestra razón, éste pondrá cualquier pretexto para no seguir: “eso no es para ti”, “qué diablos haces aquí sentado en flor de loto sin hacer nada”, “¿por qué no mejor te dedicas a hacer dinero?” El ego será sumamente astuto y querrá que no avancemos: “[...] *al paso del tiempo supe que era mi ego el que estaba queriéndome llevar otra vez a la comodidad de irme a dormir, de no hacer nada, de no esforzarme*”.¹⁴⁷

Asimismo, el ego se encontrará cargado de deseos, los cuales, insertos a través de la cultura y la sociedad en turno, nublarán nuestra visión y no estaremos claros en nuestras decisiones, puesto que nos encontraremos condicionados por éstos¹⁴⁸. Víctor nos cuenta su experiencia en la toma de decisiones a través del budismo y Tai Chi:

“Pues nada, yo lo que veo es que sí estoy más seguro de lo que quiero, ¿no?, por ejemplo, es más claro, entonces, este, y es menos, o sea, antes mi experiencia de que tenías, como cuando tienes muchos deseos, tienes que tomar muchas decisiones, porque quieres esto, quieres esto, quieres muchas cosas, entonces tienes que decidir hacia dónde te diriges pero también lo que hace es dispersar tu energía, entonces lo que hace la práctica es que se reduce el número de deseos, ¿no?, entonces ya es más claro, eh, menos deseos entonces es

¹⁴⁷ Fragmento de la entrevista realizada a Laura.

¹⁴⁸ No todos los deseos son impuestos, maliciosos, demandantes, pero la gran mayoría lo son, solo cabe distinguir cuales son más nuestros y cuales son heredados generacionalmente.

más claro lo que hay en tu conciencia, que estás sintiendo, entonces de todas esas pues es más claro también cuales son las que de verdad quieres.”¹⁴⁹

Al intentar satisfacer nuestros deseos, heredados, creemos que nos sentiremos mejor, sentimos que si ganamos la lotería seríamos felices, que si somos el dueño de la compañía seremos mejores personas, que si me dedico a comprar y comprar cosas materiales (autos, casas, ropa de marca y a la moda, cosméticos, televisores LCD, etc.), se irán nuestros actuales vacíos existenciales, pero cuando el deseo se cumple, vemos que esto no es así, seguimos sintiendo la misma carencia, el mismo vacío, la misma ansiedad y soledad. *“Entonces antes yo pensaba que el carro era un objeto que me iba a traer mucha felicidad, entonces esa era mi ilusión, que ahí había mucha felicidad, y ahora me doy cuenta que no.”*¹⁵⁰ En realidad no sabemos que es lo que queremos, creemos saberlo, pero esto no es así. Maura nos dice: *“Yo no sabía qué era lo importante, yo andaba como perdida en que cantara más lindo en que, cosas como materiales, ¿no?, tener una cantidad de zapatos, este, me encantaban las baratas, yo iba al centro comercial y salía con mil bolsas”*.

Será así que las exigencias de la sociedad en turno (la familia, la cultura, su historia, etc.), sean las que guíen nuestras decisiones:

J. ¿De dónde crees que venían estas decisiones?

Víctor. Ah, pues muchas no eran mías, eran cosas que, eh, tenían que ver con mi familia, la sociedad, eh, pues con cosas que eran, que no eran mías.

Así, reducir la marea de los deseos a través de la meditación, de la sencillez (como nos lo plantea el budismo), es un buen camino para que brote nuestra intuición y saber que es lo que en realidad queremos. Ahora sentiremos de otra manera, nos sentiremos de una forma más auténtica, sin prejuicios y sin ambiciones incrustadas socio-histórico-culturalmente, y sabremos con más exactitud cuales son nuestras verdaderas intenciones y metas. Es decir, deberemos ser más honestos con nosotros mismos y darnos cuenta de que

¹⁴⁹ Fragmento de la entrevista realizada a Víctor.

¹⁵⁰ Fragmento de la entrevista realizada a Víctor.

nuestras decisiones están guiadas por la brújula del ego, por una falsa idea de nosotros mismos: “[...] *este, entonces ahora siento yo que estoy siendo más honesto con lo que realmente soy y lo que a mí me interesa, con lo que, como yo quiero vivir mi vida, entonces, así como respeto lo que los demás quieran vivir.*”¹⁵¹

Raúl nos dice su experiencia en cuanto a la honestidad y autenticidad de sus emociones, reconociendo al ego (a través de la atención consciente y todo un trabajo integral), en el Budismo:

“[...] como ser más auténtico con lo que siento, o sea, si algo cómo qué me da alegría, o sea, si me siento alegre, no trato como de fabricarlo, ¿no se si te ha pasado?, que para llamar la atención hasta te ríes fuerte, de un chiste, ¿no?, cómo qué muy fabricado, en ese sentido, o sea, te alegras de algo, o te regocijas de algo, como más auténtico.”

Asimismo, para desbancar al ego también deberemos de aceptarnos tal cual somos, puesto que traemos puesta una máscara que la sociedad, en parte, nos construyó. En el budismo, en otras corrientes orientales, como Salzmán, Godberg y López Ramos, se hace la reflexión de contemplar sin prejuicios, de mirar nuestra vida y nuestras acciones sin juzgarlas, de solamente poner la atención en nuestro presente sin llamar o rechazar nada, sin querer cambiar nada, sin pelearse consigo mismo ni con los demás, solamente colocando nuestra atención en ello, ya que si atendemos únicamente el pasado o el futuro, seguiremos ahí, en un tiempo que en realidad no existe, nos engancharnos en los viejos rencores o a un futuro que puede no existir¹⁵². Con esto se pretende, en parte, aceptarnos a nosotros mismos, no ser duros con nuestro pasado y con nuestras vidas, porque en ello también estará inmiscuido el ego, y por lo tanto, no dejará que nos veamos a nosotros mismos ni a nuestros semejantes tal cual somos:

“Pues como en la meditación, en ver los eventos del pasado, como son verdaderamente, y los dejas ir, no te enganchas con ellos, porque igual a veces yo me encontraba culpando a mis padres, pensando: ¿Por qué no hice esto?, yo me acuerdo que tenía esta manía de

¹⁵¹ Fragmento de la entrevista realizada a Víctor.

¹⁵² Víctor nos menciona que no tiene sentido querer cambiar el pasado, puesto que estamos donde estamos, somos lo que somos, gracias a nuestras experiencias pasadas, y por lo tanto, engancharse queriéndolo cambiar es tan solo una ilusión, una pérdida de tiempo, y extraviaremos lo único que tenemos, el presente.

regresar al pasado y cambiar las cosas como en el boquete de 'Volver al futuro', así de que regreses al pasado y entonces cambias ciertas cosas y eres otra persona, pero eso de lo que habla es que no aceptas quién eres, ¿no?, entonces ahora ya me doy cuenta que quién soy ahora es el resultado de esas experiencias pasadas que tuve, entonces que no las quiero ir a cambiar, porque así es, que quien soy, eh, está bien, y, y eso que fue en el pasado pues ya fue, y fueron condiciones para ser lo que soy."¹⁵³

Luego entonces, la intención no será la de eliminar el ego, sino de reconocerlo paulatinamente a través de cobrar conciencia, de la atención consciente, cada vez a niveles más profundos, y luego entonces, nos conoceremos mejor, reconoceremos a nuestra intuición, a nuestros verdaderos deseos y el conocimiento más auténtico, el de la vida:

J. En la toma de conciencia ¿qué sucede con este ego?

Gardenia. Lo vas manteniendo a raya, te vas dando cuenta cuando hablas de la mente, de la loca de la casa, como decía, lo detectas, a veces automáticamente, automáticamente dices: Habló mi ego, y lo detectas.

La intuición podrá indicarnos que realmente deseamos algo, pero debemos estar atentos, puesto que puede no ser nuestra intuición, puede ser nuestro ego, algún deseo ajeno, heredado, y como tal, en realidad no nos llenará, no nos sentiremos satisfechos. ¿Pero como hacer semejante distinción?, ¿cómo distinguir entre nuestra intuición y nuestros deseos heredados?, pues no existe una receta, un método único, lo que si, es que si vamos a fondo, a través de los elementos que ya hemos estado manejando, la atención consciente, la respiración, el trabajo corporal, la resolución de carencias y conflictos personales y familiares, etc., comenzaremos a deshacer los bloqueos internos y externos que tenemos, y por lo tanto empezaremos a ver mejor, a través de nuestra intuición. Por otro lado, cuando sigamos a algún deseo impuesto, notaremos que éste se hace cada vez más grande, que nos sentimos ansiosos, enojados, que hay algo que en el fondo nos dice que puede no ser nuestro camino, existe un pequeño malestar muy peculiar, que poco a poco, con un trabajo integral personal, comenzaremos a vislumbrar más claramente.

J. [...] y antes cuando tomabas varias decisiones pues ¿cómo te sentías?

¹⁵³ Fragmento de la entrevista realizada a Víctor.

Víctor. Confuso, ambiguo, indeciso, con duda, con falta de determinación, creyendo que quería algo, engañándome de que quería algo cuando realmente no lo quería y no aceptando que no lo quería, y martirizándome por creer que lo quería y no hacer lo necesario para tenerlo.

4.3.4.3 No confiar en la intuición

También pudimos observar otro de los aspectos importantes que delimitan o esconden a la intuición es el no hacerle caso. En dos entrevistados, Pedro y Sara, podemos contemplar esta situación, donde llegaron a tener alguna intuición, algún presentimiento, sintieron que algo andaba mal, pero no hicieron caso de su intuición, y las consecuencias no fueron agradables.

J. ¿Me puede mencionar alguna situación en que haya vivido esta situación intuitiva y no le haya hecho caso...?

Sara. Justamente, por ejemplo, cuando me fui a Monterrey, yo iba con la meta de que iba a poner otro tipo de negocio, me dejé influenciar por mi familia, entonces en lugar de poner el negocio que puse que tenía yo pensado, dije ‘hay me suena bien, le ayuda a mi familia’, pero hay algo que me decía ‘ahí no’ por dentro ‘no, no’ algo que me decía de repente, algo como que decía ‘no me late’ (habla quejándose) yo no ahondaba en que no me latía sino que simplemente me quedaba en que siento, hay algo que siento, no ahondaba en eso, se sentía, ni pensar simplemente agarré y dejé que las cosas, bum, se fueran dando y se fueran dando, entonces me fueron envolviendo no, pues ese fue ese, es ejemplo en donde pude haber seguido realmente a mi intuición y no lo hice.”¹⁵⁴

Pedro, por su parte, tuvo la intuición de que iba a ser asaltado, pero no le hizo caso, cuestión que vio confirmada en cuestión de segundos.

Así, se ha notado que la intuición es, en definitiva, un factor primordial e indispensable en el desarrollo integral, ya que ella será quien vaya guiando nuestro desarrollo, nuestro aprendizaje, quien nos aconseje sobre nuestras decisiones, quien nos

¹⁵⁴ A Sara, desgraciadamente, le hicieron un fraude en el negocio que no quería poner.

diga de alguna manera que el camino escogido posiblemente no sea el mejor para nosotros y nuestro entorno, quien nos haga ver, de maneras muy sutiles que lo que hacemos, realmente lo hacemos por miedo, enojo o por tener un ego muy grande. En definitiva, ella será una excelente consejera a la cual debemos recurrir y desarrollar. Laura dejó de trabajar consigo misma durante algún tiempo, pero su intuición la aconsejó oportunamente, ella nos platica:

“[...] no, ya se acabó, dije no me vuelve a pasar, ya no me voy a dedicar a esto, pero se llegó la clase de yoga con el maestro, dije a esa tampoco voy a ir por que ya no tiene sentido ir, pero en ese momento dije no, algo me decía que lo que me estaba haciendo, tomar esa decisión, era miedo, porque yo sentí el miedo, así, horrible, en la oscuridad, y entonces dije, no, ‘es que entonces algo tengo que trabajar, algo todavía me falta para vencer ese miedo’.”

La intuición nos hará saber, de una manera muy especial, que es lo que realmente queremos en nuestras vidas, existe una “certeza”, donde en realidad no sabemos que es lo que vaya a suceder, pero algo nos dice que debemos continuar “por ahí”. Pedro nos comenta su sentir ante una decisión importante en su vida que la tomó a través de la intuición: *“[...] pues es una seguridad de que todo va a estar bien, todo va a estar bien, o sea, no sé como explicártelo (ríen) pero sentí que sí, que sí iba a estar bien.”*

También sabremos que nuestra intuición está guiándonos porque ante una toma de decisiones, no habrá enojo, miedo, rencor, angustia, no habrá esa sensación que realmente nos sofoca¹⁵⁵, simplemente lo sabremos. Solo será cuestión de confiar más en ella, pero tampoco deberemos tentarla, es decir, jugar con ella.

La intuición, como pudimos ver en la mayoría de los entrevistados, les hizo sentir un vacío, que algo no andaba bien en sus vidas, lo cual los motivó a buscar por otros horizontes:

J. En ese momento cuando, cuando estabas enojada, estresada, por estas cuestiones sociales y todo eso ¿empieza a haber un vacío?

¹⁵⁵ En realidad si podrá haber miedo ante un futuro escenario incierto, pero no será un miedo heredado, o un miedo de romper con lo que dice la sociedad en turno o nuestra familia, además, si podrá haber coraje para tomar la decisión, mas no enojo, y así sucesivamente.

Maura. No lo sé, me sentía muy mal, la pasaba yo remal, sentía que algo no estaba bien, no sé decirte si un vacío pero sí había una cosa.

J. ¿Como qué?

Maura. No sé, era, algo no está bien, pero tampoco sabía si era algo mío u otra cosa, no.

J. Y esa sensación ¿a qué te llevó?

Maura. En determinado momento sí a buscar como otra manera y a ver otras posibilidades, y así llego al Yoga y así llego yo después a empezar a meditar.

4.3.4.4 Las emociones y los sentimientos

Dos aspectos bastante interesantes serán entonces las emociones y los sentimientos exaltados, puesto que serán ellos los que nublen nuestra visión, los que no nos permitirán ver nuestros verdaderos deseos y lo que realmente queremos hacer con nuestra vida, es decir, no nos dejarán escuchar a la vida hablando sobre la vida. Laura nos platica: *“Entonces, ahorita me queda muy claro que lo que tenga en mente es lo que voy a hacer, porque sé que viene de esa fuerza, pero antes no lo tenía claro porque todavía traía unidos, tenía enojo, era impaciente, no me centraba bien, cómo decirte, mi mente, ahora llega la idea, y eso es lo que debo de hacer.”*

Claro está que dichos sentimientos no llegaron solos, y como ya lo hemos mencionado, son el resultado de una compleja trama socio-histórico-cultural, que a través de los años, ha permanecido en nuestro espacio, en nuestras familias, y ahora nosotros somos los reproductores de esas tendencias.

Enojo, impaciencia, intolerancia, furia, miedo, frustración, impotencia, resignación, etc. no serán sino manifestaciones de nuestro ego, mismo que será construido y desarrollado socio-histórico-culturalmente hablando. Así, en nuestras vidas, nuestra educación, nuestras palabras, nuestras acciones y nuestros sentimientos, de manera general, serán guiados por nuestro ego y por lo tanto, no escucharemos a nuestra intuición, dando como resultado nuestros actuales estilos de vida.

Serán las emociones y sentimientos exaltados los que promuevan bloqueos tanto internos (en nuestros órganos, músculos, articulaciones, etc.) como externos (con nuestros familiares, amigos, compañeros de trabajo, es decir, en nuestras relaciones intersubjetivas). De esta manera, a través de la teoría de los cinco elementos y de las vastas y profundas investigaciones realizadas por Sergio López Ramos y sus colaboradores, podemos ver la correspondencia de cada órgano interno con una emoción, color, sabor, elemento, y estación del año¹⁵⁶. Así, cada emoción y sentimiento, heredado generacionalmente, producirá sus efectos en nuestro cuerpo (en enfermedades, dolores, bloqueos, etc.) y en nuestra forma de ver y vivir el mundo, es decir, en nuestra intuición, en nuestra conciencia, percepción y sensibilidad.¹⁵⁷

De esta forma, hemos visto que la construcción corporal se encuentra aunada con nuestros estados internos, en la forma en como hemos aprendido a ver, escuchar, a pensar y a sentir. Así, una persona rígida tendrá, por lo general, un cuerpo muy rígido, y las emociones también se manifestarán en él, a través de tensiones, soltura, bloqueos, flexibilidad, falta de movilidad, en articulaciones, en la textura de la piel, etc. De esta manera, una emoción reprimida, estancada, quedará aprisionada en nuestro cuerpo, y la manera de desbloquear dicha emoción podrá ser a través del Zen, del Yoga (Kundalini, Hata, etc.), del Tai Chi-Chi Kun, de las prácticas de la Orden Budista Occidental (que combinan el budismo con otras disciplinas, ya sea Tai Chi, Chi Kun o Yoga). Así, Pedro nos dice que vivir plenamente nuestra vida emocional, la alegría y la aceptación hace que todo circule (de lo contrario existirá un bloqueo), las emociones, los pensamientos, la energía, en forma de ciclo, y refiriéndose a las emociones nos dice:

“Es un ciclo constante, pero si no, se quedan atoradas, vives algo que te causa dolor o te causa pesar y te cierras, literalmente te aprietas, tu cuerpo se aprieta y esa energía se queda bloqueada en un músculo, en una articulación, en un hueso. Si esa emoción es constante, si el estímulo es constante, y constante y va afectando, afectando, afectando, llega el momento en que ya se crea una enfermedad. Entonces lo que hace la Yoga es que

¹⁵⁶ Para mayor información ver la tabla 1.

¹⁵⁷ Para mayor información consúltese las obras del Dr. Sergio López Ramos, en las ediciones de CEAPAC.

desbloquea esa energía, igual el Tai Chi. Tú respiras profundo, relajas el hombro, relajas los brazos, relajas los músculos y esa energía fluye, fluye, fluye.”

De esta manera, tanto Lowen¹⁵⁸ como Wilhelm Reich, nos comenta Pedro, nos dicen que una emoción en específico tendrá que ver con alguna zona del cuerpo en particular (el miedo con las rodillas y piernas, la ira o enojo con los hombros, mandíbula, etc.), lo cual tiene una razón evolutiva en el ser humano¹⁵⁹. Por lo tanto, si la emoción se encuentra exaltada, afectará directamente a una zona determinada, generando tensiones, que apretamos inconscientemente algún músculo, lo cual generará una obstrucción del flujo energético y sanguíneo, que según los hindúes, contamos con 72 mil nadis, o conductos energéticos y, según la acupuntura tradicional china, también existirán dichos canales o meridianos, los cuales, a su vez, tendrán que ver directamente con algún órgano, emoción, color, sabor preferido, etc., lo cual, por lo tanto, nublará nuestro pensamiento, nuestra consciencia, nuestra intuición.

J. O sea, ¿que este bloqueo energético corporal va a bloquear mi manera de pensar?

Pedro. Sí exactamente [...] Y viceversa.

Así, si dicha situación llega a prolongarse por mucho tiempo (gracias al factor socio-histórico-cultural) devendrá en una enfermedad o bloqueo corporal, en tanto que relajando, soltando y trabajando corporalmente sucederá lo contrario: “[...] entonces al presionarse los músculos se cierran los conductos, al estirarse y relajarse los músculos, los conductos se abren y entonces comienza a, comienza a fluir la energía.”¹⁶⁰

¹⁵⁸ Para mayor información consúltese la obra: Lowen, A. (1996). Bioenergética: Terapia revolucionaria que utiliza el lenguaje del cuerpo para curar los problemas de la mente. México: Diana.

¹⁵⁹ Hoy día podemos ver en otros animales que cuando existe una situación de peligro, la adrenalina corre por el cuerpo; la mandíbula y los hombros, al igual que las manos o patas, se tensan para prepararse ante un posible ataque. Lo mismo sucederá con el miedo, algunos animales literalmente se paralizan ante un depredador (situación de mucho miedo) como un mecanismo de sobrevivencia, puesto que éstos, de manera natural y evolutiva, saben que si corren pueden ser presa fácil, y simulando estar muertos es más probable conservar la vida y poder reproducir sus genes, es decir, conservar a la especie. Por lo tanto, una emoción, evolutivamente hablando, tendrá que ver con alguna zona del cuerpo en particular, y si la situación se prolonga, tendrá sus efectos en dichas zonas.

¹⁶⁰ Fragmento de la entrevista realizada a Pedro.

Por lo tanto, la manera de soltar dichas ataduras será a través de la respiración consciente, de las diversas posturas, series y formas de las disciplinas estudiadas (tanto del yoga, como el budismo zen y el tai chi), de la meditación (budismo, zen, yoga, tai chi, chi kun, etc.) y de la relajación en general, todo ello a través de la atención consciente. Además del factor filosófico oriental¹⁶¹ que ayudará a trabajar emocionalmente e integralmente, a través de la aceptación (no confundir con el conformismo), la humildad, la cooperación, el trabajo en equipo o comunidad, etc., que literalmente moverá a nuestras emociones, nuestra manera de aprender, nuestro cuerpo, nuestra razón y nuestra intuición. Pedro, refiriéndose a las emociones liberadas (a través de un proceso corporal e intelectual), mismas que van ligadas a un razonamiento, a una intuición, nos platica: “[...] entonces ya se manifiestan a través de un pensamiento lúcido que te permiten resolver de manera plena, de manera sana, para ti alguna situación.” Es decir, una vez que hayamos soltado dichas emociones estancadas, podremos escucharnos de mejor manera, tanto nuestros pensamientos, a nuestro cuerpo, nuestras intenciones, es decir, nos conoceremos un poco más.

Por lo tanto, el trabajo emocional, como nos lo refiere López Ramos, el modelo Etievan y nuestros entrevistados, será indispensable para un proceso formativo integral, para una pedagogía de la intuición (en proceso de construcción), para un trabajo corporal integral, debido a que una vez superados los obstáculos, guiados a través de la razón (de las diversas filosofías, análisis, investigaciones, etc.) y la intuición, ésta última brotará con mayor fuerza, lo cual a su vez favorecerá el desarrollo personal, y así sucesivamente.

4.3.4.5 Religión

Uno de los factores importantes en el desarrollo personal es la religión, puesto que como se ha visto a lo largo de la historia, existe una tendencia a ser de una forma u otra dependiendo de la religión que se practique. A través de un largo proceso histórico, como ya hemos relatado, la religión católica, si bien ha tenido grandes aportaciones a la humanidad, es necesario reconocer que también adolece de algunos errores que han

¹⁶¹ Diversas enseñanzas, tanto orales como escritas, que nos guiarán en nuestro proceso personal, a controlar nuestras emociones y pensamientos, que nos darás pistas para resolver nuestros conflictos, afrontar nuestros puntos débiles y que nos enseñarán a aprender.

marcado el rumbo de toda una nación, la nuestra. Así, ciertas emociones han sido vertidas en las páginas de nuestra historia, y éstas han cobrado vida en nuestros cuerpos, en nuestra forma de pensar, en las actitudes que tomamos ante la vida y ante nuestros semejantes. Pero, nuevamente, es necesario recalcar las grandes aportaciones de la Iglesia Católica, pero a su vez, también será indispensable conocer sus fallos para no caer en los mismos errores y dar un paso más en el camino de la vida.

El miedo, la culpa, el dejar “todo en manos de Dios” y no hacerse responsable de la propia vida, son principalmente las tendencias de varios entrevistados con respecto a esta religión. También, será necesario mencionar que si bien no es la intención de dicha institución propagar dichos sentimientos o acciones (puesto que nos encontraremos con el libre albedrío), los entrevistados han interpretado las enseñanzas de esa manera, consciente o inconscientemente, llevándolas a cabo en sus vidas. Éste será un punto a considerar por las altas autoridades eclesiásticas en su próximo desarrollo, ya que la vida se encuentra en constante cambio, y por lo tanto, también las instituciones deberán seguir su ritmo. Además se ha demostrado a lo largo de la historia que la Iglesia Católica ha incurrido en errores conceptuales (desde Galileo, la Inquisición, el mal llamado politeísmo de nuestras culturas prehispánicas, por mencionar algunos), cuestión que debe tomarse en consideración para las próximas generaciones.

Pero bueno, regresando a los sentimientos y tendencias, se puede contemplar que existe una propensión a dejar la vida propia en manos de alguien más y no tomarla en nuestras propias manos. Jorge nos dice:

J. ¿En esos momentos llegaste a sentir culpas por tu religión?

Jorge. No, no, para nada, no, culpas no, simplemente de que, pues, de que la gente no quiere tomar responsabilidades, no quiere pensar, y entonces, pues acepta, porque es lo más fácil, lo más fácil es, bueno, yo he llegado a la conclusión que las religiones mueven masas porque es lo más fácil, es no tomar responsabilidades, y simplemente creer, y lo más fácil es no tomar responsabilidades, simplemente dicen: ‘cree en Jesucristo’ y ya tienes tú visa para el paraíso, ‘cree en Alá’ y ya tienes tú visa al paraíso, pero no hay ningún compromiso, no hay ninguna responsabilidad, nada más con el solo hecho de creer, sin

que hagas nada, entonces yo no creo que las cosas sean así, pero para la masa es lo más fácil, ah, ¿no tengo que hacer nada más que creer en Jesucristo?, ah sí, si creo, y si soy cristiano, si soy católico.”

En este sentido ciertamente existe una fuerte tendencia de dejar nuestra vida en manos de alguien más, en manos de Dios o algún ser supremo, cuestión que no es exclusiva del terreno religioso (dejamos nuestra salud en manos de los médicos alópatas y sus yatrogenias). Ante este panorama, es necesario vislumbrar que la intención católica no es esa, sin embargo así se ha llegado a entender a lo largo de varios siglos, luego entonces, la opción a seguir sería la de un credo religioso, pero sin el abandono de la responsabilidad, en pocas palabras, “confía en Dios y cierra tu coche”, o más bien, “cree en Dios y ayúdate a ti mismo”. Es decir, Dios no lo va a hacer todo, no va a resolver nuestra vida él solo, tenemos que poner mucho de nuestra parte.

“[...] en el catolicismo yo veía que, bueno, lo que ponían en práctica las personas que estaban a mi alrededor era como poner todo en Dios y como que no había responsabilidad tuya clara en esta relación, no, y como pedir cosas, pero también como que te quitaba la iniciativa, no sé algo así.”¹⁶²

Un sentido de culpa existirá, como nos platica Maura, generando algunas emociones como miedo o tristeza, sin embargo, nuestra intuición nos dirá que algo no anda bien, que si bien, el camino es correcto, le hace falta algo:

“Tenía que haber algo más que el asunto del pecado, y aprenderse el catecismo, tenía que haber algo más, la representación de Dios era para mí muy profunda pero no hallaba cómo acomodarla, quizá porque no me alcanzaban con los mandamientos ni con el credo de corridito, y, y nunca pude, pues, nunca me hallé, nunca, nunca lo encontré, pero yo sabía que había otra cosa, que no sabía qué era, pero siempre me quedó como ese hueco, como esa parte que no acababa de embonar, era como si estuviera algo que tuviera que entrar pero a mí no, quedaba un cacho como bailando eso, y aparte que bueno, las benditas cosas del pecado y todo eso, pues a mí me hicieron sentir muy triste y muy

¹⁶² Fragmento de la entrevista realizada a Víctor.

asustada, y pues eso tampoco me gustaba, sí, yo sabía que había algo pero no, no entendía qué.”¹⁶³

Así, el miedo, el enojo, la frustración, la falta de confianza en lo nuestro, en lo que hacemos, como lo pudimos observar en las estrategias utilizadas por los misioneros y españoles para la conquista del nuevo mundo, serán emociones que cabalgaron generacionalmente a lo largo de los siglos, llegando a instalarse en nuestras casas y calles, en forma de una simulación, de un enojo, de insatisfacción, de la desunión (como pudimos observar en la mayoría de los entrevistados). Cuestión que se vio modificada en nuestros personajes al entrar a un proceso formativo integral. En este sentido, la religión católica también fue la impulsora de cambios positivos en varios entrevistados, los cuales se sienten bien y viven plenamente gracias a sus enseñanzas. Luego entonces, deberemos de conciliar nuevamente a las religiones y las enseñanzas orientales (a través del respeto, la información, evitando los prejuicios y con una actitud abierta, apoyada en el desarrollo teórico y práctico [desde la experiencia de vida de las personas entrevistadas] de esta investigación, misma que esta basada en la propuesta epistemológica y práctica del Dr. Sergio López Ramos), puesto que en el fondo no se encuentran contrapuestas, sino todo lo contrario, pueden ser sumamente complementarias, es decir, en nuestro caótico mundo actual será indispensable la fusión de las dos visiones, como nos dice Northrop, Oriente y Occidente, en todos los sentidos.

4.3.5 Cambios notables y beneficios

Muchos son los cambios vistos en nuestros personajes, mismos que van desde cambios de comportamientos, de lenguaje, de percepción, de manera de ver la vida, de sus interacciones con los demás (familiares, amigos, compañeros de trabajo, jefes, etc.), hasta cambios físicos (mejor salud y cuerpos distintos) y en el entorno (no existen tantas trabas en su quehacer cotidiano y con las personas).

¹⁶³ Fragmento de la entrevista realizada a Maura.

4.3.5.1 Emociones y actitudes

Entre las diversas manifestaciones, resultados de estos trabajos personales, donde la intuición juega un papel fundamental, vimos muchos puntos en común, estados, emociones y actitudes que antes no estaban o se encontraban débiles se vieron acrecentados muy significativamente, tales como la alegría, amor, tranquilidad, aceptación, paz, serenidad, fortaleza, intuición, seguridad, más energía, certeza de las decisiones, carácter ante la vida, tomar conciencia, escucha, calma, flexibilidad (emocional y física), empatía (ponerse en el lugar de los demás), tolerancia, paciencia, cooperación, trabajo en equipo, tomarse su tiempo, sensación de estar completo, considerar al otro, sensación de tener mucha energía, fuerza de voluntad, etc.

Mientras que, de manera general, otros estados anímicos, físicos y actitudes, tales como intolerancia, enojo, cólera, desesperación, inseguridad, estilos de vida acelerados, soberbia, prepotencia, angustia, estrés, intranquilidad, miedo, autoexigencia, indecisión, tristeza, ansiedad, autodevaluación, rigidez, perfeccionismo, no darse cuenta de las propias emociones o su origen, introversión, hermetismo, sumisión, sensación de no pertenecer, individualismo, egoísmo, una visión materialista, predominantemente racional, atomizada y antropocéntrica, impaciencia, obsesión, sarcasmo, rigidez, dureza, principalmente, disminuyeron considerablemente.

*“[...] a través de todo esto que te estoy platicando pues empieza a haber una transformación, la primera, por ejemplo, yo decía muchas groserías, pero muchísimas, todo lo que, cualquier cosita, me pegaba en el dedito meñique, pas, pas, pas, pas, salían rayos y centellas, [...]. Acelerada, me enojaba muy aprisa, caminaba muy aprisa, trabajaba muy aprisa, todo lo hacía como a 1,000 por hora, me he vuelto ya muy lenta, [...] y sobre todo, y más últimamente, en lo que es aceptación, a mi todavía me sacaba de quicio la gente, era intolerante, impaciente, a mí la gente me sacaba de quicio, ‘ay, este lento, este tonto, éste bruto’, sobre todo porque no respondían al acelere que yo traía, porque además, también yo pensaba muy aprisa”.*¹⁶⁴

¹⁶⁴ Fragmento de la entrevista realizada a Yara.

Otro ejemplo es Laura, cuya característica es que era sumamente enojona, insegura, intolerante, e impaciente: “[...] y yo luego le dije: *¿cuáles van hacer los beneficios?, por que yo quería algo rápido, así como decimos, dice la señora, yo algo rápido, si me va a beneficiar a mi estómago, a mi garganta, a mi estreñimiento que sea algo rápido.*”

Sara, por ejemplo, de ser una persona sumamente intolerante y prepotente, que respondía con ira, nos comenta, actualmente es cooperativa, sensible, intuitiva, alegre, amable, apasionada de su trabajo, etc. Ella se dio cuenta de que era absorbida por su antigua empresa donde laboraba y que a final de cuentas no estaba viviendo para sí, estaba siendo arrastrada por algo externo que la dejaba sumamente estresada y con estados de ánimo alterados.

J. ¿Era usted prepotente?

Sara. Prepotente sí, si...

J. ¿Por qué?

Sara. Sabes que siento que entre ello, en un ambiente donde sentía que mi amo era el trabajo, la empresa, entonces yo tomé una actitud de una barrera en donde, te digo es más yo sentía, como lo escribí hace poco en un artículo en donde ya ni siquiera yo era, ¿como se llama?, o sea ponían en primer plano a la empresa antes que yo, por que te digo yo era que me metía en una friegas de trabajo pero impresionantes y eso al final de cuentas es no quererte, porque al final de cuentas todo tiene una repercusión en tu cuerpo, que, en tu salud, en tu mente, entonces siento que lo hacía más por esa parte de ser leal completamente a la empresa y no valían los sentimientos, ni las personas no... [...]

J. ¿Alguna otra emoción que estuviera presente enojo, ansiedad?

Sara. Pues te digo, yo creo que la ira, por que la forma en que reaccionaba era con ira, ira ya ni siquiera enojo, ira...

Hoy día, nuestra entrevistada es una persona en extremo fascinante, puesto que, además de abandonar una excelente carrera con un muy buen salario para hacer lo que a ella le gusta y satisface plenamente, piensa en el otro:

J. Considerar al otro...

Sara. Si ya es algo que hago más, antes, siento que casi literalmente no los consideraba sobre todo en la cuestión del trabajo, en la cuestión de la familia, si, siempre como que siempre traté, y con familiares y amigos, ser considerada, pero a veces no te das cuenta y eres desconsiderada por que no te das cuenta como eres...

Al respecto, Goldberg nos comenta que la curiosidad, la receptividad, la inocencia y la capacidad de asombro, latentes en el niño, durante un proceso educativo, formativo, serán encausados y determinados por el contexto socio histórico cultural, a saber, racional-empirista, antropocéntrico, egocéntrico, capitalista, eurocéntrico, deseante, individualista, hedonista, etcétera, es decir un estilo de vida occidentalizado, uno donde se dice qué es lo correcto (llegando a ser muy inflexible, rígido, exageradamente metódico, racionalista, positivista, incrédulo, obsesivo, predeterminado, etcétera, etcétera, etcétera), y que no lo es, delimitando fuertemente el pensamiento, las creencias, actitudes, sentimientos, formas de interacción con nuestros semejantes y no tan semejantes, es decir, con toda la naturaleza, con todo nuestro entorno.

Del mismo modo, el autor nos dice que existe la probabilidad de que las personas más flexibles, confiadas e independientes, han aprendido a usar la intuición mejor que el resto. Sobre esta misma línea, nos menciona, se puede observar que las personas que son más tolerantes, cooperativos, que saben escuchar, que tienen más contacto con sus emociones, que son más tranquilos, sinceros, independientes, arrojados, que se detienen a contemplar y a apreciar, que disfrutan lo que tienen, que son más abiertos, atentos y que confían más, tienden a ser más intuitivos. De esta manera, en aquellas personas que trabajan directamente en un proceso formativo integral, uno donde la intuición es parte fundamental y constitutiva del trabajo, dichos estados se ven modificados, logrando así una persona más cooperativa, flexible, tolerante, abierta, sincera, etc., como lo pudimos ver en los entrevistados.

4.3.5.2 Relaciones intersubjetivas

Asimismo, todas las personas consultadas mostraron una nueva actitud social o familiar, son más cooperativos¹⁶⁵, ahora toman en cuenta la opinión del otro y dan cuenta de la importancia del otro: “[...] empiezas a experimentar cambios, que te hacen darte cuenta de cosas, como que te empiezas a dar cuenta de cosas, para mí fue lo que te digo, darme cuenta de lo importante que era mejorar mi relaciones con mi mamá, y ver el punto de vista de mi mamá, no nada más el mío.”¹⁶⁶ Los cambios en la manera de interactuar con los familiares cambiaron a una cuestión más de respeto y tolerancia:

J. ¿Después de esta situación, viste algún cambio en tu relación con tus papás?

*Pedro. Eh, si yo creo que, por ejemplo, en el caso de, bueno, en el caso de los dos, éste, como que tuve más, una mayor capacidad para tomar mis decisiones y ser fiel a lo que yo decidía.*¹⁶⁷

Las relaciones intersubjetivas se ampliaron, se han tornado más abiertas y amables, ya sea en el entorno familiar, laboral, y cualquier otro ámbito donde haya gente.

*“[...] te digo ahorita es una relación siento más abierta con mis amistades, con mis familiares y siento que, por ejemplo ahorita, me cuesta, antes me costaba mucho trabajo entablar comunicación con esas personas fuera de lo que era mi círculo de amigas y ahora si siento que puedo ser más abierta, antes por ejemplo no te hubiera contado nada, te hubiera dicho no, no, entonces, sí, esa apertura hacia los demás...”*¹⁶⁸

¹⁶⁵ Todos nuestros entrevistados nos apoyaron ampliamente al darnos su tiempo gustosamente para las entrevistas, salvo Antonio y Gardenia, que además de ofrecernos amablemente su tiempo y experiencia, se mostraron un tanto inquietos preguntando constantemente cuanto tiempo iba a durar la entrevista, cuántas sesiones iban a ser y que si ya íbamos a acabar, curiosamente éstos entrevistados no quisieron dar información sobre sus vidas antes de entrar a un proceso formativo integral (budismo tibetano y yoga kundalini), cuestión por la cual se decidió, en el caso de Antonio, no completar la entrevista, debido a su impaciencia, y por lo tanto el cuadro no se encuentra completo. Por otro lado, Jorge y Pedro, personajes que resultaron tener un amplio y grande desarrollo en todos los aspectos (corporal, intersubjetivo, emocional, intelectual, familiar, etc.), nos concedieron las entrevistas que quisimos, llegando a 5 ó 6 sesiones, de manera formal e informal, sin cuestionar cuantas sesiones iban a ser ni cuánto tiempo iban a durar, ofreciéndonos muy amablemente todo el tiempo que quisimos.

¹⁶⁶ Fragmento de la entrevista realizada a Yara.

¹⁶⁷ Fragmento de la entrevista realizada a Pedro.

¹⁶⁸ Fragmento de la entrevista realizada a Sara.

Maura, por su parte, nos platica la experiencia que tuvo antes de entrar a un proceso de esta magnitud, nos dice que ella era sumamente competitiva e insegura, hoy día ella es muy cooperativa, amable y cálida, y sabe que el trabajo es mejor en conjunto: *“No lo sé, sé que lo hacemos como cooperando todas, sé que, que al final lo que importa es que todas nos echemos la mano y las cosas funcionen.”*

Alejandro, debido al Tai Chi, notó cambios muy importantes en sus relaciones con los demás, en sus emociones, en su trabajo y en su salud. Él nos platica su experiencia con respecto a esta disciplina:

“[...] empiezo haciendo el viernes en la noche y el sábado en la mañana y yo en la segunda clase, mi respuesta emocional era otra. Empiezo a ir con más gusto a mi trabajo, empecé a comunicarme mejor en casa, entonces ¿Qué beneficios, qué beneficios? básicamente a nivel de Sistema Nervioso Central. Me empecé a relajar, me empecé a cargar de energía, empecé a tener más actividad física, empecé a, a percibir mejor a las personas, percibir mejor las situaciones, a interesarme de la vida, que ya no me interesaba, o sea, yo me estaba dejando morir. [...] pues implica todo eso: mayor seguridad, mayor gusto por la vida, mayor gusto por las personas, mayor gusto por estar y servir”.

Maura por su parte, pudo tener una mejor comprensión del otro, en este caso, de su padre y de gente en la calle que llega a ser grosera con ella (cuestión que rara vez sucede en una ciudad como la nuestra). En cuanto a su padre, éste fue extremadamente violento con ella y con toda su familia (moral y físicamente), egoísta, falto de afecto y de cariño, entre otras cuestiones, nos comenta, pero ella, a través de un trabajo con la Yoga y con el Budismo, ha logrado comprenderlo y quererlo: *“[...] yo sé que las cosas para él fueron igual de complicadas que para nosotras, uno abre su corazón a la compasión y se da cuenta que la realidad es muchísimo más compleja que un hecho específico.”¹⁶⁹*

Los cambios son muy notables, mismos que son extrapolados a la vida cotidiana: *“[...] yo diría que cambia todo. Porque si comienzas con lo más concreto que es tu cuerpo,*

¹⁶⁹ Fragmento de la entrevista realizada a Maura.

*tus huesos, tus articulaciones, tu postura, pero también cambia tu, tu sensibilidad, yo diría que la forma de ver el mundo porque, porque el Tai Chi no solamente es un ejercicio, sino es una forma, una filosofía de vida, o sea, no resistencia, el fluir, y eso no solamente es en un arte marcial, sino yo creo es en la vida, o sea en lugar de confrontar al enemigo, lo dejo pasar, y pues eso se aplica en todo, en el trabajo, en la familia”.*¹⁷⁰

También pudimos observar en la mayoría de los entrevistados que sus emociones ya no se encuentran tan volátiles y ahora ya se tiene un mejor control sobre ellas. Con ello no se quiere decir que se controlen las emociones, pero si que éstas no controlen nuestras decisiones y por lo tanto, nuestras vidas. Ahora, ya se tiene una mejor comprensión de dónde vienen esas emociones (el enojo debido a una mala relación con los padres, etc.), y por lo tanto, éstas son diferentes.

Asimismo, en la cuestión de la cooperación, ésta ya se encuentra, en varios casos, sabiamente encaminada, ya no es la cuestión de ayudar por ayudar, o en la manera de hacerlo, ahora ya, además de la intención, se cuenta con la visión filosófica de cómo hacerlo, de las estrategias a seguir para poder obtener un resultado real: Jorge nos menciona:

“[...] ahora lo tomo como diría don Juan ‘si alguien se acerca hacia mi, a pedirme ayuda, pues yo con todo gusto le brindo la ayuda’, tengo esa, esa acción con él, pero no ando yo, éste, de dadivoso por todo el mundo, porque me he encontrado con frentazos, de que, pues a quien muchas veces tú quisieras ayudar y quisieras compartirle algo, pues se cumple lo que dice la Biblia, ‘no deis margaritas a los puercos porque se voltean contra ti’ (risas), y me ha tocado varias veces, entonces, pues mejor, solamente que lo pida.”

Pero en todos se pudo ver una gran cooperación, además que muchos de ellos manifestaron en las entrevistas ser más cooperativos con los demás. En este sentido ya no nos movemos guiados por el sentimentalismo, sino por una visión intuitiva y filosófica en estrecha comunión¹⁷¹.

¹⁷⁰ Fragmento de la entrevista realizada a Jorge.

¹⁷¹ Elementos constitutivos de las diversas disciplinas orientales.

También pudimos observar cambios en los sueños de algunos entrevistados (material que puede entrar en el terreno intuitivo), algunos de ellos, por ejemplo, tenían sueños diferentes a como los tenían antes de comenzar un proceso integral, o sentían lo que le estaba ocurriendo a algún ser cercano a través de sus sueños. Así los sueños se vieron modificados.

Es a través de los sueños que éstos, de manera intuitiva, podrán avisarnos de algunos peligros, incluso de lo que está ocurriendo actualmente en nuestras vidas o en la de algún ser cercano:

J. ¿Con el yoga ha tenido algún tipo de presentimiento?

Sara. Con el yoga? Mmmmmm...

J. ¿Antes y después ha visto alguna diferencia?

Sara. Yo creo que... pues fíjate que nunca he sido cuestión de los sueños pero justamente antes de que se presentara esta situación que, como difícil, tuve un sueño en donde has de cuenta que iba yo en el camino, el camino era de hecho hasta plano, y de repente llegaba a un hoyo y en el hoyo estaba al, has de cuenta con muchas raíces retorcidas y que justamente tenía yo que bajar por ese camino, desperté y me dije ‘ay que feo sueño’ (se ríe) y agarre ... y me dije a mi misma ‘no será un presagio de algo malo’ me quede yo pensando y dije ‘es un sueño no’ (se ríe) y a los dos o tres días sucedió esta situación difícil, entonces yo no sé si fue un presentimiento o que.

Por otro lado, la manera de percibir el mundo cambiará a través de un contacto directo con nuestras emociones, con nuestro cuerpo, con la manera de respirar y con las enseñanzas de algún verdadero maestro: “[...] entonces para mí sí fue, digo, en mi experiencia personal fue sí como que, no pues, se me abrió todo un mundo de diferencia, gracias al yoga y el Tai Chi, eso me dio seguridad, me hizo ver la vida de otra forma”.¹⁷²

Se logra de esta manera un cambio de conciencia, de percepción, una nueva forma de ver la vida, una acorde a ella:

¹⁷² Fragmento de la entrevista realizada a Jorge.

*“[...] o sea me percibo a través de lo que estoy sintiendo, viendo, oliendo, experimentando con todo lo que escucho, veo, hablo, en cambio antes yo veo que todo era, todo giraba alrededor de eso, de todas estas emociones que se puede decir hasta cierto punto negativas o esos recuerdos, o esas cosas, ¿no?, ahora yo puedo ver, como me explico... todo lo que yo percibo ya es, lo hago muy consciente, soy muy consciente por ejemplo ahorita de, de quien soy, de cómo, como me son más de lo que estoy hecha vamos, de lo que está hecho todo mi entorno, de lo que... me siento conectada (sube el tono de voz) con las cosas vamos, con la naturaleza, contigo sé que nada es casual, que las cosas se van dando de una manera así como muy articulada y, y logró sentir, logró percibir así como que hay algo que sostiene, me sostiene, que sostiene esta planta todo lo que está aquí, todo lo que está aquí, entonces ahí eso, esa percepción no la tenía antes en la vida, antes todo giraba mucho en torno a estas emociones negativas”.*¹⁷³

Además, estos procesos de meditación (Budismo, Budismo Zen, Tai Chi, Yoga, Chi Kun, etc.) ayudan a entrar a un nuevo estado de percepción (es decir, en el terreno de la intuición), en una “segunda atención” (una percepción más profunda), en un estado en el cual percibimos la vida de un modo distinto, bajo su mismo lenguaje, y dicha cuestión, como ya lo hemos visto, se logra a través de parar el diálogo interior, de colocar toda nuestra atención en nuestros movimientos corporales, en la respiración, en no rechazar ni atraer, es decir, en lo que ya hemos mencionado:

“Pues eso, que te introduce en la segunda atención, que te, pues llamémosle, así como que científicamente se meterían en el estado que les llaman el nivel alfa, pero yo no me voy nada más a la cuestión cerebral, porque el estar totalmente relajado y tranquilo, te hace percibir las cosas diferente pero de eso, estaría contándote cuentos chinos si no lo has experimentado, entrar en la segunda atención es, es que detienes, lo que te decía, parar el mundo, cuando detienes el diálogo interior, ahí comienza la segunda atención, entonces empiezas a captar y ver, o sea, dependiendo de tu desarrollo, cuando entras a la segunda atención, en un estado de atención diferente puedes ver la energía de los demás, puedes saber de repente cosas de los demás, aunque tú no quieras, o sea, como que te sintonizas con los demás, como que tu percepción se amplía, por eso te digo, los antiguos les

¹⁷³ Fragmento de la entrevista realizada a Laura.

llamaban los sensores que tenemos dormidos, entonces, el detener el diálogo interior, el parar el mundo, el detener la mente, eso te sitúa en un estado de percepción diferente, entonces cuando estás en ese estado, pues de repente tú sientes a la persona y estás sintiendo lo que, lo que, por lo que está pasando, sin que te haya dicho nada, y sabes cosas de la gente, sabes si te están mintiendo o no te están mintiendo, etcétera, sientes cosas, pero eso se tiene que experimentar, si no son cuentos chinos, ¿no?, entonces, te estoy cuenteando yo. O sea, cuando es la segunda atención, estás supersensible, entonces sí alguien trae alguna bronca, un miedo, lo vas a captar de inmediato, casi te lo comes, entonces no es recomendable [...], como estás muy sensible pues sientes que la mayoría de la gente no es auténtica, está poniendo máscaras, se está cubriendo, sientes sus miedos, sus cosas, y puedes bueno, dependiendo de cómo se sienta uno, luego hasta te pones a pensar, ‘¿por qué no dicen la verdad?’, lo dicen porque nada más quieren quedar bien, no sé, a mí me ha pasado, cuando entro así, entonces procuró ya no sentir a la gente, ya no te engañan, te están diciendo una cosa y tú estás sintiendo que no, entonces ahí no, ahora sí que sin suero de la verdad, sientes lo que te quieren decir, o las intenciones. La segunda atención es sentir directamente sin intermediarios”.¹⁷⁴

En estos términos la “segunda atención” es la intuición, misma que no solo siente lo que se encuentra afuera, sino también en nuestro interior, buscando nuestras verdaderas intenciones, nuestros fines, nuestras verdaderas emociones y sentimientos. Es decir, nuestro guía interior.

La intuición se vio enriquecida gracias a los diferentes procesos formativos de los entrevistados, en algunos fue mínimo el cambio (como en el caso de Raúl y Gardenia). Un factor fundamental fue el hecho de hacer caso de la intuición, puesto que ésta se encuentra ahí, solo que muchas veces no le hacemos caso:

“[...] porque cuando te dedicas demasiado al sistema, aunque te lleguen señales, como que no les haces caso, uno es sordo y ciego, y que pienso que, que, que, pues que esa gran fuerza que es el universo, el cosmos, como tú quieres llamarle, si es que crees en ella, sino simplemente en las leyes del universo, éste, como que uno está conectado con ellas y

¹⁷⁴ Fragmento de la entrevista realizada a Jorge.

cuando te conectas, si estas en armonía donde estas, como que sí te va a pasar algo, como que viene el anuncio, o, o, o si quieres hacer algo y dudas, como que si te abres como que encuentras la respuesta, no sé, en algo muy simple”¹⁷⁵.

O como otro de nuestros personajes que tuvo una intuición, solo que no le hizo caso: “[...] *me tardé tres minutos más, y nos cayeron encima, los asaltantes, después, cuando ya terminó todo lo vi, era una corazonada que yo no, no éste, no atendí, pero si me he dado cuenta que muchas veces a la intuición es correcta, pero no le hacemos caso [...]. Si, de repente, yo creo que la intuición es un don que pocas veces utilizamos”¹⁷⁶.*

La intuición se vio así acrecentada en mayor o menor medida, dependiendo de cada proceso, del trabajo personal, de su dedicación, y de muchos otros factores:

“[...] entonces de repente puedo sentir, puedo darme cuenta al ver una persona, al sentirla sobre todo, cuando la persona tiene una bronca, aunque sonría, aunque sea amable, puedo sentir a la otra persona, la tristeza de la otra persona, puedo sentir el enojo, hay unas que son más fáciles, el enojo se les detecta rapidísimo, aunque tenga cara seria y trate de no expresarlo, pero se percibe en el ambiente, entonces también puedo sentir las vibras de las personas, y puedo dar un abrazo, o un apretón de manos con una persona y sentir, sentir su afecto, su cariño, así, amablemente, antes como que no era tan cierto, tan evidente, pero si, ya lo siento [...] Salir de mi casa, ahí fue una muy buena corazonada, yo sabía que aunque me la iba a pasar muy difícil al principio, sabía que era bueno para mí y tomé la decisión”¹⁷⁷.

Con un proceso integral de esta magnitud, la intuición (nuestro ser más auténtico expresándose) nos pedirá que nos alimentemos de diferente manera, y nos referimos no solo a la comida (frutas, verduras, cereales, etc.), sino también de todo aquello de lo que nos nutrimos (música, palabras, caricias, relaciones interpersonales, imágenes, relatos, discursos, etc.). Gardenia lo vivió así:

¹⁷⁵ Fragmento de la entrevista realizada a Jorge.

¹⁷⁶ Fragmento de la entrevista realizada a Pedro.

¹⁷⁷ Fragmento de la entrevista realizada a Pedro.

“[...] pero tu interior te llama a que busques cosas más bellas que te hagan sentir bien, en tu interior, es un llamado de tu interior a que cuando te subes a tu coche y prendes el radio dices: ‘No quiero tanto bombardeo de anuncios’, entonces buscas Opus 94, por decir algo. [...] entonces esa paz, esa sensación, ¿no?, de que algo dentro de ti te llama, que busques aquello que te alimenta, que te hace sentir bien.”

En pocas palabras, los cambios de nuestros entrevistados fueron en todos los sentidos, en mayor o menor grado, a saber: cambios de actitud, en su salud, en su intuición, en su sensibilidad, en sus relaciones interpersonales, en sus pensamientos y sentimientos, y en sus cuerpos. Mismos que fueron propiciados por un trabajo integral, armónico, intuitivo, uno que integra el movimiento (en el amplio sentido de la palabra, de las emociones, pensamientos, del cuerpo, de nuestra forma de ver la vida, etc.), la atención consciente, el estudio de la parte filosófica oriental (y en cierta medida la occidental), la alimentación, el trabajo personal, familiar, etc. Alejandro nos dice:

“[...] al tú meter a una persona a que haga un movimiento físico, darle movilidad a articulaciones que quizá en su vida cotidiana no las ocupa, empiezas a romper bloqueos de energía y si esto lo, lo, lo manejas con un poco de respiración esta persona que está, inclusive a tener mejores ideas, mejores pensamientos, a ser más positiva, entonces pues yo creo que es la mejor medicina: movimiento, ejercicio, y respiración profunda, y eso te ayuda solito a lo demás.”

En otras palabras, estas disciplinas han ayudado a salir a adelante a nuestros entrevistados:

“Entonces ¿cómo cambia, cómo cambia? este, la actividad del Tai Chi en mi vida, pues es, es muy sencillo, no o sea, primero me sana, me salva, salva mi vida, yo estaba en una decepción profunda, entonces para mí fue como volver a renacer, fue reencontrar una nueva persona, reinventarme porque de ser muy soberbia, muy exigente, autocrítica pero sobre todo crítica hacia los demás, impositiva, o sea, una persona muy encantador, (ríe Jesús) aprendo a verme de diferente forma y aprendo a, a ser más tolerante, busco quitarme la soberbia, busco entender a las personas y se me quita la agresividad, no del todo, digo, porque es un rasgo natal, ¿no?, ser un poquito agresivo, sin embargo, este,

*empiezo a cambiar, empiezo a relacionarme mejor, me, me empiezo a interesar nuevamente por cosas que estaban a mi alrededor, me empiezo a interesar por mí, en fin, empiezo a salir del problema”.*¹⁷⁸

4.3.5.2 Enseñanza y aprendizaje

El aprendizaje se encuentra finamente entrelazado con la atención, las respiraciones, el trabajo corporal, la alimentación, nuestras emociones, nuestra cultura, nuestras relaciones familiares y sociales, etc., pero hablando directamente con nuestros entrevistados pudimos notar lo siguiente:

J. ¿Ves alguna diferencia en, en el transcurrir de los años a través de estos procesos de meditación, de yoga, de Tai Chi, y todo eso, has notado algún cambio en tu manera de aprender las cosas?

Pedro. Si.

J. ¿Cómo es eso?

Pedro. Me doy cuenta más fácilmente de cosas que requiero aprender, por ejemplo, cualquier cosa que yo vea puedo yo mismo, ¿como te explico?, lo que me pasa, lo que me afecta se que tiene un sentido de aprendizaje, algo que la vida me dice que debo modificar o debo crecer, o debo cambiar.

J. ¿Entonces el aprendizaje está centrado en ti, por ponerle un nombre?

Pedro. Si, por ejemplo, veo algo que una persona hace y no me gusta a mi cómo es, eso, entonces entiendo que si yo lo puedo ver es porque yo, o yo soy así o tengo esa tendencia, entonces, puedo darme cuenta que, puedo, a través de lo que yo veo a mi alrededor, puedo irme espejeando, y puedo ver que es, que es lo que yo necesito ir cambiando, modificando.

J. ¿Esto como lo aprendiste?

Pedro. Al principio, cuando entras a esto del Kung Fu y del yoga pues uno empieza leyendo materiales acerca de, y si te fijas todo lo que tiene que ver con esto de la yoga, del crecimiento interior, pues también de crecimiento espiritual, pues está fundamentado en escritos muy antiguos que siempre hablan del crecimiento del alma a través de la modificación de pequeños hábitos, por ejemplo, la higiene, por ejemplo, ser prudente con

¹⁷⁸ Fragmento de la entrevista realizada a Alejandro.

lo que dices, de tanto leerlo, conforme lo vas poniendo en tu vida cotidiana, pues empiezas a tomarle sentido.

J. ¿O sea que no solamente se queda a nivel de teoría, sino que lo aplicas?

Pedro. Si, de acuerdo a mis capacidades [...].

J. ¿Y en las cuestiones escolares, de leer, y cosas así, has notado algún cambio, que se te facilite más o menos?

Pedro. Si, en cuanto a leer, a la lectura, antes me regresaba dos o tres páginas y decía "¿qué dijo?", se me iba el avión, o estaba leyendo y estaba pensando en otra cosa, ahora puedo leer y entender, [...] por qué razono lo que está diciendo el autor, si es un libro de historia también puedo recrear la escena o compararla con otras cuestiones, si es un libro de poesía puedo sentir lo que está diciendo el autor, si es un libro de filosofía y una frase que me llegó 'ah, qué importante es esto', puedo hacer síntesis, por ejemplo, antes leía y leía y leía y como que era mucho material y me hacía bolas, y ya, entonces ya puedo hacer una síntesis de esto, o sea, como que puedo hacer eso.

Pero esta educación, esta forma de aprendizaje no llega sola, necesario es realizar ciertas actividades que faciliten y amplíen el aprendizaje:

J. Entonces me decías que antes, como que te ibas, ¿qué hizo que te centraras?

Pedro. La meditación. Si, como que la meditación, son ejercicios, es una disciplina que se basa en ejercicios de atención mental.

J. ¿Meditación yoga?

Pedro. Si

J. ¿O también incluye Tai Chi?

Pedro. También, lo que pasa es que el Tai Chi es meditación en movimiento, el Chi Kun es meditación en movimiento, el kung fu es meditación en acción.

J. ¿Y por ejemplo, esto que implica?

Pedro. Estar concentrado en lo que estás haciendo en el momento. Si vas a comer, pues come, mastica bien, ¿no?, por ejemplo, ¿no?, si hay algo que resolver y no lo puedes resolver en ese momento, menos a la hora de comer, ni lo pienses, porque en ese momento vas a comer, éste, lo que me ha costado es a la hora de dormir, por ejemplo, de repente, sobretodo, hace dos meses, éste, las broncas del trabajo y todo eso las traía en la mente,

antes de dormir, y creo que eso fue lo que me enfermó, como que me mantenía en inercia de los problemas, pero básicamente es de que vivas el momento.

J. Vivir el momento, la atención.

Pedro. Exacto, la atención, si vas a manejar pues concéntrate en manejar, no hables por teléfono.

En este sentido podemos ver que los procesos de enseñanza y aprendizaje son más complejos y deberán ser más completos de los que actualmente encontramos en nuestras propias aulas, así una nueva pedagogía *a doc* con nuestros tiempos modernos, necesariamente debe incluir a la intuición y su desarrollo integral, es decir, la atención consciente, los estilos de alimentación, el manejo de las emociones, y todo lo que ya hemos estado abarcando, puesto que se puede ver que con un trabajo integral, la manera en como relacionemos todo lo que adquiramos en nuestros procesos de enseñanza y aprendizaje, será más totalizador, transversal, correlativo, integrador:

“Antes de conocer el budismo como que, yo como mucha gente, este, tenía una percepción de las cosas como muy cerrada, y lo que me ha permitido la meditación, es ampliar ese campo perceptivo, ¿no?, como en el caso específico del narcotráfico, no ver nada más a los narcotraficantes como los únicos culpables, ¿no?, claro no es cuestión de culpabilizar a toda la sociedad, ¿no?, pero no de verlos como un suceso aislado, sino que el verlo como parte de un, de un proceso negativo que tal vez comenzó con una sociedad que le dio más importancia a otras cosas que a la educación, por ejemplo.”¹⁷⁹

Las diferencias entre las formas de aprendizaje tradicional, cartesiano, objetivista, positivista, capitalista, etc. y las integrales son radicales.

J. ¿Qué diferencia encontrarías tu en la educación tradicional, en todos los aspectos, de la educación de la familia, en la escuela, en la tradicional, institucional o no institucional y la educación que tú recibiste a través de tus maestros?

Jorge. No, pues, que una nada más, muy entre comillas me puede servir para, para tener una forma de vivir, pero no me hubiera abierto el campo de visión de mi vida, no, no me encuentro así con esa limitante de la educación tradicional, donde realmente no me

¹⁷⁹ Fragmento de la entrevista realizada a Raúl.

*educaron para la vida, sino me llenan de información.*¹⁸⁰

El desarrollo integral a través de las distintas disciplinas como el Yoga, el Tai Chi, el Zen, el Budismo, etc. nos demuestran que nuestra forma de aprender se verá modificada y mejorada considerablemente:

J. ¿Y antes de entrar en la cuestión del Tai Chi y del yoga y todo eso, en tu forma de aprender, notaste algún desarrollo?

Jorge. Sí, por supuesto, porque antes nada más era únicamente memorización.

J. Antes memorización, y después, al entrar al Tai Chi ¿qué pasa?

Jorge. Eso, éste, no, pues porque ahora, es difícil de explicar, porque eso sientes que, ahora lo involucro más con el sentir, si leo un libro y lo siento, lo sigo leyendo, si leo un libro y no lo siento, lo dejo, o sea, yo le llamo, sí siento que un libro fue escrito con el espíritu, siento que me esta nutriendo, sí siento que fue escrito con la mente, no pierdo mi tiempo, o sea, siento que no me esta nutriendo, que es puro rollo, entonces los rollos, trato de evitar los rollos.

J. ¿En ese aspecto te volviste más sensitivo?

Jorge. Sí, sí si sí, sí, exactamente, lo mismo una película, una exposición, un museo, etcétera.

J. Y por ejemplo, ¿cómo diferenciar que un libro que de repente no sientes que...?

Jorge. Es que eso, es que eso precisamente tú lo percibes directamente, lo sientes, desde que lo empiezas a leer, empiezas del que lo escribió, lo escribió como que en segunda (nota: se refiere a la segunda atención), como que realmente te está aportando algo o nada más datos, para la razón, para la memoria.

Así, conocimiento e información no serán lo mismo, y mientras sigamos con los antiguos modelos racionales éstos nos llenaran solamente de información, de datos, de correlaciones superficiales, solamente estaremos memorizando, en tanto que una pedagogía integral, una que considere a la razón y la intuición como factores fundamentales y en equilibrio, nos llevará al conocimiento, es decir, nos aportará elementos para la vida y sus diversas manifestaciones. Luego entonces nuestras propuestas se encaminarán a resolver

¹⁸⁰ Fragmento de la entrevista realizada a Jorge.

conflictos reales, a ver por nuestro prójimo y por nuestro entorno, no a ser parte del problema.

Sara nos platica su experiencia en el yoga:

J. ¿A partir del yoga notó alguna diferencia en cuanto a la manera de cómo aprender las cosas, en cuanto a la manera de cómo leer y todo eso?

Sara. Mmmmmm... pues noto que tengo más retención (se ríe) por que como de repente, de repente si se me complicaron los problemas de la memoria, no tanto en la Universidad, sino más bien ya en el trabajo, problemas de retención y de memoria, eran medios malos y siento que con el yoga me ha ayudado a retener más las cosas, antes yo era mucho de memorizar las cosas y ahora trato un poquito más de comprender, de entender, me costó por ejemplo yo era muy, como se llama, en el yoga, cuando entraba y empiezas a ver todas las cuestiones físicas, ¿no?, del cuerpo y me costaba, eso me costó mucho, del agarrar y realmente percibir, sentir, vivir me costó mucho trabajo, todo lo quería ver más bien en función de la lógica, y ahorita más acerca de la comprensión, de la intuición...

Otra gran diferencia la podemos encontrar en que en una educación, o procesos de enseñanza-aprendizaje, como la que hemos estado aplicando durante muchísimos años en nuestras aulas ha sido la situación de analizar, pensar, memorizar, cuestionar, correlacionar, etc. pero todo desde el pensamiento, desde la mente, es decir, “con la cabeza”. Dicha cuestión nos llevará directamente a lo que hemos estado viviendo por mucho tiempo (insatisfacción, vacíos, egoísmo, egolatría, individualismo, no hallamos la relación de lo que aprendemos en la escuela con nuestras vidas cotidianas y con la vida del planeta, etc.). Por ello, las alternativas deben estar encaminadas a lo vivencial. Así, el proyecto Nezahualpilli es una buena aproximación, puesto que hace un énfasis en el trabajo comunitario, y en la cuestión vivencial, en la resolución de problemas cotidianos a través de los elementos con los que cuenta la comunidad. De la misma forma, el modelo educativo Etievan, a un nivel más profundo, nos introduce a una cuestión vivencial sumamente enriquecedora, puesto que todo parte desde uno mismo, desde colocar toda nuestra atención en nuestro cuerpo, en nuestras sensaciones, en lo que decimos, en lo que enseñamos, facilitando así que los alumnos hagan lo mismo. Así, el factor vivencial nos facilita el

acercamiento con nuestro entorno, puesto que “no estamos en la cabeza” solamente, sino que, a través de la intuición, nuestra experiencia será inmediata, sin prejuicios, sin buscar predicciones autoconfirmables, sin ninguna expectativa permeada por nuestros mezquinos intereses.

Luego entonces, una propuesta real debe estar encaminada a tomar en consideración al ser en su totalidad, un ser que vive en comunidad, que se encuentra rodeado y forma parte de su entorno, un ser con emociones y sentimientos, con una historia y cultura determinada, un ser producto de todo aquello de lo que se alimenta (ideologías, alimentos, imágenes, sensaciones, palabras, emociones, sonidos, aromas, relaciones intersubjetivas, etc.), un ser con conciencia, con razón, con intuición y con un cuerpo. Por lo tanto, como dice Sergio López Ramos, debemos tener en consideración todos estos factores, puesto que somos el resultado de todo ello, y por lo tanto, considerar solamente dos o tres cuestiones nos dejará un gran vacío en nuestra vida, dando por resultado que nuestro aprendizaje no sea del todo satisfactorio y por lo tanto, dicho aprendizaje no considera a la vida en todas sus relaciones.

Una pedagogía de la intuición, una integral, deberá considerar trabajar directamente desde el individuo, es decir, tanto desde el docente como desde el alumno, puesto que si este primero carece de sensibilidad para educar, adolece de sentimientos reprimidos, de rencores, de emociones destructivas, de enfermedades recurrentes (cuestión muy característica ocasionada por un modelo socio-histórico-cultural-económico-político como el nuestro), perderá de vista lo esencial en la educación, omitirá ciertos conocimientos, se encontrará completamente distraído y enojado, no sabrá cuales son las necesidades reales de sus alumnos por encontrarse tan ensimismado, no será sensible o intuitivo para conocer los diferentes caminos en la enseñanza día a día, entre otras cuestiones (cuestión que sucederá de la misma manera en el alumno por una mala alimentación, por una sociedad exigente en la cuestión materialista, egocéntrica y antropocéntrica, por carencias emocionales, por el exceso en el uso de la televisión y el Internet, y lo antes mencionado; factores que producirán un mal aprendizaje por parte de éste). Luego entonces, la educación deberá comenzar desde dentro, desde el propio docente (y el mismo alumno),

solucionando las carencias personales que obstruyen el quehacer educativo. Dicha situación la pudimos observar en todos nuestros entrevistados, que, al momento de practicar alguna disciplina oriental, ya mencionadas, su trabajo, en cualquier aspecto, era realizado de mucho mejor calidad y en un tiempo menor. Rocío nos dice su mejoría al practicar Tai Chi, meditación dirigida y la enseñanza filosófica en su instituto de Desarrollo Humano: *“[...] me ha ayudado muchísimo, creo que atiendo mejor a mis alumnos que antes, y también eso va de la mano con el estado emocional en que tú te encuentres, ¿no?, me ha ayudado mucho mas en eso tal vez que en el aspecto de salud”*.

P. Goldberg nos menciona que existe una marcada tendencia a pensar que en la edad adulta se va perdiendo la intuición. Ello se debe a que las instituciones educativas ahogan la capacidad innata intuitiva puesto que, además de exigir sistemáticos patrones lógicos de pensamiento, se ignora a la intuición, e incluso, se desalienta y rechaza.

"Les decimos de diversas maneras a los niños que la voz interior no merece ser escuchada. [...] Lo que sí posee es un potencial intuitivo y -hasta el momento en que poseemos nuestras manos sobre él- ciertas cualidades naturales que asisten a la intuición: curiosidad, receptividad, inocencia y asombro. Los niños tienen un modo natural de rendirse a la experiencia, no están restringidos por la necesidad de estar en lo correcto."¹⁸¹

Así, podemos observar que en la educación tradicional existe una marcada tendencia a dictaminar si la respuesta es correcta o incorrecta, si estamos bien o mal, si estamos en lo cierto o estamos equivocados, ahogando así toda capacidad creativa, propositiva, imaginativa, intuitiva, por parte del alumno, dando con ello cortos y determinados resultados.

"Junto con numerosas flaquezas pedagógicas, los obstáculos a la curiosidad natural inhiben la intuición, la cual funciona mejor cuando está fuertemente motivada. Entonces, algo que es necesario hacer es transmitir a los estudiantes las

¹⁸¹ Goldberg, P. (1992). Op. Cit. P. 115.

delicias de descubrir cosas en una etapa temprana del aprendizaje para que busquen el conocimiento por el solo placer encontrarlo."¹⁸²

Asimismo debemos de comenzar a cuestionar nuestros modelos de recompensas y castigos, puesto que éstos limitarán a la creatividad, la búsqueda, la intuición:

"Desde los primeros grados castigamos severamente el error, e incluso castigamos a los alumnos que se atreven a presentar conjeturas, sentimientos poco articulados, pálpitos vagos, justamente lo que frecuentemente conduce a los descubrimientos. Este comportamiento enseña a los niños que no vale la pena arriesgarse. Comienzan a desconfiar de pensamientos que no son exactamente lo que el maestro espera."¹⁸³

Sobre esta misma línea, nos dice el autor que deberemos transmitir a los alumnos un mayor respeto por sus capacidades innatas para la fantasía, la visualización, la imaginación, y todo aquello que propicia o ayuda a la intuición. "Avanzaríamos en gran medida en liberación de las capacidades intuitivas de los niños, si pusiéramos más énfasis en el descubrimiento personal que en la memorización de hechos y en la aplicación mecánica de reglas para resolver problemas. [...] se les pide que sigan procedimientos algorítmicos determinados para llegar a ella."¹⁸⁴

Por lo tanto, sería más conveniente la propia experimentación (como nos dice el modelo educativo Etievan), la identificación con problemas relativos a asuntos que más nos importan y encontrar las formas de resolverlos, muy al estilo del proyecto pedagógico Nezahualpilli. Es decir, debemos enfocarnos un poco más en los procesos y no tanto en los resultados prefabricados, un poco más en la educación de los sentimientos y no tanto en la memorización, más en la atención, la alimentación, el trabajo corporal que en el seguimiento de estructuras y resultados importados, preestablecidos. Es decir, la educación, como muchas propuestas lo marcan hoy día, deberá contextualizarse, deberá

¹⁸² Op. Cit. P. 250.

¹⁸³ Op. Cit. P. 250.

¹⁸⁴ Op. Cit. P. 251-252.

surgir de la clase, de los alumnos y maestros, de las inquietudes de los estudiantes, en combinación claro con el cuerpo de conocimiento que hoy día vemos en nuestras aulas, puesto que son el resultado de varios cientos de años de experiencia. Nuevamente, deberá realizarse una fusión entre Oriente y Occidente, tal y como nos dice P. Goldberg y Northrop.

4.3.5.3 Salud

La salud es, en definitiva, un aspecto que mejoró considerablemente, incluso a veces, de manera sorprendente. Esta fina trama que involucra el desarrollo integral, las respiraciones, la intuición, la percepción, la atención consciente, las posturas, los mantras, los tantras, los mudras, la relajación, los movimientos corporales, el trabajo con la familia y la propia historia, el trabajo con las propias debilidades, entre todo lo ya mencionado, rindió frutos en todos los aspectos, y uno de ellos por supuesto, es el cuerpo, ya que somos integrales y sus alteraciones y síntomas, son manifestaciones del espíritu que nos indican que algo no anda bien. De esta manera, algunos consideran a las enfermedades como un tipo de intuición que nos pide que hagamos cambios en nuestras vidas.

*“[...] en qué momento yo dejé de tener estos problemas de garganta, que yo me sometía a tratamientos de antibióticos maratónicos, desinflamatorios que como ahorita lo comentaba súper potentes, qué más me dañaban que lo que me quitaban, en qué momento, se te, se fue eso desvaneciendo no lo recuerdo, cuando menos lo pensé yo ya tenía un estado de salud bien. Mi garganta, bueno, no te tomaba un vaso de agua fría, lo tenía que calentar, este, me súper arropaba afuera con, este, chamarras, y suéteres, y todo eso, bueno, eso desapareció, definitivamente desapareció”.*¹⁸⁵

Además, Laura comenzó a sentir que ya no se cansaba tanto, como que “tenía más energía”, se despertaba más temprano, entre otras cuestiones interesantes:

“Empecé a sentirme físicamente con mucha fuerza, porque me, una de las cosas que más me costaba trabajo levantarme temprano, o luego a veces sábados y domingos aprovechaba para, a veces me despertaba hasta las 12, 1 de la tarde, tardísimo y yo decía:

¹⁸⁵ Fragmento de la entrevista realizada a Laura.

‘Ay, qué raro, ahora me levanto a las 7 de la mañana, incluso, en sábado y domingo’, eh, porque entre semana siempre a las 6 de la mañana, yo decía: qué raro, este, me siento con mucha energía, antes llegaba al trabajo, antes del yoga llegaba y llegaba cansada, casi a punto de quererme dormir, y empezaba a trabajar y casi se me cerraban los ojos, y empecé a notar ese cambio, ese primer cambio fue físico, empecé a sentir cómo, este, tenía más energía, ya no me daba sueño en las mañanas que empezaba a trabajar, empecé a notar que, este, que ya no me enfermaba, que ya no, pues ya no requería de medicamentos, y una parte que noté muy importante que estaba muy tranquila, muy tranquila, así como con mucha paz.’”

Además Laura comenzó a fumar a temprana edad, a los 12 años, dejando secuelas en su garganta y vías respiratorias, cuestión que se vio mejorada por su trabajo personal:

“[...] bueno, los daños que me dejó a partir de ese momento el haber fumado tan fuerte, de los 12 a esa edad, que fueron casi como 12 años, 13 años, me dejaron muy dañada la garganta, se me afectaba con frío, con cosas calientes bueno todo, todo y me enfermaba de la garganta desde esa edad hasta que yo hice Yoga, yo creo que me enfermaba de la garganta hasta como unas 3 ó 4, 5 veces al año de gripa, infección y ya no nada más se me quedaba aquí (señala su garganta), se me bajaba hasta acá y cada vez necesitaba más antibióticos, aunque ya no fumaba necesitaba antibióticos de las nuevas generaciones, que le llaman las últimas generaciones, los esteroides, por que con un desinflamatorio normal ya no se me quitaba la inflamación, por que ya estaba súper dañado de toda esta situación.”

Así, nuevamente podemos mencionar a Jorge y sus cambios gracias a las prácticas del yoga y Tai Chi:

“[...] de chico fui muy enfermizo, muy enfermizo, me tenían que poner una porción de sangre cada mes, no sé que padecía, que me tenían que estar poniendo sangre cada rato y súper delgadititito, muy frágil, y luego, no comía bien, nada más tomaba pura leche, no me gustaba la comida, mi mamila y ya, casi no comía, no comía verduras, no comía frutas, lo único que comía era pollo, creo, no comía, la carne me la echaba a la boca y la echaba al bote de la basura, no me gustaba, no me la comía, y éste, pues obviamente, si no comes

bien tu cuerpo va a estar peor, ¿no?, si de por si ya tenía la tendencia de que venía mal, y mi alimentación no fue la adecuada, y éste, digo, no le echo la culpa a nadie, digo fue por mí mismo, éste, no tuve la atención de que me tenía que nutrir mejor, no me nutrí bien, entonces estaba súper delgado, súper enfermizo, cuando no eran las amígdalas, era la gripe, o el ojo, siempre me dolía algo, ya padecía, ya empezaba a padecer reumas, entonces, cuando tengo 13 ó 14 años entonces ahí fue cuando se desató todo, ya estaba la crisis, ya tenía yo la fibra reumática, otra que se llama 'corea de sydenham', donde tiemblas, como Parkinson, entonces, yo no podía escribir, cuando salgo de la primaria yo no podía escribir, firmar mi certificado, entonces a la hora de, se me movía la mano así, solita, me pegaba yo sólo, y ya me empezaba a tropezar yo solo, también, entonces así como que '¿qué onda?', entonces me mandaron chorrocientas bombas de penicilina, y no sé qué tantas cosas, me sentía como drogado", y continúa diciendo: "yo desde que estaba chavo estaba enfermo de algo, y es hasta que yo empiezo a práctica yoga, y Tai Chi, que después de una práctica de yoga y Tai Chi, decía yo 'ay qué rico se siente estar vivo', ¿no?, qué delicia, poder respirar, que no me duela nada, después de una práctica de yoga o de Tai Chi, [...], porque cuando no me dolía la oreja me dolía la garganta, porque padecía de las amígdalas, tenía ya reumatismo, siempre tenía algún problema de salud".

Gala, encontró, junto con su pareja, cambios muy notables en su salud:

"[...] al principio cuando yo empecé a conocer el Tai Chi, que estuve en viveros de Coyoacán, como Pedro es diabético y muy enojón, al cabo de dos meses de hacer Tai Chi a él, sus niveles de azúcar, y eso sí se midió físicamente, la glucosa se le bajó, o se le bajaron digamos a medio normal 110, así, pero el manejaba niveles de azúcar de 300, 350 y cuando empezamos a hacer Tai Chi diario, al cabo de dos meses se le bajaron a 110, 107, o sea, era una maravilla, porque además no hacíamos una hora, hacíamos 2, 2 horas y media, y luego nos dormíamos en el parquecito (se ríe), y luego desayunábamos y ya nos íbamos a trabajar, el Tai Chi físicamente fue cambiando su estado de salud, aja, entonces también me di cuenta que en realidad el Tai Chi cuando tú lo vas haciendo físicamente, si estás enfermo, no sé, si tienes algo, te lo va mejorando, te va ayudando o por lo menos te va haciendo que comprendas que tienes y que te ayudes, que te vayas al doctor o "x"... [...] y al cabo de esos dos meses, o sea yo lo vi, en él, al cabo de esos dos meses, que los

niveles de azúcar se nos, se le bajaron, él, un día llegó y me dijo ¿que crees Gala?, le digo ¿qué?, ‘estoy muy sorprendido’, le digo ‘sí’, ‘sí, por que, un canijo’, porque todavía dijo una grosería, ‘un canijo se me atravesó y en lugar de enojarme dije: pase, y eso me super sorprendió’, le digo ¿pero porque?, ‘pues es que no me había percatado que era yo tan enojón y tan berrinchudo cuando manejo, ¿a poco no te habías dado cuenta?’, ‘pues sí, así eres’, ¿porque tu no me habías dicho?, ‘porque te voy a decir si el que maneja eres tu’, ¿no? , entonces yo creo que las personas nos vamos dando cuenta poco a poco de que a lo mejor tenemos algo y ese algo es porque es un rasgo de carácter ¿no?, lo tenemos que ir cambiando poco a poco, pero lo lindo del Tai Chi es que el Tai Chi te cambia sin que te des cuenta...”¹⁸⁶

Por otro lado, Víctor, mejoró su digestión, su estado de salud en general es mejor, además de que el budismo y los cambios en sus estilos de alimentación han mejorado el problema tan recurrente que todavía tiene en dientes y encías (gingivitis, caries, abscesos).

J. ¿Desde cuándo has tenido ese problema de dientes?

Víctor. Desde hace muchos años, no sé, yo creo desde hace, pues desde que era adolescente, hasta ahorita

J. Desde los 18

Víctor. Ponle de los 18, 19, hasta la fecha, dientes, eso sí. Tanto caries, endodoncias, extracciones problemas con las encías

J. ¿Gingivitis?

Víctor. Gingivitis, abscesos, esos sí, eso sí son una cosa que me da, me pasa con regularidad

J. ¿Ha habido, has notado algún cambio, si se ha disminuido, o ha aumentado últimamente?

Víctor. Sí ha disminuido

J. ¿A partir de cuándo?

Víctor. Pues a partir de que me hice, este, tuvo que ver también con el budismo, tuvo que ver con la alimentación, sí se ha disminuido un poco.

¹⁸⁶ Fragmento de la entrevista realizada a Gala.

En este sentido pudimos constatar, de manera general, que los cambios fueron muy significativos y benéficos, en cuanto a las enfermedades se refiere, debido por supuesto a un proceso formativo integral¹⁸⁷. Esto también lo podemos constatar en la tabla 3 (ver anexo), donde podemos contemplar las diferencias en cuanto a enfermedades y enfermedades recurrentes, antes y después de adentrarse en un proceso formativo integral.

También debemos señalar que, como pudimos observar en nuestros entrevistados, la constancia y el esfuerzo fueron factores de cambio indispensables, puesto que en las personas que mencionaban una muy buena disciplina y constancia, sus cambios eran mayores (en todos los sentidos, en sus relaciones familiares y sociales, en su forma de aprendizaje, en sus emociones, en sus enfermedades, en sus cuerpos), como en el caso de Pedro, Laura, Jorge, en tanto que otros entrevistados, como Rocío y Ramón, en quienes no se pudo observar una fuerte dedicación, no hubo cambios tan significativos (pero si los hubo). Para ver dichas diferencias consúltese la tabla 3 en Anexos.

4.3.5.4 Percepciones

Otro de los aspectos importantes que cambiaron radicalmente en nuestros entrevistados fue el cambio de percepción que se tiene ante nuestros semejantes, ante el entorno (flora y fauna), es decir, ante la vida. Ya no se mira la vida como una carrera desenfrenada donde el dinero y el poder es lo que importa, sino que ahora se contempla de una manera distinta. Jorge nos dice lo siguiente: *“No pues, primero porque yo veía la vida de otra forma, ¿no?, o sea, vi que, que, que no debemos, éste, por experiencia yo creo que, que no debemos vivir para trabajar, sino tenemos que trabajar para vivir mejor, no todo el tiempo para trabajar, porque es importante como que darle ése tiempo y no estar esclavo del sistema”*.

¹⁸⁷ Lo cual incluye cambios en los estilos de alimentación, trabajo corporal, meditación, atención consciente, respiraciones, y todo lo que incluye ésta tesis de investigación, además, en algunos casos, las enfermedades fueron también tratadas con acupuntura, herbolaria, medicina tibetana (en el caso de Ramón), y homeopatía, pero los reportes indican que el factor de mayor cambio fue el proceso formativo integral (oriental).

La naturaleza, a través de un proceso personal integral, donde, por supuesto, se encuentra incluida a la intuición como una piedra angular, cobrará un nuevo sentido, ahora ya no nos será ajena, ahora podremos ver las estrechas relaciones que existen entre las diversas manifestaciones del *continuum* estético indiferenciado, es decir, el campo unificado. Pudimos ver en Jorge, por ejemplo, que este cambio, que ahora se concibe a la naturaleza de una manera diferente, ahora, él siente un profundo respeto por su entorno y por todos sus semejantes.

Asimismo, se tendrá que contemplar que el contacto con la naturaleza será también una herramienta fundamental en el desarrollo de la intuición, en nuestra educación. El contacto directo con ella nos recuerda a cada instante de donde venimos y hacia a donde vamos, además, existirá algo muy especial en ésta relación:

J. ¿Andabas buscando algo?

Maura. Sí, yo creo que desde muy chiquita yo sabía que había como otras cosas, desde niña, yo me acuerdo de, como de momentos de contacto con la naturaleza que tenían otra profundidad que no era la de la vida cotidiana, ni era la de las cuestiones materiales. Siempre tuve como necesidades estéticas muy particulares. [...] Pero para mí era como una necesidad muy intensa, ¿no? Entonces yo, de veras, miraba la luna, y miraba el cielo y me ponía a mirarle a las flores y cosas que estéticamente tenían una connotación diferente y mi mamá, ¿pero qué haces ahí que no haces nada? Y no es que no estaba haciendo nada, yo estaba, ahora sí que yo estaba en un menester.

En varios entrevistados se pudo observar una nueva actitud ante la naturaleza, ante la vida en general, una nueva manera de percibir el entorno, aunque éste sea un tanto caótico, como nuestra ciudad. Ellos, en su mayoría nos reportan que su percepción hacia nuestra metrópoli ha cambiado, y aunque ésta sea altamente agresiva, estresante, etc., ellos la viven de una manera muy diferente a como la vivían antes. Hoy día la encuentran como una posibilidad de aprendizaje, como una oportunidad de trabajar con uno mismo, además de encontrarle el lado estético a nuestra selva de asfalto.

Así, nuestra intuición proviene de ahí, del medio en el que nos encontremos, de la naturaleza, de la vida y por lo tanto, el contacto directo con ella, con las plantas y animales, con nuestro entorno (no artificial) hará, de alguna manera más fácil, que recordemos nuestro origen (que si bien recordamos, éste puede ser ubicado hace 12 mil millones de años con el big bang). Será por ello la necesidad de buscar nuevas alternativas ante una ciudad tan artificial como la nuestra, donde se hace imperiosa la necesidad de espacios verdes, de “azoteas verdes”¹⁸⁸ y otros proyectos sustentables que sean más amables con el medio, dándonos un espacio de vida, de desarrollo y de conocimiento.

4.3.5.5 Toma de decisiones

La toma de decisiones es un aspecto muy importante en nuestros entrevistados, puesto que ellos han cambiado, en algunos casos, drásticamente su forma de actuar y los motivos que los orillan. Antes de un trabajo personal, vimos que todos nuestros entrevistados, en mayor o menor grado, se guiaban por una cuestión moral, social, familiar, cultural, etc. y basaban sus decisiones en esas líneas, generando en muchas ocasiones insatisfacciones y malestares.

Jorge. Si, porque antes a lo mejor metía cierta cuestión moral, y ahora como ya no creo en la moral, de lo que es bueno o malo, entonces si algo se tiene que hacer, pues se tiene que hacer, ya no lo evaluó tanto como que si es bueno o malo, sino como que, pues si se tiene que hacer, pues se tiene que hacer.

J. ¿Entonces antes en tus decisiones estaba esta cuestión moral?

Jorge. Más moral, sí.

J. ¿Y esta cuestión moral de dónde venía, de tu familia, de la sociedad, de dónde venía?

Jorge. Pues yo creo que de mi familia y la sociedad.

J. ¿Algunos ejemplos que me puedas mencionar?

¹⁸⁸ “Azoteas verdes” es un proyecto que hoy día se está llevando a cabo en gran medida en Europa y en menor medida en nuestro país (debido a su reciente interés), como una opción ante la contaminación, el calentamiento global y sus repercusiones en nuestras emociones, en nuestras mentes y en nuestros cuerpos. “Azoteas verdes” es un proyecto que consta en la instalación de una estructura especializada en las azoteas de casas y edificios, la cual aloja diversas especies vegetales, como pasto y otras plantas, captando calor, agua de lluvia, y proviniendo oxígeno, contacto con la naturaleza, responsabilidades y nuevas actitudes ante la vida, principalmente, dándonos una nueva relación con ella y con nosotros mismos.

Jorge. Algunos ejemplos, pues no sé, a lo mejor, éste, pues siempre tienes que escuchar lo que te diga el papá y no lo puedes refutar, o no sé, éste, tienes que obedecer al papá, porque es el papá, etcétera, entonces pues eso, pues sí, de alguna manera pesaba porque son cosas que, que te inculcan en la médula de los huesos.

[...]

Jorge. Pues te decía yo, desde chico, la religión, lo bueno y lo malo, después fue con el karma, con el yoga, que el karma, que no sé que, que tienes que servir, que no tienes que servir, y éste, actualmente no, actualmente trato de ver, una visión más global, más amplia, y éste, pero no verlo desde que si el karma, que no él karma, que si bueno, que si malo, sino simplemente ‘¿qué siento que se tiene que hacer?’, y va, o sea, escuchando mi corazón y creo que me ha resultado mejor, por qué siento que escuchando a mi corazón raras veces me equivoco. [...].

J. Perdón por la pregunta, pero ¿qué sería eso de escuchar a tu corazón, como sería?

Jorge. Aha, pues yo lo tomo, ahí sí, como diría don Juan, cuando te conectas con los campos de energía, cuando tratas de que tu actitud ante los demás sea impecable, o sea que no tratas de sacar provecho de nadie, sino de que, este, das lo mejor de ti, etcétera, siento que estás conectado con tu corazón, que no te estás dejando influenciar por otras cosas de la sociedad sino porque tú actuar, éste, pues es impecable, es impecable, éste, nutre, nutre a los demás, no los perjudica, entonces como que entras en ese canal que lo que haces, lo haces realmente desde lo mejor de ti, y no, no éste, tratando de aprovecharte de las personas o de las situaciones, sino simplemente haces lo mejor que puedas hacer, y siempre por los demás y por ti.

Así, como lo dice Jorge, escuchar a nuestro corazón, es decir, a nuestra intuición, nos dará una buena guía en la toma de nuestras decisiones, puesto que es la vida misma guiando nuestra propia vida, no la sociedad, no la historia, no la religión, no nuestra familia, todo ello en un 100%, sino que ahora todo tomará su propio lugar. Nuestra intuición de alguna manera, a veces muy sutil, a través de ciertas sensaciones, sentimientos, imágenes, sueños, etc., nos dirá cual es el momento adecuado para comenzar a realizar algún proyecto, cuando detenernos, o, aunque encontremos todas las condiciones

necesarias, ella nos dirá que todavía no estamos preparados, luego entonces, aprenderemos de manera paulatina, en el momento adecuado.

Así, por otro lado, también podemos ver la situación de Raúl:

J. En la toma de decisiones ¿cómo han cambiado tus decisiones, es decir, cómo eran tus decisiones antes y actualmente?

Raúl. Un gran cambio en ese sentido, ya siendo joven pues bueno, como que mis decisiones eran muy afectadas por, por mis papás, por mis hermanos, por el entorno, que te va como que alineando en una dirección, y que inevitablemente tienes que tomar una decisión, bueno, no inevitablemente, pero como que las circunstancias te llevan. [...].

J. ¿Actualmente te dejas, bueno, estas decisiones que tomas, te dejas llevar más por lo que sientes, por lo que piensas, o cómo es?

Raúl. Trato de que sea como un, con todo, ¿no?, tanto como lo que siento como lo que, este, pienso, las circunstancias, tener, tratar de que englobe muchas, o lo más posible. Porque eso ayuda a tener una mejor decisión.

Así, será necesario realizar un equilibrio en nuestras decisiones, entre la razón y la intuición, entre nuestras deducciones lógicas y lo que intuimos.

En la mayoría de nuestros entrevistados observamos una nueva manera de tomar decisiones, ahora pensando en los demás, en la vida, en los sentimientos, y de manera más intuitiva, en mayor o menor grado. Ellos mencionan una “mayor claridad” para tomar decisiones, mientras que antes había mucha confusión, muchos deseos, muchas presiones sociales y pasiones que obligaban a bogar en una dirección. Sus decisiones hoy día son más claras y auténticas, nos refieren, sin querer demostrar nada a los demás, sino con base en lo que ellos sienten y piensan.

4.3.5.6 El espacio, el tiempo y la conciencia

El canto de un ave, la suave brisa matutina, el olor a tierra mojada, nuestras sensaciones corporales y nuestra profunda respiración nos recuerdan a cada instante que pertenecemos y somos parte de nuestro entorno, que no existe nada aislado y que las

repercusiones de nuestros actos, pensamientos y palabras (cargadas de intencionalidades) afectarán directa o indirectamente a nuestro espacio y tiempo (al menos, la percepción que tengamos de él). Así, también cualquier alteración del entorno nos afectará de la misma manera, en mayor o menor proporción, puesto que compartimos la misma esencia (estamos compuestos de lo mismo), la energía.

*“[...] en meditación percibo también eso, ese momento, esa inhalación, esa exhalación, que veo en todo lo que me rodea, en todo lo que tenga ese aliento esta esa, esa vibración, esa paz, esa esencia, y que no es exclusiva mía, sino que está en ti, está en este espacio, y que está, este, en todo lo que me rodea, en el aire, en el espacio, en las personas, en los animales, en las plantas, en todo, ¿no?, en todo, en todo está, o sea, esa es la energía que yo, que yo, este, percibo”.*¹⁸⁹

En la antigua física clásica se creía en la existencia de tres dimensiones básicas, largo, ancho y alto. A la llegada del genio Einstein, se introdujo una nueva dimensión, además de las 3 espaciales. Ahora contaríamos también con el tiempo como una dimensión más, nos menciona Greene¹⁹⁰. Hoy día se dice y se refiere a otra dimensión más que logra dar cuenta de las anteriores, a saber, la conciencia.

A lo largo de muchos años, se ha tenido, a partir de estas visiones cartesianas, newtonianas, etc., la idea de que las dimensiones espacio-temporales, es decir, nuestro entorno, nada tienen que ver con nosotros, con nuestro ser, con nuestra percepción, con nuestras emociones o incluso con nuestras enfermedades.

"Hay otra diferencia fundamental entre la antigua y la nueva física. La física antigua presume la existencia de un mundo externo, aparte de nosotros. Supone, además, que podemos observar, medir y especular con ese mundo exterior sin

¹⁸⁹ Fragmento de la entrevista realizada a Laura.

¹⁹⁰ Para ejemplificar dicha situación podemos visualizar una cita en el segundo piso (dimensión alto) del Edificio X, en la avenida Reforma esquina con Insurgentes (dimensión largo y ancho), a las cinco de la tarde (dimensión tiempo), que no sería la misma dimensión que a las 3 de la tarde.

cambiarlo. De acuerdo con la física antigua ese mundo externo siente la mayor indiferencia hacia nosotros y nuestras necesidades."¹⁹¹

Hoy día sabemos que esto no es así, y que en realidad habitamos un espacio unificado que resuena íntimamente en nuestro ser, minuto a minuto, segundo a segundo. Ahora contamos con una serie de experimentos científicos y no científicos que demuestran las interconexiones, ocultas ante nuestra mirada cotidiana, de todo lo que nos rodea, y poder acceder a dichas relaciones será el papel de la intuición, de la conciencia y de una nueva pedagogía que considere al ser humano como uno articulado con sus semejantes y con su entorno. Pero para adentrarnos un poco más en el terreno incierto y misterioso del campo unificado, será necesario abordar el tema de la materia y la energía, puesto que éste será el punto de partida. Así, podemos ver que Einstein logró darse cuenta que en realidad la materia es energía (una condensada) y que, como tal, logra de algún modo realizar alteraciones en el espacio próximo. Así, se pudo realizar una nueva teoría que nos habla, ahora no de gravedad (de la fuerza que mantiene a nuestro planeta girando alrededor del sol y a nosotros con los pies en la tierra), sino de la presencia de un cuerpo en el espacio que, proporcionalmente a sus dimensiones, logrará modificar el espacio circundante, curvándolo literalmente¹⁹², y por lo tanto, haciendo más fácil que cualquier objeto cercano (o cuerpo sideral) caiga en dicha depresión y continúe su órbita en un espacio curvo.

Fácilmente podemos ver entonces, que cualquier cuerpo que posea masa, logrará alterar, en una relación directamente proporcional, el espacio circundante: "Dondequiera que haya un trozo de materia se deforma el continuo espacio-tiempo. Mientras mayor sea el trozo de materia mayor es la deformación"¹⁹³, y como tal, dichas alteraciones podrán ser detectadas mediante procesos específicos, mediante la intuición por ejemplo. Del mismo modo, nuestros sentimientos, emociones y pensamientos, como ya se ha demostrado científicamente, también se manifestarán a través del espacio-tiempo, puesto que poseen ciertas frecuencias de onda específicas para cada estado. Así nos lo hace saber el doctor

¹⁹¹ Zukav, G. (1991). La danza de los maestros del Wu Li; la nueva física al alcance de todos. España.: Editorial Plaza & Janes. P. 49.

¹⁹² El sol, nuestra estrella más cercana, modifica y curva el espacio a su alrededor.

¹⁹³ Zukav, G. (1991). Op. Cit. P. 182.

Masaru Emoto en su libro “Los mensajes ocultos del agua” y Peter Tompkins y Christopher Bird en su libro "La vida secreta de las plantas".

Asimismo, en este espacio-tiempo, todo se encontrará unificado, estrechamente interconectado y como tal, no habrá rupturas o cosas enteramente independientes:

"Y exactamente lo que Einstein tenía que decir era que no existen cosas así como un espacio y tiempo, sino únicamente un espacio-tiempo. Espacio-tiempo es un continuo. Un continuo es algo cuyas partes están tan próximas entre sí, son tan 'arbitrariamente pequeñas' que el continuo no puede ser roto en ellas; es decir, que estas partes no pueden separarse de entre sí. En un continuo no hay rupturas porque se desliza, transcurre, continuadamente."¹⁹⁴

Es decir, además de la presencia de energía en toda la materia, ésta estará relacionada íntimamente y las alteraciones en alguna parte podrán ser detectadas en otro lugar. Nuestras conexiones serán mas estrechas de lo que creemos. ¿Quién de nosotros no ha sentido o soñado que algún ser querido se encuentra mal en determinado momento y cuando le llamamos resulta ser cierto?, o ¿quién de nosotros no ha tenido algún presentimiento sobre alguna persona y sus malas intenciones, y al paso del tiempo, nuestra intuición resultó cierta? o ¿quién de nosotros no ha estado pensando en algún ser cercano que no hemos visto en mucho tiempo, y al poco tiempo de pensar en él, éste nos llama por teléfono o toca a nuestra puerta? Esto puede ser explicado científicamente, puesto que, a través de experimentos como el efecto EPR, se ha comprobado que partículas subatómicas (y no solo dichas partículas, sino átomos, moléculas, y seres vivos) que han estado en estrecha relación (cercañas o juntas durante un período)¹⁹⁵, aún tiempo después de encontrarse separadas espacialmente, éstas se han coordinado, entrelazado, conectado y las alteraciones en una de ellas serán detectadas en la otra. Así, la mecánica cuántica nos ha comenzado a dar herramientas explicativas de algunos sucesos irracionales (en el amplio

¹⁹⁴ Op. Cit. P. 157.

¹⁹⁵ Y si consideramos que en algún momento, si la teoría del Big Bang es correcta, todo el Universo partió de una sola entidad la cual estalló hace 12 mil millones de años, luego entonces, todos seguimos interconectados de alguna manera. Por otro lado, sin irnos tan lejos, hace 4,700 millones de años, aproximadamente, nació nuestro sistema solar... y así, sucesivamente.

sentido de la palabra, puesto que aún escapan a toda explicación racional, generalmente), tal como la intuición. Por su parte Zukav nos dice que la mecánica cuántica considera al mundo físico no como una estructura construida a base de entes independientes y no analizables, sino como una red de relaciones entre elementos cuyo significado surge de manera total de sus correlaciones con el todo.

Luego entonces, aún cuando nuestra percepción, desarrollada a través de un largo proceso socio-histórico-cultural, nos arroja una interpretación de nuestro medio, una que nos habla de individualismo, hedonismo, de la existencia independiente (muy al estilo de Locke y Bentham) y esto no es así: "Nuestra experiencia nos dice que nuestro mundo físico es sólido, auténtico e independiente. La mecánica cuántica nos dice, sencillamente, que eso no es así."¹⁹⁶

En este sentido, nuestra presencia, y la de cualquiera, afectará directamente, en mayor o menor medida, el medio circundante, razón por la cual creer que no afectamos lo que observamos resulta erróneo, puesto que nos encontramos estrechamente vinculados todos los vivos de éste planeta, en mayor o menor medida. Y esto también lo podremos ver en recientes experimentos realizados con plantas y su relación con nuestras intenciones, pensamientos, estados emocionales y enfermedades, básicamente.

4.3.5.6.1 La relación de nuestra conciencia y las plantas

Hace algunas décadas, en 1966 para ser exactos, el ampliamente reconocido examinador de polígrafos, Cleve Backster, sintió la necesidad y curiosidad de aplicar uno de sus polígrafos (detectores de mentiras, que, a través de un galvanómetro grafican la conductividad eléctrica resultante de la variación de los estados de ánimo de los sujetos) a una de sus dracenas (planta tropical), en sus hojas, para ver cómo era la actividad eléctrica de ésta al verter agua en sus raíces, es decir, al pasar el agua de las raíces a las hojas, pensó, deberá variar la actividad eléctrica. Pero no notó diferencia significativa, solo una gráfica parecida a la de un ser humano sometido a un estímulo emocional de corta duración.

¹⁹⁶ Op. Cit. P. 92-93.

Posteriormente pensó que posiblemente la planta pudiera estar manifestando alteraciones anímicas, con lo cual decidió someterla a un peligro, mismo que se vería reflejado en la gráfica. Así Backster decidió meter una de las hojas de la planta en café caliente, pero ésta no reaccionó, entonces pensó que el daño debería de ser mayor, es decir, quemarla, a lo cual, ante dicho pensamiento, la planta reaccionó. Cleve se sorprendió de que sus intenciones fuesen captadas por su dracena, con lo cual decidió iniciar toda una serie de experimentaciones en torno a las plantas y sus relaciones con nosotros.¹⁹⁷ Con ello no había duda, nuestras intenciones alteraban directamente el espacio-tiempo a través de sus frecuencias, y dichas alteraciones podían ser captadas por un ser vivo: "Como las plantas son capaces de captar las intenciones del ser humano, por ejemplo, las de echarlas al fuego, no cabía la menor duda para Vogel que la intención producía cierto campo de energía"¹⁹⁸

Fue inmensamente sorprendente descubrir que las plantas sentían, y que incluso podían reaccionar ante el sufrimiento de otro ser vivo (o cualquier otra cosa que le ocurriese a algún ser cercano). La planta de Backster reaccionó drásticamente ante la muerte de un cangrejo en agua hirviendo que se encontraba en el otro extremo de la misma habitación, experimento que fue realizado y registrado sin la presencia de los investigadores (puesto que éstos pudieron haber afectado el resultado). En definitiva, las plantas podían sentir, decía Backster, y además, podían detectar las intenciones de la gente alrededor y crear vínculos con las personas que las cuidaban:

"En otra serie de observaciones, Backster notó que parecía crearse una especie de comunión o vínculo de afinidad entre una planta y su cuidador, cualquiera que fuese la distancia. Utilizando cronómetros sincronizados, Backster pudo advertir que sus plantas seguían reaccionando a su pensamiento y atención desde la habitación contigua, desde el extremo del pasillo, y hasta separadas de él por varios edificios. De vuelta de un viaje de unos veintitantos kilómetros a Nueva Jersey, pudo comprobar que las plantas habían levantado cabeza, por así decirlo, y

¹⁹⁷ Se ha hecho toda una gama de experimentos con todo tipo de plantas y aparatos modernos que manifiestan la sensibilidad de las plantas y su percepción extrasensorial, lo cual ha sido también comprobado en los seres humanos.

¹⁹⁸ Tompkins, P. y Bird, C. (1985). "La vida secreta de las plantas". México: editorial Diana. P. 35.

mostrado señales positivas de reacción -no sabía si de alivio o de bienvenida- en el mismo momento en que decidió regresar a Nueva York".¹⁹⁹

Es decir, las interconexiones se vieron reforzadas entre las plantas y su cuidador, cuestión que se demostró a través de varios experimentos con diferentes especies. Así, las alteraciones emocionales de la persona eran reflejadas inmediatamente en ellas:

"En cuanto se sintonizan con una persona particular, las plantas parecen ser capaces de establecer una relación permanente con ella, vaya a donde vaya, y hasta entre millares de individuos. La víspera de Año Nuevo, estando en Nueva York, Backster salió al barullo de Times Square armado de un cuaderno de apuntes y un cronómetro. Mezclándose entre la muchedumbre, tomó nota de cuanto estaba haciendo, por ejemplo, de que paseó, corrió, se metió bajo tierra bajando las escaleras del metro, de que estuvo a punto de ser atropellado por el tumulto, y de que tuvo casi un disgusto con un vendedor de periódicos. Cuando volvió al laboratorio vio que las tres plantas, que había seleccionado y observado independientemente, mostraron reacciones parecidas a sus andanzas ligeramente emocionales."²⁰⁰

Bajo la misma línea, una gran cantidad de experimentos fueron realizados en la Universidad Estatal del Alma Ata, capital de la república soviética de Kazakistán, averiguando que las plantas reaccionan repetidamente a las enfermedades de sus dueños y a sus estados emocionales.²⁰¹ Los mismos experimentos se harían ahora con humanos y sus células, logrando ver exactamente el mismo resultado, la alteración de las células ante los diversos estados emocionales de la gente de la que formaron parte. La interconexión estaba comprobada.²⁰²

¹⁹⁹ Op. Cit. P. 25.

²⁰⁰ Op. Cit. P. 25.

²⁰¹ Op. Cit. P. 82.

²⁰² "Backster halló la manera de aplicar electrodos a infusiones de toda índole de células simples, como amibas, paramecio, levaduras, cultivos de moho, briznas de la boca humana, sangre y hasta esperma. Todas fueron observadas en el polígrafo con gráficas tan interesantes como las producidas por las plantas. Las células de esperma resultaron ser extraordinariamente capaces, porque parecían identificar a su donante y

Así, Peter Tompkins y Christopher Bird en su libro "La vida secreta de las plantas" nos hacen una seria reflexión sobre las cualidades de todos los seres vivos, al menos, en nuestro hogar, el planeta tierra. Ellos nos mencionan varios experimentos realizados por diversos autores interesados en las diferentes manifestaciones de la comunicación de las plantas en relación con otras plantas, animales y con los seres humanos. Así ellos nos dicen que todos los seres vivos tienen energía, la cual será alterada por nuestros pensamientos, nuestras emociones y por los peligros inminentes de nuestro entorno. De esta manera, nos mencionan, los cuerpos transmiten radiación ultravioleta (y no sólo eso, sino una gran cantidad de energía); cuando dichos cuerpos se encuentran en estado normal, la radiación permanece estable, pero cuando se encuentran en peligro, la radiación se intensifica mandando mensajes.²⁰³

Esta es una forma de comunicación tan antigua como el universo mismo, sólo que, a través de la cultura, de la ciencia, de la religión, y de una retahíla de factores, hemos aprendido a no escucharla, a ignorarla, a través de un proceso socio-histórico-cultural, predominantemente racionalista. La intuición, será entonces el poder captar y sentir dichas manifestaciones, el poder escuchar aquella otra comunicación, el desarrollar más la atención, la sensibilidad, y la conciencia para poder entender qué está pasando afuera y adentro. Nuevamente, la intuición será volvernos sensibles a dichas manifestaciones del entorno, del espacio, de los cuerpos, puesto que éstos no son ajenos a nuestra condición, sino que son parte del *continuum* estético indiferenciado que nos menciona Northrop, es decir, somos parte del campo unificado, unidos en una estrecha red energética (puesto que la materia es energía, como lo demostró Einstein).

reaccionar a su presencia, sin hacer caso a la de otros sujetos del sexo masculino. Estas observaciones parecen indicar que hay una especie de memoria total que llega hasta la célula" Op. Cit. P. 27.

²⁰³ "Los reportajes publicados sobre este trabajo los periódicos de Moscú manifestaban que, por fantástico que pudiera parecer, la radiación ultravioleta de las células afligidas *transmitía una información* cifrada en la fluctuación de la intensidad que era recibida por la segunda colonia, lo mismo que se transmiten y reciben las palabras en forma de puntos y rayas en el telégrafo Morse." Op. Cit. P. 209. En dichos experimentos se colocaron dos cultivos de tejidos idénticos en recipientes herméticamente cerrados y separados por un muro de cuarzo. Posteriormente introdujeron un virus letal en una de las cámaras que aniquiló a toda la colonia de células que había ahí. Los experimentadores se asombraron al ver los resultados, puesto que ambas muestras resultaron afectadas por la introducción de un virus letal en tan sólo una de las cámaras. De esta manera, colocando aparatos especiales de medición, lograron detectar las emanaciones de energía.

Pero ¿por qué hablar tanto de demostraciones científicas sobre las estrechas interconexiones de los seres vivos y el papel de la intuición en dichos estados? Es necesario recalcar la imperiosa necesidad de reconciliar el pensamiento racional-empirista, del cuerpo científico y de la mística oriental²⁰⁴ intuitiva, de la medicina alópata y sus grandes aportaciones y el vasto conocimiento tradicional en cuanto a medicina tradicional se trata (hindú, china, prehispánica, etc.), puesto que, como nos dice Northop, no tienen por qué estar contrapunteados, sino todo lo contrario, hoy día necesitamos fusionar el pensamiento occidental con el oriental, ya que solo así ambos mundos se verán inmensamente beneficiados y todo ser vivo junto con ellos (animales y plantas en peligro de extinción, así como todo lo que nos rodea).

En este entendido, la intuición juega un papel fundamental en dichas alteraciones, ya que al volvernos más sensitivos, más intuitivos, podremos dar cuenta de lo que está ocurriendo o pueda llegar a ocurrir. De esta manera, nuestras emociones se encuentran cargadas de intención, de información (puesto que a cada emoción le corresponden ciertas frecuencias vibratorias)²⁰⁵ y así nuestra intuición podrá avisarnos de las verdaderas intenciones de nuestro prójimo, aunque éste ponga cara de ángel. *“[...] es que cuando estas demasiado,[...] sensitivo, cuando estas sintiendo todo, sientes a las personas y sientes que no son auténticas, sientes que no te dicen lo que realmente sienten, siempre quieren encubrir las cosas, entonces, eso luego si me llega a, a provocar, a lo mejor, cierta nostalgia o algo.”*²⁰⁶

Así las emociones contendrán cierta información y como tal, sus alteraciones podrán ser captadas. De esta manera podemos ver que existen emociones y sentimientos positivos (como la cooperación, la compasión, el amor, la ternura, etc.), que a fin de cuentas son energía positiva, dicen nuestros entrevistados, contando también con su polo opuesto, las emociones y sentimientos negativos (odio, rencor, envidia, ansiedad, etc.).

²⁰⁴ O también no occidental, puesto que un gran número de comunidades indígenas mexicanas (como los huicholes, coras, nahuas, otomíes, mayas, etc.) han demostrado ser sumamente desarrolladas, sensibles, contemplativas, cooperativas, intuitivas, y un largo etcétera.

²⁰⁵ Para mayor información consúltese los estudios realizados por el Doctor Masaru Emoto.

²⁰⁶ Fragmento de la entrevista realizada a Jorge.

Así, cualquier emoción (tipo de energía) emanará cierta vibración (y como tal afectará al espacio-tiempo), lo cual, a través de la intuición, podrá ser detectada por alguien muy sensitivo o intuitivo, es decir, podrá sentir las verdaderas intenciones del sujeto que tenga en frente:

“No ves la energía, o sea, la sientes con calor, vibración, pero no la ves, pero sin embargo toda la gente tiene energía, entonces hay Chi que es positivo y Chi que es negativo, entonces tus emociones, si son emociones negativas entonces crean este Chi negativo a tu alrededor, entonces tú te relacionas con personas que están morando en mentales negativos, y ese estado no se queda dentro ellos, está en su energía. Tú interaccionas con ellos y también te, eh, pues te afectan tu Chi, afectan tu energía.”²⁰⁷

Por lo tanto, la intuición, al avisarnos de las alteraciones del espacio-tiempo, podrá tener un carácter predictivo, es decir, podrá avisarnos de sucesos que puedan llegar a ocurrir, Laura nos dice:

“[...] te voy a decir, dentro de las cosas, hay percepción, me adelanto, me anticipo a los hechos en algunas ocasiones. [...] Sí, percibo en las personas, este, sí percibo ahora, me he vuelto más perceptiva. [...] una de ellas fue un día que me estaba yo bañando, y este, y puse el jabón ahí en la, en el porta jabón, ¿no?, lo puse, y este, y metí la mano así, sin que yo pensara, nada, la metí y haz de cuenta que fue cuestión de segundos, pero el jabón se cayó, o sea, yo metí la mano antes de que, mucho antes de que se cayera, y yo, pero si yo ni vi que se iba a caer ni nada, sí me sorprendió eso. Otra fue en el carro que también retiré la mano mucho antes de que se cerrara la portezuela, ah, pues creo que fue él el que la cerró y por poco me machucaba pero la, la retiré antes de, cómo decirte con esto, a lo mejor es de las cosas que estoy aprendiendo a ver apenas, no. Este, me anticipo a los hechos, otro hecho fue el de mi papá que yo lo vi en meditación que había fallecido, 2 horas antes que él muriera. [...] y yo lo comenté con mi maestro y todo, y él me decía que cuando empiezas a trabajar de esta manera, este, pues sí la mente, abres espacios, ¿no?, en donde la mente, o, este, vamos, abres espacios donde permites ese tipo de, así me lo comentó, abres espacios en donde permites como que, ves antes de lo que va a suceder, ¿sí me explico?”

²⁰⁷ Fragmento de la entrevista realizada a Víctor.

La intuición tendrá un carácter predictivo y se manifestará a través de sensaciones, de imágenes, de sueños, de sentimientos y otros elementos que a veces no logramos descifrar bien a bien, pero sus mensajes podrán alertarnos o avisarnos de algo inesperado. Laura nos comenta:

“Otro ejemplo, este, ah, por ejemplo, le dije, ¿qué crees que soñé?, le dije a él, soñé que chocaba un avión, y que después, ya ves como son los sueños, ¿no?, medio raros que yo ni sé como es que se dan, pero en la siguiente escena vi una mesa, una mesa, mucha gente, y japoneses, eran japoneses, me dice ‘quién sabe que será’, porque luego nos decimos y me dice, y ya, nos fuimos a la oficina y ahí estuvimos y nos dice, y dice Ara, Ara es la chica, una secretaria que nos ayuda [...] ah, y en ese momento Ara dice, dice ‘ay, ¿si supieron del avión que se estrelló?’ [...], y entonces en ese momento Felipe se voltea y le dice ¿cuál avión? Porque le acababa de decir, yo ya no me acordaba que le había dicho del sueño, y dice, que, dijo ‘¿cuál avión?’ Y dice ‘ay, ahí en Japón se estrelló un avión’, dice, ‘y cayó al mar, y no sé qué, y se voltea’ y se me queda viendo Felipe, y es que ya van varias así, no nada más en sueños, así que le digo ‘ay, algo que va a pasar y pasa’, a lo mejor es más claro así, verdad, al, le digo algo que va a pasar y sucede.”²⁰⁸

En el caso de Laura, y de todos nuestros entrevistados, la intuición se vio acrecentada, y esto no se dio por si solo, sino que fue el producto de un trabajo con ciertas características, a saber, prácticamente todo lo que se ha desarrollado a lo largo de esta investigación. Laura nos platica:

“Cuando empecé a hacer Yoga, me daba de ‘ay, ¿cómo es que le atino tanto a las cosas?’ Así decía yo, cómo es que le atino tanto a las cosas, pero ya después vi que no es que le atino, sino que hay alguna, hay alguna, algo que se desarrolló, sí se desarrolló se puede decir, porque ahora lo veo con mucha claridad que yo le digo ‘ay, va a pasar esto, o va a, este, va a venir tal’, y pasa, o, algo así, y te digo, me, te lo estoy diciendo como se me ha ido presentando, ¿no?, pero si tú me dices en qué periodo de tiempo, es este periodo de tiempo desde que inicié hasta ahorita.”

²⁰⁸ Fragmento de la entrevista realizada a Laura.

Así la intuición también puede avisarnos de lo que realmente ocurre en nuestra vida (de que no estamos haciendo lo que realmente nos satisface, de que estamos condicionados, etc., o simplemente puede irnos guiando en el aprendizaje de la vida a través de necesidades internas, de inquietudes, de algo que nos llama la atención, puesto que es nuestro ser más auténtico manifestándose), y de lo que le pueda estar pasando a algún ser querido o cercano, ya sea en un aspecto positivo o negativo.

Laura nos platica su experiencia, ella nos dice que hace algún tiempo le llamaba la atención el hecho de conocer más sobre plantas medicinales, que era mucha la necesidad pero que no se explicaba para que fuera a servir leer tanto sobre dicho tema. Hoy día ella ha ayudado a mucha gente a través de las plantas medicinales. Su intuición la llevó a su estado actual, ayudar a la demás gente.

J. ¿Entonces tú sentías la necesidad de, de buscar este, todo este tipo de información, de plantas medicinales y su empleo?

Laura. Sí, sí, sentía yo la necesidad

J. ¿Desde cuándo?

Laura. Mmm, mira esto fue antes de la yoga, eh, antes de la Yoga yo, yo buscaba en las revistas, qué será como unos 5, 6 años antes de hacer la Yoga, por el 95, más o menos por ponerle fecha, pero de que yo empecé a ver que la gente ya se me acercaba para darle salud a través de la medicina natural fue cuando ya hacía Yoga, no antes, antes como que todo era información, información, hasta yo decía, tenía yo mi altero de revistas, libros, básicamente porque no había Internet, y yo decía: ¿Por qué tanto? Hasta le decía yo a Felipe, ¿por qué será que siempre caigo en lo mismo, plantas, plantas, plantas? Y no, ya después lo vi, ya después vi la conexión ahí, o sea, como que ahora todo, te digo, se me articuló perfectamente a que todo es natural.

Asimismo, Laura ha llegado a sentir, gracias al proceso intuitivo que ha estado llevando a cabo (la meditación), cómo se encuentran algunos seres queridos, aunque estos se encuentren a distancia (relación tiempo-espacio-conciencia):

“En meditación, sí, tengo la, así como que tengo la sensación que, que alguien, por ejemplo he sentido la, la, esta sensación como de que en mí no está la angustia, está como

que, ay, por ejemplo mi hermano Óscar, lo he sentido de que como que algo está pasándole a él, sí eso sí. Incluso, este, una vez sí me, sí me pasó, ya no uso yo la palabra coincidencia porque no creo que sea, no hay coincidencias, este, yo me senté aquí en meditación pero dije: ahorita mismo le hablo, y sí, qué crees que estaba, le habían diagnosticado un problema de hipertensión.”²⁰⁹

Por otro lado, nuestras acciones y palabras, en un primer nivel, producirán ciertos efectos en el entorno próximo, con nuestros familiares, amigos, conocidos, compañeros de trabajo, etc., puesto que ellos verán cortesía en nuestras palabras o agresión y de la misma forma responderán. De tal suerte que si nosotros, nuevamente, en un primer nivel, modificamos nuestras acciones y palabras, el entorno comenzará a cambiar automáticamente (muy al estilo sistémico), a veces de manera inmediata, a veces tardará un poco más: “[...] digo, sí modifiqué, al modificar yo mi conducta mi madre automáticamente comenzó a modificar la suya, porque ya no había, si ella me hacía algo, como yo no reaccionaba, ya no tenía chiste hacérmelo, Y entonces ella empieza también a cambiar, porque ella me hacía cosas porque yo también, digo, empiezas a ver lo que tú haces, porque siempre ve uno lo que le hacen.”²¹⁰

Así la influencia de nuestro cambio comenzará a sentirse en nuestro espacio cercano y posteriormente se irá expandiendo: “[...] tu al generar ese estado, de amor y compasión que es la bodichita, este, influyes en tu familia, empiezas por pocos, pero influyes en tu medio ambiente, influyes en tu propio país, y al final en tu mundo.”²¹¹

En un nivel más profundo, el espacio próximo, nuestras palabras, nuestros pensamientos y emociones (cargados de intenciones) y nuestro ser se encontrarán estrechamente vinculados, entrelazados, y cualquier alteración en el espacio-tiempo se verá reflejada en su entorno, en la trama de la vida. Por lo tanto, el respeto a nuestros espacios (laborales, familiares, educativos, etc.) será importante para nuestro desarrollo (y el de nuestro entorno) puesto que somos uno solo, diversas manifestaciones del *continuum*

²⁰⁹ Fragmento de la entrevista realizada a Laura.

²¹⁰ Fragmento de la entrevista realizada a Yara.

²¹¹ Fragmento de la entrevista realizada a Antonio.

estético indiferenciado, como nos lo menciona Northrop. Así, en las diversas disciplinas se puede ver la creación de un espacio propio para el trabajo personal, puesto que en él depositaremos nuestras emociones, nuestras intenciones y conviviremos cotidianamente con dicho espacio. Es decir, crearemos un espacio especial para un trabajo especial, nos mencionan los entrevistados:

“Si, los daba el maestro de yoga kundalini y además, éste, como te digo, llegábamos, hacíamos ejercicios de yoga kundalini, hacíamos la meditación, venía la teoría, la práctica, cerrábamos también con meditación, nos entonábamos, en yoga kundalini siempre abres tu espacio, porque es un espacio sagrado, lo abres con una mantra y la cierras con otro mantra, como que abres así un domo de energía en donde tú estás en un área, porque estás trabajando a nivel espiritual, no es una cosa física nada más, estás modificando tu mente, estás modificando tu conducta, estás elevando tu conciencia, definitivamente.”

Y recordando nuevamente la cuestión espacial, nuestro entorno no solo es materia animada e inanimada, es energía, es vida, es movimiento, es memoria, es parte del universo del cual, por cierto, también nosotros formamos parte. Así un simple utensilio de cocina puede llegar a ser algo sagrado para un chef que entrega su alma en cada acción, en cada aroma desprendido de los diversos guisos cotidianos.

Nosotros somos materia y por lo tanto energía, una condensada, así, todo en el universo es energía, en diferentes formas y manifestaciones. Nuestras emociones también son energía, son frecuencias y como tal pueden causar daño o bienestar (interiormente, manifestándose en enfermedades o salud) y podrán ser percibidas a través de la intuición: *“Bueno, es lo que yo sé, ¿no?, que todo, todo en el mundo, en este mundo es energía y hay diferentes tipos de energía, diferentes densidades de energía, digo, todo lo que es armonioso y bello tiene una energía de una, una frecuencia más elevada, y todo lo denso, las emociones, éste, de amor, de generosidad, de paz, de tranquilidad, hacen que te sientas a gusto, pero las emociones de enojo, de ira, de codicia, de avaricia, de egoísmo, pues no hacen que te sientas tan bien, y tú mismo lo sientes, cuando te enojas hasta te enfermas, hay gente que se enferma de un coraje, porque , porque no es un energía adecuada para ti,*

porque el humano no es nada más el cuerpo, es la mente y es el alma, son los tres elementos.”²¹²

De esta manera, al hacernos más concientes, a través de todo un proceso integral que hemos estado explicando, nos haremos más intuitivos, puesto que nuestros sentidos se agudizarán y ya no estaremos solamente en la razón y sus explicaciones positivistas, inmersos en la marea social y sus altas exigencias, ahora nos sensibilizaremos gradualmente:

“Cuando, cuando despiertas tu conciencia, cuando despiertas tu conciencia es cuando tus sentidos te agudizan. [...] Aprendes a ser más perceptivo, sí, aprendes a percibir mucho, mucho con, con el sexto chakra, empiezas a percibir mucho más por esta parte, hay veces que la gente dice cosas entre líneas, es algo que ni se da cuenta de lo que está diciendo entre líneas, pero lo percibes.”²¹³

Así podemos ver que nada se encuentra aislado, que todo está finamente entretejido, conectado, articulado en una gran red energética: *“[...] la tierra esta así, envuelta en una red de energía, así como una cuadrícula que es la energía, y todo esto, yo tengo mi propia cuadrícula que me conecta con la cuadrícula de la tierra, y la cuadrícula de la tierra se conecta con la del universo, y todo es uno, porque todo es volver a la unicidad, que todos somos uno, y todos somos dios, lo único que tú eres una pequeña partícula”*²¹⁴, y como tal, cualquier alteración puede ser percibida (a través de la intuición), solo debemos aprender a desaprender²¹⁵.

²¹² Fragmento de la entrevista realizada a Yara.

²¹³ Fragmento de la entrevista realizada a Gardenia. Ella nos comenta que ha logrado ampliar su conciencia y volverse más intuitiva gracias a la práctica del Yoga Kundalini.

²¹⁴ Fragmento de la entrevista realizada a Yara.

²¹⁵ Aprender a desaprender, puesto que nuestra educación, nuestra familia, nuestra cultura y sociedad han fijado nuestra forma de ver el mundo, nuestra percepción, y por lo tanto, hemos aprendido a desconfiar de lo no visible, y solo podemos creer, en gran medida, en lo que podemos ver, analizar, cuantificar, medir, etc. Con ello no pretendemos desacreditar todo el conocimiento adquirido a través de los siglos por la racionalización y sus métodos, pero sí cobrar conciencia de sus pros y sus contras y realizar una conciliación entre lo irracional y lo racional, entre Oriente y Occidente.

De la misma forma el entorno cambiara, la vida se abrirá camino en cuanto comencemos a realizar cambios en nuestra conciencia, en nuestra vida, pero de manera profunda.

*“[...] hasta ahorita, la vida me ha, ha fluido, yo no tanto la he buscado, las cosas, me han llegado, entonces llegó una amiga, me habló, cuando yo estaba pensando ¿qué voy a hacer?, una amiga me habló ‘oye, voy a abrir un centro, que no se qué, ¿me hechas la mano para contratar gente?’, pues creo que allí está la señal, pues ahí esta, y de ese lugar se empezaron a contactar todos los demás, y me empezaron a recomendar para acá, para allá, para allá, y ya cuando me di cuenta ya dedico todo mi tiempo a esto, ¿no?, si, pero yo nunca he llevado un currículum a ningún lado, nada, todo se ha dado”.*²¹⁶

Luego entonces, la pregunta obligada:

J. ¿Y este cambio influye, a como lo estoy escuchando, influye directamente en el medio, en el medio próximo?

Jorge. Si. Así es.

Árboles, plantas, animales, nuestro cuerpo, es decir, todo en el entorno, constituido por materia-energía, formará campos energéticos, electromagnéticos, desgraciadamente nuestras actuales concepciones acerca de ella no alcanzan a vislumbrar su magnitud y profundidad. Somos pequeños campos de energía contenidos en grandes campos de energía, nos dicen algunos entrevistados. Pero, si hacemos caso de dicha cuestión podremos ver que sus implicaciones son más intensas de lo que imaginamos. Jorge nos menciona: *“[...] considero por eso más como lo mencionan los antiguos, como que el gran espíritu, de que esta en todas partes, nosotros formamos parte de esa gran energía, de ese gran campo de energía, ¿no?, yo lo considero más como ese campo de energía, y con la cual, si tú te logras conectar, interactuar, pues te sientes parte de él, no te sientes separado ni nada, entonces, por eso un árbol no se deprime, un árbol no se siente mal.”*

Cinco dimensiones al menos, tres espaciales (largo, ancho y alto), tiempo y conciencia, se encontrarán estrechamente vinculadas y cualquier alteración en alguna de

²¹⁶ Fragmento de la entrevista realizada a Jorge.

ellas modificará en mayor o menor medida a las otras.²¹⁷ Por lo tanto, nuestro cambio de atención, de conciencia, de actitud, cambiará de algún modo a nuestro entorno y dichas alteraciones podrán ser detectadas por la intuición, por nuestro sentido más refinado. Un paso a seguir será entonces dejar de pensar como lo hemos estado haciendo por muchos años, dejar que la mente repose y dedicarnos a sentir, no en un sentido hedonista, sino a comenzar a sensibilizarnos, a contactar nuestras emociones, a escucharnos y a no pensar tanto.

J. ¿Para conectarse, de lo que platicamos la primera vez, para conectarse a estos campos, a esta energía, éste, cuál sería o cuáles serían los caminos a seguir para desarrollar esta sensibilidad, si se le puede llamar sensibilidad, que hacer?

Jorge nos responde: “[...] *que no involucremos la mente, sino simplemente que nos permitamos sentir, que no pensemos, ‘ay, será posible o no será posible, me lo estoy imaginando o no me lo estoy imaginando’, porque yo siento que son barreras que uno se pone, y éste, a lo mejor en la formación escolar, formación universitaria, etcétera, tratando de ser muy racional y cuestionarme todo, si yo no hubiera practicado yoga y Tai Chi, pues no me permitiría eso, pero como practiqué eso, pues ahora simplemente no lo cuestiono, yo simplemente trato de sentirlo y lo siento además, no me lo cuentan, eso sí te lo puedo decir en mi experiencia propia, yo siento esa conexión, ¿no?, y he sentido esa conexión.*”

El espacio cambia y la vida se abre camino cuando uno comienza a transformar su vida interior y exteriormente, cuando uno comienza, de manera intuitiva, a hacer caso de las conexiones ocultas de la vida, y por lo tanto comienza un proceso de aprendizaje realmente enriquecedor:

“Así como que, ¿tenías dudas?, pues así se te resuelven las cosas, ¿no?, como que cuando te sintonizas de una manera diferente con la vida, las cosas fluyen diferente, no, no, no éste, no se complican, no sé, en mi experiencia es así, o si ando investigando algo, justamente me encuentro a alguien que está en eso, o alguien que me regala un libro de

²¹⁷ Jacobo Grinberg, en su libro, “El espacio y la conciencia”, aproximadamente nos hace una demostración científica del papel que juega la conciencia en las alteraciones del espacio. Para mayor información consúltese la obra: Grinberg, J. (1981). El espacio y la conciencia; psicofisiología de la conciencia 3. México: Trillas.

*eso, o curiosamente de pronto estoy viendo la televisión y están hablando de eso, no sé, no sé cómo explicarlo, ¿no?, fluyes con la vida, yo le llamaría”.*²¹⁸

La vida se abre camino, el espacio-tiempo se ve modificado al nosotros modificar nuestra conciencia, nuestra actitud, nuestros deseos²¹⁹, nuestro ego. Generando así cambios de conciencia, de atención, de percepción, de intuición, se propiciarán cambios en nuestra educación, en nuestras vidas, en nuestro entorno y viceversa.

La relación con todo nuestro entorno es más íntima de lo que creemos y podremos modificar nuestro espacio (en mayor o menor grado, consciente o inconscientemente) a través de la conciencia y viceversa. El respeto, los cuidados de todo nuestro entorno, la atención consciente, la mística de trabajo, todo ello y más favorecerá nuestra relación con nuestro medio²²⁰:

*“[...] entonces uno tiene que ser cuidadoso de, incluso si vas a viajar, el auto en que vas a viajar, si tú manejas que estés descansado, que estés bien, en condiciones y que el auto también esté en condiciones. Entonces alguien por ahí decía, preguntó: ‘Maestro, y ¿qué hay con eso de que hay que hablarle a los carros?’ ‘sí, hay que hablarles, háblele’, porque al fin de cuentas la materia que está alrededor tú la influyes, y no sé si te has dado cuenta pero hay, los taxistas, algunos taxistas, yo les he preguntado qué onda con eso, y dicen ‘no, sí, tú le hablas al carro y te hace caso, te obedece ¿de verdad?’ Sí, le pregunté porque íbamos en un vocho, en la subida, una pendiente así sabrosa y entonces le dice el chofer, ‘ándale chamaquito’, y le pega (ríe Jesús) ‘anda, anda, anda’, y le digo ‘Ay ¿a poco sí sirve?’ ‘Sí, sí sirve’, entonces le he preguntado a otros y mucho, sí hay los que dicen no, no, pero la gran mayoría sí reconoce que hay una relación.”*²²¹

²¹⁸ Fragmento de la entrevista realizada a Jorge.

²¹⁹ Sucede algo muy curioso al desear algo con mucha desesperación, y esto es que entre más queramos algo, más lo vamos a perder, pero en el momento que soltamos algo, éste fluye y se da fácilmente (Leyes de Murphy). Esto ocurre debido a que no estamos ni somos ajenos a nuestro entorno, a que somos un cuerpo y conciencia articulados, extendidos, en estrecha conexión con nuestro entorno (¿no nos ha ocurrido que entre más desesperación tengamos en entregar un trabajo para la escuela, la computadora se descompona, le entra un virus, o le pasa algo?).

²²⁰ Puesto que nuestro medio y nosotros somos parte de lo mismo, somos diversas manifestaciones del continuum estético indiferenciado, es decir, el tao, el todo.

²²¹ Fragmento de la entrevista realizada a Pedro.

La materia, nuestro entorno se verá alterado (en mayor o menor grado) por nuestros pensamientos e intenciones y viceversa, puesto que somos diversas manifestaciones de lo mismo, del espacio-tiempo, del *continuum* estético indiferenciado que nos menciona Northop. Otro ejemplo lo podemos ver con Jorge:

"[...] las cosas no son gratuitas, no son gratuitas, ¿no?, entonces sí si sí, a mí, generalmente, digo, yo así tomé las cosas, o sea, no se, la otra vez, que íbamos a ir a Tula, unos compañeros querían que los llevara a Tula, pues nomás no arrancaba el carro, tenía gasolina, la batería, todo, entonces yo dije, no tenemos que ir a Tula hoy, 'no, pues nos vamos en camión que no sé que', 'pues si ustedes quieren ir, adelante, yo no voy', 'no, pero es que queremos ir contigo para que nos pusieras precisamente ciertos ejercicios y que no sé que, ahí en ese lugar', 'pues hoy no es día para ir a Tula', entonces cambiamos de planes, y dijimos, vamos a otro lado y (Jorge hace el ademán de girar la llave del auto para que arranque) click, inmediatamente, ¿no?, entonces, éste, yo digo, estas son señales."

Pero, debemos de recordar que el cambio debe de comenzar en uno, y si queremos alterar todo a nuestro alrededor, esto no sucederá, serán solo ilusiones, no conseguiremos nada, y nada cambiará.

La realidad material en muchos aspectos es visualizada como una red de fluctuaciones interconectadas energéticas, tal como nos lo menciona Fritjof Capra, en su libro "El tao de la física", de la siguiente manera:

"[...] las partículas subatómicas son patrones dinámicos que no existen como entidades aisladas, sino como partes integrantes de un sistema inseparable de interacciones. Estas interacciones encierran un flujo incesante de energía que se manifiesta a sí misma como un intercambio de partículas... La interacción de las partículas da surgimiento a estructuras estables que construyen el mundo material, que a su vez no permanecer estático sino que oscila en movimientos rítmicos. El

universo entero está de este modo comprometido en una actividad y movimientos sin fin, una continua danza cósmica de energía."²²²

De esta manera, Philip Goldberg nos dice que en los niveles profundos del estado material, todo se encuentra interconectado, estado al cual podemos acceder mediante la conciencia humana, es decir, mente y realidad material están conectados. Cuestión ampliamente demostrada, como ya lo hemos mencionado por el efecto EPR (además de una serie impresionante de experimentos científicos).²²³ En un universo donde todo está finamente entrelazado y conectado, la distancia no importa, no es una barrera. En este entendido, la conciencia humana sería parte de esta red, y como tal, podrá acceder a las diversas alteraciones del espacio-tiempo a través de la intuición. Es decir, la intuición se encuentra más allá de lo meramente tangible, observable, cuantificable, fuera de los límites de la razón, rompiendo la barrera de lo individual, accediendo así a lo universal, al *continuum* estético indiferenciado.

En este mismo sentido, podemos ver que las diversas alteraciones causadas de manera individual afectarán a lo colectivo, puesto que, como ya hemos dicho, todo se encuentra finalmente interconectado. Rupert Sheldrake nos pone a reflexionar seriamente sobre dicha cuestión, a través de su morfo-resonancia, y de toda la teoría que gira en torno a la causación formativa. Él nos dice que todos los sistemas están regulados por campos invisibles, al igual que las ideas platónicas, de esta manera:

"[...] cuando un miembro de una especie aprende algo nuevo, el campo causal, o huella digital, se altera. Si el nuevo comportamiento se repite lo suficientemente a menudo, [...] se crea una morfo-resonancia que afectará a cada miembro de una especie del mismo modo que las cuerdas de un violín resuenan cuando se pulsa

²²² Capra, F. citado en Goldberg, P. (1992). La dimensión intuitiva; El descubrimiento de nuestra intuición y su aplicación en la vida cotidiana. México: Hermes. P. 159.

²²³ Denominado así por Einstein, Podolsky y Rosen, donde se denota que dos partículas subatómicas que han interactuado una vez pueden instantáneamente responder a los cambios en la otra, aún y cuando se encuentren separadas en el espacio y el tiempo durante años luz.

otra correspondiente. El 'campo morfogenético' está fuera del tiempo y del espacio; la acción a distancia es central en su teoría.²²⁴

Así se ha podido ver, como también lo menciona el Dr. Masaru Emoto, que cuando alguien realiza un gran descubrimiento, o hace un trabajo diferente, los demás, en otras partes del mundo comienzan a hacer lo mismo (aunque no exista un contacto directo o indirecto). Del mismo modo, dicha cuestión puede hacerse extensiva a todo tipo de procesos formativos, en la cultura, en el arte, en todos los aspectos del ser humano, así como se ha visto a lo largo de la historia donde diversas manifestaciones artísticas, científicas o ideológicas que nacen en cualquier parte del mundo, pronto hacen resonancia por todas partes, aunque no se tengan relaciones directas o contacto alguno con estos personajes y lo que proponen; así como también se pueden ver los cambios generados al interior de la familia, cuando un miembro de ésta realiza algún cambio significativo, persistente y auténtico. Es decir, nuestros cambios alterarán directamente nuestro entorno próximo, medio y distal, y nuevamente, las diversas manifestaciones o alteraciones del entorno podrán ser detectadas a través de un fino sentido intuitivo. Philip Goldberg nos dice lo siguiente:

"Tal vez algunas intuiciones llegan a nuestras mentes porque otros humanos han tenido pensamientos idénticos o similares y los depositaron en un campo morfogenético, donde se entremezclan con nuestras propias contribuciones previas. Es posible que resonemos con aquellos elementos del campo que se encuentran más cercanos a nosotros biológicamente y que se relacionan más estrechamente con nuestros deseos, intereses y necesidades."²²⁵

En este entendido, nuestras intenciones, sentimientos, pensamientos y acciones se encontrarán cargadas de información, misma que altera el campo morfogenético, es decir, el espacio-tiempo, cuestión que podrá ser detectada a través de la intuición, es decir, las ideas platónicas o campos morfogenéticos no podrán ser conocidos directamente a través de

²²⁴ Goldberg, P. (1992). Op. Cit. P. 162.

²²⁵ Op. Cit. P. 163-164.

la percepción sensorial ordinaria o de la razón exclusivamente. Luego entonces, será necesaria una conciliación entre la intuición y el pensamiento racionalista, puesto que en el fondo, no se encuentran contrapuestos, sino que son parte de lo mismo.

Así, el modelo educativo de Etievan nos menciona que todo cambio debe comenzar por uno mismo, es decir, si exigimos atención a los alumnos (cuestión que comenzará a generar cambios en nuestra conciencia, de manera paulatina), debemos mantenerla primero nosotros, lo cual facilitará que ellos lo logren más rápidamente. Así, como ya hemos mencionado, a través de la morforesonancia, cualquier cambio generado en uno mismo propiciará cambios en el entorno, en los semejantes y no tan semejantes, puesto que todo se encuentra interconectado. Por lo tanto, un cambio de conciencia o de percepción facilitará que nuestros semejantes lo hagan también. Jorge, refiriéndose a un cambio de atención de él mismo, dentro de su clase que imparte, nos dice lo siguiente con respecto a sus alumnas; *“[...] lo curioso que me ha pasado es de que luego las jalo también a ellas, cuando yo entro, y como que ellas se sintonizan conmigo.”*

Por otro lado, el tiempo también se tornará distinto, al menos, en la percepción que tengamos de él. Una vez que hayamos hecho cambios en nuestra conciencia, en nuestra atención, en nuestra educación integral, comenzaremos a ver cambios en nuestro cuerpo, en nuestro entorno y en la manera en como veamos al tiempo, en otras palabras, 3 de nuestros entrevistados mencionaron sus percepciones sobre esto:

“[...] empecé a abandonar el reloj porque era uno de mis cocos, y la impaciencia y que quería yo que la gente trabajara a mi ritmo, que hiciera las cosas como yo quería en los tiempos que yo quería, y empecé por dejar el reloj, yo no me quiero presionar por el reloj, y después empecé con que, vi que no era necesario traer el reloj, simplemente empecé a trabajar, y a dejar que la gente hiciera lo que le tocara hacer, el trabajo de la vida personal, este, me liberé de esa situación que yo sentía estar presionada por el tiempo, este, empecé a darme cuenta que eso también me traía beneficios en cuanto a mi relación de pareja, en cuanto a mi relación laboral con la gente, de que ellos siguieran su ritmo, porque cada gente trae su ritmo y no, incluso yo estaba programada a que, ir más rápido. [...] Me empecé a dar cuenta que así como yo tenía un ritmo natural, tranquilo, la gente

también, y era el que yo debía de respetar. O sea, me permitió tener claridad sobre este punto."²²⁶

También Gala nos cuenta su experiencia y nos dijo que a partir de tomar conciencia de sus acciones en la vida cotidiana, notó que podía hacer más cosas, que le rendía más el tiempo. Alejandro por su parte nos platica: “[...] pierdes mucho tu tiempo en no estar concentrado, o sea, el que no estés concentrado haciendo una cosa, ahí te hace perder tiempo, te tardas más tiempo en hacerlo, entonces empezando de ahí pierdes más tiempo en eso, cuando no estás concentrado, cuando estás dándole vuelta”.

Con ello, vimos que lo que nuestros entrevistados percibieron fue que les rendía más el tiempo, que podían hacer más cosas en un lapso menor de tiempo, puesto que, ahora, como colocaban mayor atención en sus actividades, como estaban centrados en lo que hacían sin andar pensando en mil cosas, sin andar “papaloteando”, entonces podían hacer más cosas. Además, podemos ver que la cuestión temporal es sumamente relativa, puesto que cada quien lleva un cierto ritmo, en un tiempo determinado, y respetar lo ritmos tanto internos como externos tornará más fácil nuestra convivencia con el resto.

Así, por otro lado, también debemos de cobrar conciencia de que las experiencias de tantos miles de años han quedado registradas en diversos manuales y que también son una guía fundamental para nosotros en esta corta travesía que es nuestra vida. Así el yoga, el tai chí, el zen, el budismo, etc. cuentan con una forma de trabajo muy parecida, una que incluye una base teórica de convivencia o de sobrevivencia. De esta manera tenemos textos como el “Tao Te King”, “I Ching”, diversos Sutras (enseñanzas orales o escritas del budismo), Upanisads, “Bhagavad-Gita”, entre otros que son el sustento filosófico de las diversas disciplinas, y que se deben estudiar a fondo, de lo contrario, solo caeríamos en un simple trabajo de gimnasia, de movimientos corporales y solo eso. Así también podemos encontrar otros materiales como “El arte de la guerra” que también aportarán diversos consejos sobre la manera de actuar ante esta gran selva llamada planeta tierra. De esta manera, la teoría y la práctica no se encuentran aisladas o peleadas, es decir, la filosofía y la

²²⁶ Fragmento de la entrevista realizada a Laura.

vivencia, el a priori y a posteriori, la razón y la intuición, forman parte de lo mismo, de la vida.

CONCLUSIONES

Efectivamente, hemos podido ver en los entrevistados que, antes de entrar a un proceso formativo integral, existía una marcada tendencia a negar el presente (pensar constantemente en las acciones pasadas o en lo que vamos a hacer el día de mañana) y el mundo natural (basándose fuertemente en el materialismo de la vida citadina), así como una tendencia a pensar en lo futuro y en lo extraordinario, herencia del catolicismo. Además de que también existía en la mayoría una tendencia al individualismo y al hedonismo, legado de las diversas filosofías (Locke, Bentham, Mill, Jevons etc.) que han cursado por nuestra nación, como lo podemos constatar en los capítulos anteriores.

Del mismo modo también pudimos observar, de manera general, que no existía una estrecha relación de nuestros entrevistados (antes de realizar un proceso formativo integral mencionado) con la naturaleza y sus diversas manifestaciones, así como con el propio cuerpo, legado de un amplio proceso socio-histórico-cultural, debido a que, como ya hemos mencionado, se tiene que controlar y superar a la naturaleza (puesto que, como hemos visto, se dice que somos superiores a ella y que ésta nos pertenece, además de que las visiones ya vistas favorecen la singularidad y la autonomía, situación muy diferente a parte de nuestro pasado prehispánico, como lo dice Northrop), es decir, al *continuum* estético indiferenciado, del cual, por cierto, nosotros también formamos parte. Cuestión que se vio sorprendentemente modificada al realizar alguna práctica oriental mencionada, tornándose el contacto más estrecho e integral, más intuitivo (escuchando más al cuerpo, a la intuición y a la razón, es decir, a nuestro ser más auténtico, integral, acallando a la mente, contemplando, sintiendo, con atención consciente) puesto que éstos nos mencionan una relación diferente, más armónica con sus emociones, con sus pensamientos, con sus deseos, con su ego, con la naturaleza, con sus semejantes (en sus relaciones intersubjetivas) y no tan semejantes físicamente (con todo ser vivo).

Así, como hemos podido ver, el cuerpo no se encuentra presente en una filosofía y práctica cotidiana occidental (antropocéntrica, eurocéntrica, egocéntrica, hedonista, individualista, materialista, etc.), al menos no de una manera integral, sino como un medio de placer (muy al estilo del hedonismo de Bentham y Mill), como una forma de acceder a una sociedad en turno, como una máscara que nos dará el acceso al gran baile de antifaces de la sociedad. Al mismo tiempo que también se harán acallar sus dolencias con diversos medicamentos de manera indiscriminada, puesto que no se verá la relación de éste con nuestro ser en su totalidad, es decir, Descartes resonará aún hoy día.

También pudimos observar, tal y como lo menciona López Ramos, que la falta de congruencia entre lo que se hace (resultado de una alta exigencia socio-histórico-cultural) y lo que realmente se desea intuitivamente (expresión del espíritu, de nuestro ser más auténtico), generará entonces una crisis que será el detonador, el motor de cambio, al menos de la mayoría de nuestros entrevistados. Cuestión que podrá ser evitada con la aplicación de ésta investigación en el campo de la pedagogía, es decir, como una forma de prevención, no solamente de corrección.

No cabe duda, el cuerpo fue el acceso a un desarrollo integral en nuestros entrevistados, fue el espacio donde se manifestaba la intuición y a la vez, el medio para desarrollarla. Pudimos ver entonces que un trabajo corporal, con las características ya vistas, tuvo efectos positivos muy significativos en nuestros personajes, en sus emociones y sentimientos, en sus relaciones intersubjetivas, en sus intuiciones, en sus enfermedades, en sus aprendizajes, en sus memorias, en sus formas de ver y vivir el mundo. Así, el cuerpo, uno articulado con toda nuestra vida y con la del entorno, será un eje fundamental (junto con la intuición y la razón), tal y como lo menciona la pedagogía de lo corporal desarrollada por el doctor Sergio López Ramos, puesto que es lo único con lo que contamos en este momento, aquí y ahora, además de ser la concreción (un documento vivo) de las diversas filosofías, políticas y discursos que han cabalgado generacionalmente a través de nuestra sociedad mexicana en constante cambio.

CONCLUSIONES GENERALES

Así, y de acuerdo a nuestro objetivo general, el cual es: “El objetivo del presente estudio es comprender e interpretar cuales son las repercusiones corporales e intersubjetivas en torno a una pedagogía donde la intuición es integrada en un proceso educativo en la construcción de la persona”, pudimos observar que efectivamente se dio un cambio muy significativo en el cuerpo de los entrevistados y en sus relaciones intersubjetivas (familiares, laborales, y sociales en general), así estos cambios fueron desde las estructuras corporales (como en el caso de un entrevistado el cual modificó y corrigió completamente su postura, puesto que ésta era con el pecho hundido y los hombros hacia el frente), hasta la frecuencia de sus enfermedades (las cuales se vieron disminuidas sorprendentemente en muchos casos, mientras que en algunos casos fue poco significativo), y en la desaparición de otras más, como lo podemos observar en la tabla 3 en el anexo, en lo que se refiere al aspecto corporal. En tanto que las relaciones intersubjetivas se vieron enriquecidas favoreciendo el diálogo, la apertura, la amabilidad, la cooperación, la tolerancia, la consideración del otro, básicamente, cuestión que modificó positivamente las relaciones personales de manera general, como lo podemos ver en la tabla 3. Así, también las emociones y actitudes en general se vieron favorecidas en todos los entrevistados, tornándose más a favor de la vida. Cuestión que se vio modificada debido al proceso formativo integral, es decir, a la práctica oriental con todas las características mencionadas en esta investigación.

Asimismo, y de acuerdo a nuestros objetivos particulares, los cuales son:

Comprender e interpretar como es una construcción corporal e intersubjetiva en un ámbito donde predomina una perspectiva eurocéntrica, egocéntrica, antropocéntrica, capitalista y predominantemente racionalista como una forma de ver y vivir el mundo.

Comprender e interpretar como es una construcción corporal e intersubjetiva en un ámbito donde la intuición es considerada implícitamente dentro de un proceso formativo como una forma de ver y vivir el mundo.

Comprender e interpretar como es una construcción corporal e intersubjetiva en un ámbito donde la intuición y la razón se encuentran articuladas armónicamente en el cuerpo como una forma de ver y vivir el mundo.

Pudimos ver claramente en nuestros entrevistados una construcción corporal e intersubjetiva fuertemente deteriorada en un ámbito eurocéntrico, egocéntrico, antropocéntrico, capitalista y predominantemente racionalista, puesto que todos nuestros entrevistados, mencionaron dolencias, enfermedades frecuentes, crónicas y, en algunos casos, crónico-degenerativas, además de mencionarnos que sus relaciones personales eran conflictivas y competitivas, es decir, negativas. Así nuestros personajes llegaban a estar o ser muy inflexibles, rígidos, exageradamente metódicos, racionalistas, positivistas, obsesivos, intolerantes, enojones, coléricos, desesperados, inseguros, acelerados, soberbios, prepotentes, estresados, intranquilos, miedosos, autoexigentes, indecisos, tristes, ansiosos, perfeccionistas, introvertidos, herméticos, sumisos, individualistas, egoístas, materialistas, impacientes, obsesivos, sarcásticos, o llegaban a tener poca estima o poco contacto emocional e intuitivo básicamente, cuestión que se vio fuertemente alterada y favorecida, de manera general, debido a los procesos formativos integrales ya mencionados.

Asimismo, pudimos ver que en un proceso formativo donde la intuición es considerada implícitamente, como lo es el arte, existían en nuestros entrevistados, como lo pudimos ver en 4 casos, ciertos cambios en sus comportamientos, en su forma de pensar y de sentir, puesto que dejaban de pensar del mismo modo rutinario, dedicándose a sentir un poco más, aunque éstos no eran muy significativos por si mismos en el aspecto corporal e intersubjetivo (asunto que quizás se debió al método artístico occidentalizado, que no tiene una implicación mayor), cuestión que no pudo ser profundizada debido a la complejidad de esta investigación, pero que, con los resultados obtenidos en esta tesis, se pueden abrir nuevas líneas de exploración encaminadas a la reformulación de nuevas propuestas pedagógicas donde el arte también sea uno de los factores fundamentales en los procesos formativos, puesto que, como ya hemos mencionado, éste es una manifestación interna, del espíritu, y por lo tanto, es un factor de desarrollo que deberá ser acompañado por los procesos formativos integrales que se describen en este trabajo, así, una expresión artística acompañada de la atención consciente, de la respiración, de una buena alimentación, de un trabajo corporal, de la mística, de la intencionalidad, del sentido de cooperación, y con un sentido de vida, podrá ofrecer el sustento para un aprendizaje integral.

Por otro lado, pudimos observar que un proceso formativo integral, es decir, una pedagogía de la intuición donde la razón y la intuición se encuentran articuladas en el cuerpo, ofreció cambios muy significativos en las construcciones corporales e intersubjetivas del cuerpo-sujeto. Así pudimos observar que nuestros entrevistados se tornaron más alegres, amorosos, tranquilos, pacíficos, serenos, fuertes, intuitivos, sensitivos, seguros, sensibles, certeros en sus decisiones, conscientes, abiertos, flexibles (corporal y emocionalmente), tolerantes, pacientes, cooperativos, considerados, además de contar con más fuerza de voluntad, con una mayor empatía, con más aceptación, con mayor energía y con una sensación de estar completos principalmente, generando mejores relaciones intersubjetivas, tal y como lo podemos ver en la tabla 3. Asimismo, y como ya hemos mencionado, las frecuencias de las enfermedades se vieron disminuidas, así como también otras enfermedades desaparecieron por completo. Es decir, efectivamente hubo cambios muy significativos en las construcciones personales de nuestros entrevistados, además de que, de manera general, las relaciones de éstos con el medio se vieron modificadas positivamente.

Así la intuición juega un papel fundamental en los procesos personales, en un primer momento como un motor de cambio, manifestándose como un vacío, como una insatisfacción que impulsó a nuestros entrevistados a realizar cambios en sus propias vidas, posteriormente, dicha intuición guió a nuestros personajes a optar por una práctica oriental, donde, como ya hemos descrito, se trabajó con el cuerpo, con la respiración, con la atención consciente, con los problemas personales, con las diversas enseñanzas filosóficas orientales, etc., para ver los resultados en sus enfermedades y en sus relaciones con los demás y con el medio. De esta manera la intuición, debido a los procesos formativos integrales, se vio enriquecida, logrando que nuestros entrevistados tuvieran un mejor contacto con sus emociones, con sus cuerpos, con su medio social y ambiental, con sus decisiones, con sus semejantes y sus intenciones, es decir, con las alteraciones espacio-temporales, manifestándose así las intuiciones a través de sueños, de presentimientos, de sensaciones, de vacíos o insatisfacciones, con una mayor intensidad y frecuencia.

Del mismo modo, puesto que la intuición será una manifestación del espíritu, luego entonces, en estos procesos formativos integrales habrán niveles a seguir, o mejor dicho, éstos tendrán una ruta de construcción, donde un primer momento será una crisis, un vacío presente en casi todos nuestros entrevistados (una intuición que denota una falta de congruencia entre lo que siente nuestro ser más auténtico y lo que se hace en la vida cotidiana), seguido por una intuición que dirige una búsqueda, posteriormente podremos encontrarnos con la práctica a seguir (en este caso una oriental, un proceso formativo integral), donde se comenzarán a trabajar los problemas individuales, para posteriormente, adentrarse en el terreno social con un sentido de cooperación, cuestión que se vio en algunos entrevistados, no en todos, denotando así que el hecho de adentrarse en una disciplina oriental con estas características no garantiza un desarrollo personal pleno, puesto que también hará falta una intención, una mística, un sentido de vida, el estar agradecidos, la humildad, la satisfacción con lo que se tiene (no confundirlo con el conformismo), el no desperdiciar, la alegría, el amor, elementos que nos orientarán al último nivel del proceso intuitivo, un desarrollo espiritual.

Así pudimos ver que algunos entrevistados, a pesar de encontrarse en una práctica oriental, se encontraban en el ego, en el discurso, en “la cabeza” por decirlo de algún modo, situación que se vio confirmada en sus acciones, en sus palabras, en tanto que en varios otros entrevistados, lograba verse (a través de sus acciones y de la entrevista) un desarrollo encaminado a una espiritualidad plena, confirmando así los niveles en un proceso formativo integral intuitivo, donde será necesario no solamente la realización de la práctica, como ya hemos mencionado, sino también la cooperación, una intención, una actitud, la congruencia (de lo que se dice, piensa y se hace), el respeto, la tolerancia, una ética y una moral acorde a la vida (no a los diversos discursos políticos, económicos o sociales), la gratitud, la humildad, el servicio a los demás (despertando conciencias, ayudando al desarrollo personal, social y natural, no el paternalismo o el “apapacho”), el cuidar la vida en todas sus manifestaciones, empezando con la propia vida, para después cuidar la familiar, la social y la natural.

En este sentido será necesario hacer énfasis en que no es necesario llegar a una crisis existencial para adentrarnos en un proceso formativo integral, y que será una mejor opción evitar dichos estados aplicando estos métodos en etapas tempranas, en preescolar, en primarias, secundarias, preparatorias y universidades, incluso desde antes, desde la concepción del nuevo sujeto, es decir, desde el embarazo (cuestión que tendrá que ser estudiada ampliamente debido a las limitaciones de movimiento por parte de la madre). Luego entonces la aplicación del modelo de la pedagogía de lo corporal, con la aportación de esta tesis, la intuición y su desarrollo, deberá contemplar a toda la población (niños, jóvenes, adultos, adultos mayores), a través de programas escolares, talleres, cursos, conferencias, seminarios, exposiciones, pláticas cotidianas, es decir a través de toda la educación formal e informal, y además ésta deberá apoyarse en los diversos mecanismos de difusión cultural de nuestra Universidad y de las diversas instituciones sociales para la promoción y creación de las distintas manifestaciones artísticas (estéticas intuitivas) en comunión con las diversas filosofías orientales, es decir, promover las diversas enseñanzas orientales, puesto que éstas se encuentran fundamentadas en la intuición, la razón y el cuerpo, en la contemplación directa del *continuum* estético indiferenciado (es decir, en la vida misma), logrando así realizar enormes aportaciones en el terreno personal, familiar, social y ambiental.

Luego entonces las implicaciones sociales de esta investigación son sumamente enriquecedoras, puesto que, como ya hemos demostrado, una pedagogía de la intuición con las características ya mencionadas, incidirá favorablemente en los procesos personales de los cuerpo-sujetos, en sus construcciones corporales e intersubjetivas, logrando así que éstos también sean los motores del cambio social que tanto necesitamos hoy día. Así, una pedagogía de la intuición, aplicada en todos los ámbitos educativos (formales, a través de programas de estudio, conferencias, cursos, talleres, exposiciones, etc., e informales a través de la experiencia cotidiana, de pláticas informales, de la familia, etc.) y en todas edades y sectores sociales dará como resultado una sociedad más consciente, cooperativa, agradecida y más preocupada por el desarrollo de la vida en todas sus manifestaciones (comenzando con la propia vida), es decir, una sociedad más participativa en el ahorro de los recursos naturales y de los propios recursos (nuestras propias fuerzas malgastadas en emociones negativas).

También será conveniente abrir nuevas líneas de investigación en cuanto a la aplicación de esta tesis en los diferentes sectores sociales, así como en las diversas instituciones sociales y en los diferentes niveles de enseñanza, para poder registrar, y con ello evidenciar, los cambios generados en todos los aspectos de los cuerpo-sujetos, es decir, en sus aprendizajes, en sus emociones, en sus pensamientos, en sus acciones, en sus relaciones personales y en sus cuerpos, así como los cambios que se gesten a partir de ellos, en sus senos familiares y en sus comunidades.

Asimismo, a través de este recuento histórico, social, educativo, familiar, cultural, religioso, económico, político, y alimenticio, nos hemos podido dar cuenta de que existe la intención de la creación de un hombre en particular, lo cual tendrá sus efectos a corto, mediano y largo plazo, directamente en nuestras emociones, sentimientos, en nuestras relaciones intersubjetivas, en nuestros cuerpos y en nuestra relación con todo nuestro entorno natural.

De esta manera hemos podido percatarnos de que la sociedad en turno, cargada de toda una historia, puede llevar en sí misma las diversas voces del pasado que hacen eco hoy en nuestras aulas, y en nuestros hogares. De esta manera, los diversos discursos filosóficos, como los de Descartes, Locke, Hume, Bentham, Mill, etc., se encontrarán vivos en nuestras sociedades y por lo tanto, en nosotros mismos, solo que no damos cuenta de ello. Así, podemos confirmar lo expuesto por la pedagogía de lo corporal, que nos dice que lo social, lo histórico, lo cultural tendrán una estrecha relación con los sujetos y sus construcciones corporales y personales (es decir, en sus emociones, en sus sentimientos, en sus pensamientos y acciones, en sus cuerpos, en sus enfermedades, y en sus relaciones interpersonales y espacio-temporales, el micro en relación con el macrocosmos).

Pudimos ver que también las diversas estrategias religiosas y de la colonización tuvieron su impacto aún hoy día, cientos de años después de su suceso, lo cual dirigió el rumbo de toda una nación, marcando a las diversas generaciones con un fuerte sentido de inferioridad, de falta de confianza en uno mismo y en los demás, con la simulación, con el

miedo, el enojo, la frustración, la impotencia, y en muchos casos con la resignación. Asimismo, también pudimos observar el espíritu férreo que, muy a pesar de tantos años de dominación, mismos que continúan aún hoy día, no se deja abatir y continúa en la lucha por el encuentro con uno mismo y con la vida, por el reestablecimiento de un equilibrio perdido.

También pudimos observar las diversas manifestaciones de los diferentes discursos filosóficos, económicos y políticos, los cuales han dejado secuelas en nuestra gente, y no solo en ella, sino en nuestra relación con el entorno natural y social, misma que se ha visto mermada por las acciones que ejercemos sobre ella, resultado de un estilo de vida, de una forma de ver el mundo a través de los ojos de Descartes, Locke, Bentham, Mill, y por lo tanto de un pensamiento occidentalizado, a saber, eurocéntrico, egocéntrico, antropocéntrico, individualista, hedonista, atomizado, monocausal, unidireccional, predominantemente positivista, cientificista y racionalista, etc.

En este entendido, podemos ver que en los procesos formativos bajo estas visiones occidentalizadas, se guiará al sujeto a la obtención y acumulación de un conocimiento (información), mismo que servirá directamente para el mantenimiento del sistema en curso, en nuestro caso, el capitalismo. Así, de esta manera, se hará a un lado a la moral, a los sentimientos, a los estilos de alimentación equilibrados, a los pensamientos, a la intuición, al espíritu, es decir, se desechará al sujeto en su mayor parte, viéndolo únicamente como una excelente mano de obra, como un ser productivo sin voz propia, cuestión que dejará secuelas graves en los cuerpos de los sujetos, en sus emociones, en sus pensamientos y acciones y en sus relaciones con todo su entorno, tanto natural como social.

Por lo tanto, en los actuales procesos formativos deberemos de considerar una nueva conceptualización del ser humano, una que vea este ser de manera integral, uno en estrecha relación con sus emociones, sentimientos, pensamientos, intuiciones, intelecto, con sus semejantes y con la naturaleza, un ser histórico con un cuerpo y una mente, además de un ser que requiere más que la acumulación de información, necesita trabajar desde la propia experiencia, desde el contacto directo con lo estudiado y consigo mismo.

Un ser con estas características, deberá trabajar del mismo modo, de forma integral, es decir, con sus conflictos personales, con sus propias carencias o puntos débiles, con su historia social, familiar y personal, con sus estilos de alimentación (que como ya pudimos observar, tendrán repercusiones directas en sus emociones, en su cuerpo, en su salud, en su aprendizaje y en sus relaciones intersubjetivas), con la atención consciente, con su intuición, con su cuerpo (realizando ejercicio a través de la natación, la gimnasia, correr, andar en bicicleta, etc., además de los trabajos corporales específicos ya mencionados, es decir, Yoga, Tai Chi, Chi Kun, Budismo Zen, etc.), con su intelecto, con sus emociones, etc., todo ello partiendo de uno mismo, para que del mismo modo, dicho proceso formativo se exprese en los demás (los otros, al ver nuestros cambios personales, también comenzarán a hacer lo mismo, trabajar consigo mismos, puesto que somos seres visuales que necesitamos de ejemplos a imitar, y ellos, al ver nuestra apatía, nuestra intolerancia, repetirán en cierta medida dichos patrones, puesto que somos sus modelos, su realidad, de igual modo, si ven en nosotros tenacidad, comprensión, paciencia, tolerancia, cooperación, etc., de algún modo también lo harán, en mayor o menor grado).

Una pedagogía de la intuición, donde se encuentren armónicamente articulados la razón, la intuición y el cuerpo, podrá dar respuestas ante nuestros vertiginosos estilos de vida, teniendo así, repercusiones de carácter tanto individual como social, es decir podrá repercutir en la micro y macroesfera.

Una construcción del ser humano encaminado a una buena calidad de vida y con miras a preservar la vida, requiere de un estudio donde dicho ser pueda ser considerado de manera integral, como un todo, no fragmentado. Conocer así cuales son los factores que actualmente intervienen en los procesos de construcción corporal e intersubjetivos es de suma importancia para nuestro entorno y para nuestra sociedad.

Así mismo, observar cuales son las repercusiones intersubjetivas y corporales de los procesos formativos integrales (donde la intuición juega un papel fundamental) en los entrevistados, puede ampliar las líneas de investigación que promuevan una teoría de

construcción de la persona de manera integral, armónica y con miras a preservar la vida, como se plantea en la pedagogía de lo corporal.

Es así que conocer los efectos del uso excesivo de la razón y el pensamiento occidental en los cuerpos de los participantes, sus relaciones con los demás y con su entorno tendrá un impacto de carácter tanto individual como social y natural, puesto que, con esta investigación se muestra que existen otras alternativas en la educación de nuestra población mexicana, en particular, en la ciudad de México y zonas aledañas, una educación no exclusiva de las aulas, una que considere a la intuición, a la razón y al cuerpo como un todo, un proceso formativo integral.

Así, también pudimos ver que la instalación de las diversas disciplinas orientales, resultado de una gran inconformismo e insatisfacción ante las altas y frías exigencias del actual mundo occidentalizado, ha tenido gran aceptación en nuestra gente debido a que hace resonancia en ella, puesto que nos recuerda un pasado no muy lejano, nos recuerda a nuestras diversas culturas prehispánicas, mismas que tienen mucho en común con el lejano Oriente.

A través de las diversas disciplinas pudimos ver que existe realmente un encuentro (o reencuentro) con nuestro ser más auténtico, con nosotros mismos a niveles mucho más profundos. De esta manera es como podemos escuchar más a nuestra intuición, puesto que ella es la vida misma hablándonos acerca de la vida. En este sentido, adentrarnos a niveles más profundos de conciencia, a través de la atención consciente, del trabajo corporal y lo ya mencionado, hará que nos demos cuenta de nuestras estrechas interrelaciones con todo el entorno, con el campo unificado, y como tal, podremos comprender un poco más de las repercusiones de nuestros actos e intenciones.

Asimismo dichos procesos formativos integrales, como lo pudimos ver en nuestros entrevistados, harán que nuestra intuición se manifieste más fácilmente, es decir, que se desarrolle y brote con más frecuencia, lo cual nos guiará en las etapas posteriores de nuestra

formación, puesto que es ella la vida misma hablándonos de la vida, guiándonos en el difícil arte de vivir.

Reiterando, observamos que la intuición es piedra angular en los procesos formativos de los sujetos, puesto que ella, en un primer momento, guió a nuestros entrevistados a realizar un cambio en sus vidas, posteriormente, en el proceso mismo, los tuteló, en mayor o menor grado, viéndose enriquecida, puesto que, a través de éste proceso, muchas conductas y percepciones se vieron modificadas (mayor tolerancia, respeto, compasión, cariño, apertura, confianza, cooperación, flexibilidad, etc.), mismas que favorecieron el desarrollo de la intuición, en mayor o menor grado.

Luego entonces, podemos ver que del mismo modo en que la cultura moderna optó por tan solo una vía de acceso al conocimiento y a la vida, a saber, la racionalidad y el estilo de vida occidentalizado, generando las secuelas ya vistas (insatisfacción, intolerancia, la proliferación de las enfermedades crónico-degenerativas y de tipo infeccioso, el egoísmo, hedonismo e individualismo exacerbados, etc.), optar por la intuición como un solo camino, podría llevarnos a otros lares con consecuencias tampoco deseables. Luego entonces, reestablecer un equilibrio entre los estilos de vida occidentalizados (donde la racionalidad juega un papel primordial), y la apreciación estética intuitiva no occidental (tanto oriental como de las actuales comunidades indígenas de nuestro país con reminiscencias prehispánicas), nos arrojará luz en los actuales procesos formativos de los sujetos y su mundo en constante cambio.

Por lo tanto, una nueva pedagogía deberá de situarse en su contexto, en su espacio y tiempo actual (considerando a la intuición y a la razón en estrecha relación en el cuerpo), puesto que la vida se encuentra en constante cambio y por lo tanto, la planeación de una educación integral también deberá hacerlo. Así, una pedagogía que considere a la intuición en sus bases fundamentales podrá acceder a nuevos horizontes, puesto que la intuición será la vida hablándonos de la vida misma, y como tal, de la nuestra y de nuestras relaciones con todo nuestro entorno (social y natural).

Así, la intuición podrá indicarnos un posible futuro, podrá darnos pistas para algún proyecto o camino a seguir, o de que lo que estamos haciendo puede no ser lo más adecuado para nosotros y para nuestro entorno, pero no será una “bola mágica” que nos diga nuestro futuro y que hacer. Nosotros, guiados por la intuición, deberemos de recorrer el camino, y en la marcha nos iremos dando cuenta de que ésta era o no correcta, así es como aprenderemos a escucharla. Confiar un poco más en nosotros mismos será un comienzo.

Así, un paso más en los procesos formativos será entender el porque de nuestra inseguridad, de nuestra autodescalificación, de nuestros miedos y de nuestro enojo, de nuestra simulación y nuestra falta de compromiso, de nuestras acciones y reacciones. Luego entonces, realizar un rastreo socio-histórico-cultural, tal y como se realizó en esta investigación, podrá aportarnos un poco de entendimiento en nuestras diarias reacciones ante los demás y ante nuestra propia vida, sembrando la semilla de la curiosidad y la búsqueda, para en un futuro próximo, medio y distal, poder recoger los frutos de un trabajo personal y social.

Podemos ver que un proceso que haga de su hogar permanente el papel, los libros, las bibliotecas, las estanterías, los discursos, las palabras, no surtirá efectos reales, y solo será eso, puras palabras que no trascienden más allá de lo que dicen, palabras que solo son pronunciadas con los labios, que solo son pronunciadas para no quedarnos callados, pero lograr cobrar vida en cada ser, será el siguiente paso.

Luego entonces, nuestro cuerpo será el punto de referencia, el trabajo personal. En él colocaremos toda nuestra atención, en nuestras primeras reacciones, en lo que digamos, en lo que hagamos, en nuestros pensamientos, emociones, en la temperatura de nuestro cuerpo, en todo, lo cual, al paso del tiempo, hará que nos concentremos de mejor manera, nos cansaremos menos (por todo lo antes mencionado), que no gastemos tanta energía, y que nos hagamos más intuitivos, mas sensitivos, perceptivos. Ahora tendremos un contacto mayor con nuestro entorno, nos daremos cuenta de las conexiones que estaban ahí, solo que no podíamos ver, haremos mejores relaciones y nuestro aprendizaje estará acorde con la

vida, una en movimiento. Pero, debemos recalcar, que será el cuerpo el ancla de dicho trabajo, de dicha atención, y a través de la alimentación, la atención consciente, de los movimientos corporales, de la respiración, del trabajo con las propias debilidades, etc., solo así podremos alcanzar un desarrollo personal y social más amplio y profundo, es decir, nos insertaremos en un proceso formativo inclusivo e integral, uno que considere a la vida y sus estrechas relaciones.

Es así que este estudio ampliará las líneas de investigaciones futuras, mismas que podrán dar nuevas soluciones ante la problemática existente en nuestra actual sociedad mexicana, donde predomina una construcción no armónica, preponderando el uso la razón, teniendo sus efectos directamente en los cuerpos de la gente y en sus relaciones intersubjetivas y con su entorno. Soluciones que, siendo de carácter integral, como parte de un todo, el cuerpo, la intuición y la razón pueden ser articuladas para la construcción de un ser, donde la mira principal es la calidad y la preservación de la vida.

BIBLIOGRAFÍA

- Aceves, L. (2000). *Historia Oral: Ensayos y aportes de investigación*. México: Ciesas.
- Arendt, H. (1993). *La condición humana*. España: Paidós.
- Bertalanffy, L. (2006). *Teoría general de los sistemas*. México: FCE.
- Biblioteca de Consulta Microsoft ® Encarta ® 2005. © 1993-2004 Microsoft Corporation. Reservados todos los derechos.
- Capra, F. (2002). *Las conexiones ocultas: Implicaciones sociales, medioambientales, económicas y biológicas de una nueva visión del mundo*. España: Anagrama.
- Carrillo, J. (2007). *Intuición, razón y el conocimiento, una nueva aproximación*. Tesis de licenciatura. UNAM, Facultad de Estudios Superiores Iztacala.
- Chávez, E. (2002). *Obras II*. México: Colegio Nacional.
- Cuesta, J. (1991). *Ensayos Críticos/Jorge Cuesta; introducción de María Stoopan*. México: Edit. UNAM.
- Day, L. (1997). *La intuición eficaz: Claves para recuperar nuestro sexto sentido*. México: Ediciones Martínez Roca.
- Durán, N. (2005). *Cuadernos del CESU 43. La quimera o la didáctica en México. El bachillerato universitario y la observación compartida*. México. UNAM.
- Durán, N. (2004). *Cuerpo, intuición y razón*. México: CEAPAC.
- Durán, N. (2008). *La artritis: Una enseñanza corporal*. México. CEAPAC.
- Eguiara, J. (1984). *Prólogos a la Biblioteca Mexicana; Nota prel. por Gómez de Orozco*. México: FCE.
- Emoto, M. (2005). *Los mensajes ocultos del agua*. México: Alamah.
- Foucault, M. (2000). *Los anormales*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Francois, J. y Ricard, M. (1998). *El monje y el filósofo*. España: Urano.
- Goldberg, P. (1992). *La dimensión intuitiva: El descubrimiento de nuestra intuición y su aplicación en la vida cotidiana*. México: Hermes.

Greene, B. (2006). *El universo elegante: Supercuerdas, dimensiones ocultas y la búsqueda de una teoría final*. España: Editorial Drakontos Bolsillo.

Grinberg, J. (1981). *El espacio y la conciencia; psicofisiología de la conciencia 3*. México: Trillas.

Gruzinski, S. (1991). *La colonización de lo imaginario: Sociedades indígenas y occidentalización en el México español. Siglos XVI-XVIII*. México: Fondo de Cultura Económica.

Hogarth, R. (2002). *Educación de la intuición*. España: Paidós.

Hozumi, G. (2006). *Cultura zen: Práctica y mensaje de paz*. México: CEAPAC.

Kamm, L. (2006). *La intuición como instrumento de sanación*. España: Sirio.

Lisa, Schulz, M. (1999). *Despierta tu intuición*. Barcelona: Urano.

López, S. (2006). *El cuerpo humano y sus vericuetos*. México: Miguel Ángel Porrúa.

López, S. (2002). *Historia del aire y otros olores en la ciudad de México: 1840-1900*. México: CEAPAC.

López, S. (2007). *La construcción social del cuerpo en el siglo XX: la ruta de la historia social*, en Camarena M. (2007). *El siglo XX mexicano: Reflexiones desde la historia oral*. México: AMHO, CEAPAC.

López, S. (2000). *Prensa Cuerpo y Salud en el siglo XIX mexicano (1840-1900)*. México: Miguel Ángel Porrúa-CEAPAC.

López, S. (2000). *Zen y cuerpo humano*. México: CEAPAC/Verdehalago.

Lowen, A. (1996). *Bioenergética: Terapia revolucionaria que utiliza el lenguaje del cuerpo para curar los problemas de la mente*. México: Diana.

Mander, J. (2004). *4 buenas razones para eliminar la televisión*. Barcelona: Gedisa.

Mander, J. (1994). *En ausencia de lo sagrado*. Chile: Cuatro Vientos.

Moreno, R. (2000). *La filosofía de la Ilustración en México y otros escritos, Compilación*. México: Facultad de Filosofía y Letras, UNAM.

Morris, D. (2004). *El mono desnudo*. México: Random House Mondadori.

Mosterín, J. (2008). *La naturaleza humana*. España: Austral.

Myers, D. (2003). *Intuición: El poder y el peligro del sexto sentido*. España: Paidós.

- Northrop, F. (1948). *El encuentro de Oriente y Occidente*. México: E.D.I.A.P.S.A.
- Osho. (2005). *Intuición, el conocimiento que trasciende la lógica*. México: Grijalbo.
- Pániker, A. (2005). *Índika: una descolonización intelectual*. Barcelona: Kairós.
- Panyela, A. y otros (1969). *Razas Humanas*. Barcelona: Editorial Ramón Sopena.
- Pérez, A. (1999). *Nezahualpilli: Educación preescolar comunitaria*. México: Plaza y Valdez.
- Prigogine, I. (1997). *¿Tan sólo una ilusión? Una exploración del caos al orden*. Barcelona. Tusquets.
- Rábade, S. (1994). *La razón y lo irracional*. España: Editorial Complutense.
- Ramos, S. (1940). *Hacia un nuevo humanismo*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Ricard, R. (2005). *La conquista espiritual de México*. México: Fondo de cultura económica.
- Rosanoff, N. (1992). *El Entrenamiento de la Intuición: Una guía práctica para descubrir y desarrollar su conocimiento interno*. México: Panorama.
- Salzmann, N. (2007). *¡No saber es formidable! Venezuela: Ganesha*.
- Schultz, M. (1999). *Despierta tu intuición*. Barcelona. Urano.
- Sheldrake, R. (1990). *Una nueva ciencia de la vida: La hipótesis de la causación formativa*. Barcelona: Kairós.
- Shneider, L. (1986). *Ruptura y continuidad: La literatura mexicana en polémica*. México: FCE.
- Sogyal Rimpoché. (1994). *El libro tibetano de la vida y de la muerte*. España: Urano.
- Sosa, L. (1996). *Motivos de carácter psicológico de los usuarios de los templos espiritualistas*. Tesis de licenciatura. UNAM, Escuela Nacional de Estudios Profesionales Iztacala.
- Tarnas, R. (1991). *La pasión de la mente occidental*. España: Atalanta.
- Tompkins, P. y Bird, C. (1985). *La vida secreta de las plantas*. México: Diana.
- Zukav, G. (1991). *La danza de los maestros del Wu Li: la nueva física al alcance de todos*. España.: Plaza & Janes.

Cursos:

Cursos impartidos por el Centro Budista de la Ciudad de México A.C. Jalapa 94, esq. Tabasco, Col. Roma Norte. D.F.

- “Los cuatro fundamentos de la atención consciente” (duración de 12 horas). Del 13 de Septiembre al 4 de Octubre del 2008
- “La rueda tibetana de la vida” (duración de 10 horas aprox.). Del 6 de Diciembre al 27 de Diciembre del 2008.

Anexos

HISTORIA DE VIDA (ENTREVISTA GUÍA)

Ficha de identificación. Nombre, edad, religión, domicilio, estado civil, con quien vive, lugar que ocupa dentro de los hermanos.

¿Qué lo llevó a la meditación?

¿Cuáles son los puntos principales de su disciplina?

Nacimiento:

A) Historia del embarazo. Incluir toda la información relativa a la concepción en la que se debe recopilar datos en relación con:

- el tipo de alimentación de la madre
- vigilancia médica (control periódico)
- si existió alguna enfermedad y los tratamientos administrados
- tipo de servicios médicos

B) Situación de la madre durante el embarazo.

- estuvo sola o en pareja (condiciones de vida de la madre y del padre en general hasta llegar al parto), con familiares, otros.
- relaciones emocionales de los padres durante el mismo.
- embarazo deseado y/o planeado.

C) Parto. Asistido por un médico (cesárea, forceps o normal), una partera o sola.

D) Lactancia y cuidados posteriores.

- fue amamantado por la madre o con leche de fórmula (tiempo)
- edad de aglactación
- tipos de alimentos

Crianza y crecimiento: desde el nacimiento hasta la edad actual.

A) Estilo de crianza;

- de que manera era corregido
- como fue educado
- al cuidado de quien estuvo
- con quienes convivía ya sea porque compartieran la casa o por que se frecuentaran.

B) Alimentación **actual** y **anterior**

- ¿que desayunaba, comía y cenaba? A D
- ¿con quien comía?, A D
- ¿cuántas veces al día? A D
- ¿donde comía? A D
- ¿cuales son los alimentos que prefería y rechazaba? A D
- si considera que algunos alimentos le hacen daño (antes y ahora) A D

- sabores preferidos A D
 - colores preferidos A D
 - aromas preferidos A D
 - clima preferido A D
 - temperatura de los alimentos (prefiere la comida muy caliente, fría, ETC.) A D
 - bebidas calientes o frías A D
- C) Salud **antes y después.**
- formas en que atiende sus padecimientos A D
 - con que frecuencia asiste A D
 - enfermedades más comunes que ha padecido y padece actualmente (si puede identificar en qué épocas) A D
 - Tipo de tratamientos A D
 - Tiene problemas para dormir A D
 - problemas estomacales como diarreas A D
 - gastritis A D
 - colitis A D
 - dolores estomacales A D
 - úlceras A D
 - así como gripes A D
 - problemas en vías respiratorias A D
 - dolores de cabeza A D
 - dolor en alguna zona corporal A D
 - problemas de vista, oído, olfato, gusto A D
- D) Relaciones emocionales, **antes y después.**
- Quienes integran la familia
 - que lugar ocupa dentro de ella
 - Relaciones con otros A D
 - vínculos afectivos con mamá, papá, hermanos, maestros, amigos, parejas, hijos, jefes y compañeros de trabajo.
 - Emociones dominantes (muy presentes) antes y actualmente y como las expresa.
 - Sensibilidad A D
 - Situación espacial A D
- E) Trabajo, que necesita hacer para vivir.
- Donde trabaja
 - horarios
 - proyecto de vida
 - relaciones emocionales laborales
 - ¿le gusta su trabajo?
 - ¿le gusta lo que hace?

F) Escolaridad. Nivel de estudios.

- Desempeño escolar A D
- Diferencia educativa entre la tradicional y la actual.

G) Tipo de vivienda

- ¿como es la casa donde vive?
- ¿desde cuando vive ahí?
- Lugar o ubicación geográfica (ciudad, área conurbana, zona rural).
- Generalmente se encuentra tranquilo o ansioso. Generalmente se encuentra de prisas o no. ¿En que actividades se encuentra tranquilo?
- ¿Actualmente como es?
- ¿Cómo vive esta ciudad?
- ¿Cómo considera esta ciudad?
- ¿Dónde encuentra un lugar para respirar o para pensar?
- Considera el estilo de vida de esta ciudad un obstáculo para el desarrollo personal e intuitivo.

Concepción del cuerpo y de su cuerpo.

Si lo considera una mercancía, un medio o una *posibilidad*.

Temperatura corporal dominante.

A D

Temperatura en pies, manos, cabeza, o alguna zona del cuerpo en especial como la nariz, espalda, etc.

A D

Creencia religiosa.

- Información sobre la fe que profesa y como la practica.
- Cómo vive su religión.
- Siente culpas por su religión.

¿Qué piensa cuando piensa?

- Pensamientos más comunes A D
- Tiende a pensar en el pasado A D
- Tiende a proyectar en el futuro A D
- Vive el presente A D

Toma de decisiones

- ¿Se deja llevar por lo que siente o por lo que piensa?
- Actualmente siente algún vacío en su vida
- Sentía algún tipo de vacío en su vida antes
- ¿En que se basa para la toma de decisiones?
- Decisiones importantes en su vida.
- En que se basó para tomar esas decisiones o se dejó llevar por lo que siente.
- ¿Considera correctas sus decisiones?

- En la toma de decisiones influyeron sus emociones, presiones o ideales sociales.
- ¿Qué le gusta hacer?
- ¿Hace lo que le gusta hacer? Si, no, ¿Por qué?
- ¿Practica algún deporte?
- Formas de respiración

Práctica de la meditación.

Explicación general de la práctica que realiza.

Cómo influyó su práctica en su sensibilidad

Sucesos que cambien el rumbo de su vida o creencias.

Actividades que desearía llevar a cabo

¿Las realiza? Si, no, ¿por qué?

En las actividades que realiza se deja llevar por lo que siente o por algo estructurado

Como educa su sensibilidad

Como educa sus emociones

Como educa su cuerpo

Como educa su mente

	Edad	Escolaridad	Profesión	Ocupación actual	Disciplina	Tiempo de práctica	Religión	Estado Civil
Cesar	36 años	Universidad	Ingeniería en Bioquímica Industrial	Colaboración en un Centro de Meditación y elaboración de productos naturales	Budismo Zen	9 años	Budismo	Unión libre
Yara	80 años	Posgrado	Lic. Administración, Relaciones económicas internacionales	Instructora de Yoga Kundalini	Yoga Kundalini	17 años	Creyente en Dios	Soltera
Alejandro	48 años	Universidad	Medicina	Clínica, docencia, maestro de Tai Chi	Tai Chi	7 años	Católico	Casado
Pedro	35 años	Universidad	Licenciatura en Desarrollo Humano	Maestro de Tai Chi, Yoga, Kung Fu, desarrollo humano y directivo	Hatha Yoga, Tai Chi, Kung Fu	20 años	Creyente en Dios y los preceptos católicos	Unión Libre
Gala	61 años	Universidad	Sin Información	Maestra de Taichi, Masajista	Tai Chi	10 años	Católica	Separada
Gardenia	58 años	Posgrado	Comercio Internacional	Instructora de Yoga Kundalini	Yoga Kundalini	20 años	Católica	Sin información
Laura	50 años	Universidad	Ingeniería en Químico Fármaco Biólogo	Instructora de yoga y distribución en la industria farmacéutica, de alimentos y cosméticos de forma independiente	Yoga kundalini	9 años	Ninguna	Casada
Sara	47 años	Universidad	Lic. en Sistemas	Instructora de Yoga Kundalini	Yoga kundalini	6 años	Católica	Soltera
Antonio	Sin Información	Universidad	Lic. en Ciencias Políticas	Instructor de Budismo Tibetano	Budismo Tibetano	Sin información	Sin información	Sin información
Ramón	36 años	Universidad inconclusa	Lic. en Historia	Administración en un centro de meditación	Budismo Tibetano	15 años	Budismo	Soltero
Jorge	50 años	Universidad trunca	Medicina	Maestro de Yoga y de Tai Chi	Yoga y Tai Chi	35 y 33 años	Ninguna	Soltero
Víctor	42 años	Universidad	Lic. en Psicología	Instructor de Meditación Budista Occidental.	Budismo Occidental y Tai Chi.	12 años	Budista	Soltero
Rocío	35 años	Carrera técnica	Danza	Negocio familiar, maestra de danza y de Tai Chi.	Tai Chi	6 años (inactiva)	Creyente	Soltera
Maura	33 años	Universidad	Canto de ópera	Cantante de ópera, Maestra de Canto	Yoga y Budismo	3 años y medio	Budismo	Soltera

Tabla 2. Ficha de identificación. Muestra el sobrenombre, edad, nivel escolar, profesión, ocupación actual, la disciplina oriental que practica, el tiempo que lleva en dicha disciplina, su religión y su estado civil de los entrevistados.

	Motivo	Enfermedades (antes), Enf. frecuentes	Enfermedades actuales	Emociones y actitudes (Antes)	Emociones y actitudes (Después)
Cesar	Insatisfacción, por intuición, sentía que debía de haber algo más que los estudios y el trabajo.	Operación de apéndice al año y medio de edad. Operación de Vesícula Biliar. Tos seca , crónica. Gastritis. Mala digestión, estreñimiento. Dolores de cabeza (10 ó 20 veces al año). Desgaste de la energía sexual (zumbidos en los oídos, dolor de cabeza, punzadas en los riñones, agotamiento físico general, dolor en las articulaciones, rodillas y codos).	Gripe disminuyó considerablemente. Dolor de cabeza ocasional (5 o 10 veces al año) Dolor de cintura al levantar cosas pesadas. Desgaste de la energía sexual (zumbidos en los oídos, dolor de cabeza, punzadas en los riñones, agotamiento físico general, dolor en las articulaciones, rodillas y codos), mas controlado.	Enojo con la vida, Intolerancia. Miedo a afrontar las responsabilidades. Desesperación. Auto estima baja.	Más amable, tolerante. Tiende a estar satisfecho, tranquilo. Con más fuerza. Más seguro de sus decisiones. Mayor comprensión hacia los demás. Mejoraron sus relaciones sociales y familiares. Tiende a vivir más el presente
Yara	Emocionales, insatisfacción.	Vías respiratorias, catarros, gripes, rinitis alérgica,	Ligero sobrepeso, colesterol alto, osteoartritis, hernia diatal, gastritis, presbicia, astigmatismo, diarreas frecuentes, estreñimiento, rinitis alérgica.	Miedo, enojo, ansiedad, intolerancia, impaciencia, autodevaluación, no le gustaba lo que hacía, se sentía insatisfecha. Materialista.	Tolerancia, paciencia, alegría, miedo, comprensión, cooperación, satisfecha, le gusta lo que hace, mayor conciencia, más intuitiva, perceptiva. Pensar en los demás, más claridad en la toma de decisiones, mayor facilidad de aprendizaje. Mejoraron sus relaciones familiares y sociales. Tiende a vivir más el presente
Alejandro	Enfermedad	Neuritis óptica, principios de esclerosis, sinusitis, herpes, gripes constantes.	Los procesos de neuritis óptica y esclerosis se detuvieron, sinusitis, gastritis, gripes constantes disminuyeron un poco, hipertensión.	Ansiedad, enojo, intolerancia, intranquilidad, soberbia. Materialista.	Cooperación, tolerancia, comprensión, alegría, tranquilidad, satisfacción, mejor conciencia, reconoce mejor sus emociones, hace más caso de lo que siente y no tanto de lo que piensa (mayor intuición), pensar en los demás, actitud de servicio, más claridad en la toma de decisiones. Mejoraron las relaciones sociales, su trato hacia los demás. Tiende a vivir más el presente
Pedro	Para hacer más cosas, para ocupar su tiempo disponible.	Enfermedades muy recurrentes en vías respiratorias (resfriados, tos constante, dolores de garganta, etc.), bronquitis, debilidad física, estreñimiento frecuente.	Estreñimiento en raras ocasiones, un cuadro de ansiedad, enfermedades en vías respiratorias casi inexistentes.	Miedo, inseguridad, prejuicios, miedo a "no hacerla", sentimiento de inferioridad, melancolía, pensar en los demás.	Mayor seguridad, cooperación, miedo (en menor grado), ansiedad, mayor sociabilidad, menos prejuicios, le gusta lo que hace, tranquilidad en general, mayor conciencia, más perceptivo, intuitivo, pensar más en los demás, más claridad en la toma de decisiones, mejor comprensión, más atención y mayor facilidad de aprendizaje. Mejores relaciones sociales y familiares, mejor comunicación. Tiende a vivir más el presente
Gala	Curiosidad, porque le gustó la disciplina.	Gripe, enfermedades recurrentes de la garganta, presión alta, dolor de articulaciones al comer carne, estreñimiento,	Diarrea al comer demasiadas harinas, presión alta más controlada.	Callada y enojada, ira, sumisa, se siente regañada. Miedo a que la dejaran. Tristeza (no	Mas tolerante, aceptar a las personas como son y no cambiarlas, más seguridad en sus decisiones, mas intuitiva. Expresión de sentimientos

		dolores de cabeza.		poder tener hijos por la edad). Solitaria.	Enojo. Fortaleza, cooperación, amabilidad, gusto por lo que hace, satisfacción. Mejoraron las relaciones sociales y familiares, mejor contacto con las emociones. Tiende a vivir más el presente
Gardenia	Insatisfacción ante la vida, por intuición, necesidad de buscar algo más.	Problemas digestivos, diarreas cuando comía carne, picante. Resfriados y problemas de la garganta. Dolores de cabeza. Miopía.	Artritis en una mano. La miopía ha mejorado.	Hastío y asco ante la vida, vacío existencial, apatía, insatisfacción. Enojo, rebeldía. Impulsividad. Materialista.	Un episodio de ansiedad. Generalmente tranquila. Responsabilidad de sus emociones. Vivir intensamente, soltar las cosas, dejar de sufrir. Mayor alegría, cooperación, más intuitiva. Tiende a vivir más el presente
Laura	Enfermedades recurrentes, tensiones, cansancio constante.	Enfermedades frecuentes en vías respiratorias (5 veces al año), gastritis, tos frecuente, escupir sangre, estreñimiento, problemas recurrentes en vías urinarias (infecciones).	Enfermedades en vías respiratorias (cada 2 años) principalmente.	Impaciencia, enojo, control sobre las personas, poca confianza hacia los demás, inseguridad, individualismo, egoísmo, mucho miedo, mucha crítica hacia los demás, trabajadora, honesta, confusión, sentía un vacío, mucha ansiedad.	Toma de conciencia, tolerancia, paciencia, comprensión, alegría, cooperación, mayor seguridad, neutralidad, más perceptiva, intuitiva, se anticipa a los hechos inconscientemente, piensa en los demás, más claridad en la toma de decisiones, menos miedo, extrovertida, satisfecha, casi no hay ansiedad, mejores relaciones sociales y familiares. Tiende a vivir más el presente
Sara	Cuestión física de sentirse bien ante tanto estrés.	Gripe, inflamación del estomago cuando consume legumbres y coles. Gastritis, colitis, problemas para dormir 1 ó 2 veces al mes. Estreñimiento 3 ó 4 veces al año. Dolor fuerte en las rodillas. Dolor en el cuello, ligera pérdida de la audición.	Inflamación ha mejorado un poco del estomago cuando consume legumbres y coles. El dolor en rodillas ha disminuido significativamente. Ocasionalmente 1 o 2 veces al año problemas para dormir. Mejor audición.	Indiferente, dura hacia los sentimientos de los demás, exigente y dura consigo misma, falta de conciencia hacia el cuerpo. Enojo, ira. Nerviosismo, feliz, estresada. Miedo a perder el status social. Ansiedad. Tristeza por no poder ser madre. Materialista.	Calma, expresa los sentimientos sin herir ni lastimar. Considerar al otro. Contenta. Plenitud de la vida. Satisfecha, cooperativa, más intuitiva, con proyectos a seguir. Mejoraron sus relaciones sociales. Mayor tolerancia Tiende a vivir más el presente.
Antonio	Hartazgo ante la vida, insatisfacción.	Sin información.	Sin información.	Sin información.	Sin información.
Ramón	Curiosidad, insatisfacción.	Un poco de sobrepeso. Problemas estomacales, hemorroides, colitis nerviosa (tratada con homeopatía), gastritis, diarreas (2 al año), vómito. Gripe en temporada invernal. Dolores de cabeza poco frecuentes. Alergia a ciertos olores.	Un poco de sobrepeso. Diarrea (1 al año). Gripe en temporada invernal. Disminuyó la frecuencia en los dolores de cabeza. Alergia a ciertos olores más controlada.	Muchos apegos, mucho enojo, tristeza y miedo. Muy influenciado socialmente. Inseguridad. Insatisfacción. Vacío. Aprensivo. Mucha ansiedad. Muy impulsivo. Materialista, hedonista.	Más auténtico con lo que siente, mayor seguridad y claridad en las decisiones, actitud de servicio, mayor control de las emociones. Enojo, tristeza y miedo en menor proporción. Más sensible hacia el sufrimiento de los demás. Escucha más a los demás. Mejores relaciones laborales, familiares y sociales en general. Más intuitivo. Más contento. Menos aprensivo. Disminuyó la ansiedad. Mayor comprensión hacia si mismo y a los hechos externos. Tiende a vivir más el presente. Menos impulsivo. Mejor correlación de hechos.

Jorge	Enfermedad	Complexión muy delgada, debilidad física, fiebre reumática, corea de sydenham, enfermedades muy frecuentes en vías respiratorias (5 veces al año), problemas estomacales (2 o 3 veces al año), tabique desviado por un golpe, miopía.	Disminuyeron los problemas estomacales, disminuyeron gripes (1 vez al año), miopía. Los problemas de reumatismo y de corea de sydenham desaparecieron.	Materialista, disciplinado, enojo, ansiedad, altruismo, miedo, introvertido, reservado, no se sentía feliz, insatisfacción.	Cooperativo, toma de conciencia, tiende a vivir el presente, más sensitivo, perceptivo, intuitivo, mayor altruismo, mejoraron las relaciones familiares, enojo en menor proporción, miedo en menor proporción, extrovertido, felicidad, disfruta lo que hace, satisfacción. Mejor comprensión, mayor atención, mejor aprendizaje (transversalidad, atención).
Víctor	Sufrimientos, insatisfacción.	Abscesos (bolitas en las manos) cuando consumía carne. Sobrepeso. Problemas dentales (caries), y de encías (gingivitis). Problemas estomacales (inflamación) Gripe 1 vez al año, en invierno.	Dolor de cadera, sobrepeso, estaba desarrollando (ciática). Problemas dentales y de encías han disminuido. Problemas para dormir. Problemas estomacales (diarrea, inflamación). Gripes 1 cada 2 ó 3 años. vértigo por infección de oído. Dolor de huesos en las pantorrillas al caminar.	Confusión, falta de reconocimiento de emociones, ambigüedad, indeciso, con duda, con falta de determinación. Odio, Ansiedad, miedo, rencor, deseo de destruir, confusión, muchos deseos, todo mezclado, pero sin saber que era esas diferentes cosas. No se sentía contento. Vacío, la vida no tenía mucho significado. Muy consumista y materialista.	Claridad y reconocimiento en sus emociones y su sentir. Mas certero en las dediciones que toma, mas tranquilo. Un poco de preocupación por el futuro. Tiende más a estar en el presente, honesto con lo que quiere, muy altruista, cooperativo, alegre. Mayor atención, mayor intuición.
Rocío	Enfermedad.	Vitíligo, sobrepeso, diarreas (2 veces al año). Gripes muy constantes (5 veces al año), gastritis, astigmatismo.	Disminuyó el problema de vitíligo, problemas en hígado y riñón, gastritis, reflujo, diarreas (4 veces al año), colitis, gripes disminuyeron (1 vez al año). Dolores articulares y musculares, dolor en columna, astigmatismo.	Ansiedad, inquieta, depresión, problemas de atención, introvertida, tendía a pensar mucho. Problemas de autoestima. Exigente consigo misma, inseguridad, trabajadora, enojo. Considera a los demás. Melancolía.	Satisfacción, aceptación, sociable, problemas de atención, mucha preocupación, tiende a pensar un poco menos. Mejoró un poco la memorización. Mejor autoestima. Imparte mejor sus clases. Mejor comprensión de sí misma y del entorno, exigente consigo misma, tolerancia hacia la gente y un poco más hacia sí misma, comprensión hacia la gente, trabajadora, un poco más prejuiciosa. Nerviosa, hiperactiva, enojo. Un poco mas sensible y sensitiva (intuitiva) pero lo bloquea racionalmente. Mayor seguridad. Muy estricta. Considera más a los demás. Casi no hay melancolía.
Maura	Necesidad de algo diferente, más estético y profundo, por intuición.	Ataques de pánico. Enfermedades muy frecuentes del sistema respiratorio: asma, bronquitis, catarros, reacciones alérgicas, gastritis, ocasionalmente estreñimiento Ciática, dolor en un hombro. Miopía y astigmatismo. Operación en la nariz.	Gripes poco frecuentes, dolores de cabeza ocasionales, dolor en las rodillas, sensibilidad en un ojo (lagrimeo).	Ganas de compartir, de que todos estén bien, de que la vida sea mas simple, insatisfacción. Angustia, temor de no tener pareja. Estrés. Consumista. Necesidad de aprobación.	No hay angustia, no hay temor. Tiende a vivir más el presente. Vivir con alegría y paz. Disfruta las cosas que hace. Tranquila. Consumismo responsable. Mejoraron las relaciones familiares, laborales y sociales en general, cooperación.

Tabla 3. Enfermedades. Muestra el motivo por el que optaron por un proceso formativo integral, las enfermedades y enfermedades recurrentes, además de las emociones y actitudes antes y después de haber entrado a un proceso formativo integral de nuestros entrevistados.