



UNAM IZTACALA

Universidad Nacional Autónoma de México

Facultad de Estudios Superiores Iztacala

**Las personas de la sociedad del siglo XXI
y su búsqueda de autorrealización**

T E S I S I N A
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T A
Victor Manuel Medina Camargo

Director: Dr. **Angel Corchado Vargas**

Dictaminadores: Mtra.. **María Esther Rodríguez de la Rosa**

Lic. **Angélica Enedina Montiel Rosales**



Los Reyes Iztacala, Edo. de México, 2017



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.

En el transcurso de la elaboración de esta tesina, lo que recibí de la mayoría de las personas, solo fueron malas bromas (algunas buenas), sin embargo agradezco a las pocas personas que realmente tuvieron palabras de aliento y a los momentos donde las personas que no daban ese tipo de palabras lo hacían.

Si he de agradecer a alguien en especial, ese debería ser mi asesor: el Mtro. Angel Corchado Vargas, que a pesar de todas las razones que tuvo para dejar de apoyarme, no dejó de hacerlo.

Agradezco también a todos los maestros, autores y personas en general que han formado parte de mi crecimiento en todos sentidos, a mis padres por serlo y por ultimo a mi novia por su cariño y porque también ella jamás dejo de decirme que lo podía lograr, aun cuando yo mismo parecía inclinarme en otra dirección.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	4
1. ANTECEDENTES Y CONCEPTOS CLAVE	7
1.1. Teoría Existencial Humanista	8
1.1.1 Filosofía	8
1.1.2 Psicología	14
1.2. Integración reflexiva	26
2. REALIDAD ACTUAL DEL HOMBRE EN SOCIEDAD, VISTA DESDE LA POSTURA EXISTENCIA HUMANISTA	30
2.1. Ámbitos de interacción social	31
2.1.1. La Libertad	31
2.1.1.1. Libertad de elección o decisión	31
2.1.1.2. Responsabilidad	36
2.1.1.3. Cuando elijo, elijo por el otro	37
2.1.2 Relaciones afectivas	39
2.1.2.1. Pareja	40
2.1.2.2. Relaciones familiares entre padres e hijos	42
2.1.2.3. Grupos de iguales	44
2.1.2.4. La escuela	45
2.2. Condiciones del entorno que inciden en el desarrollo personal y social	47
2.2.1. El hombre contra su propia libertad	51
2.2.1.1. Autoritarismo	51
2.2.1.2. Destructividad	53
2.2.1.3. Conformidad automática	53

	3
2.2.1.4. Necesidades reales vs necesidades irreales	54
2.2.1.5. La sociedad del placer	55
2.2.1.6. Sociedad permisiva	57
2.3. Integración reflexiva	57
3. ALTERNATIVAS DE ACCIÓN PARA PROMOVER EL DESARROLLO DE PERSONAS Y SOCIEDADES AUTORREALIZADAS	62
3.1 Vivir humanísticamente	63
3.2 Tradición oriental o vida espiritual	67
3.3 La importancia del papel de psicólogo como agente de cambio en el desarrollo de una sociedad más humana	80
3.3.1. Psicoterapia	81
3.3.2. Orientación o consejería	85
3.3.3. Educación formal y no formal, sensibilización y desprofesionalización	87
3.3.4. Formación de líderes humanistas	92
CONCLUSIONES	95
BIBLIOGRAFÍA	98

INTRODUCCIÓN

Dentro de todas las formas de vida existentes, el hombre es sin lugar a dudas, único y sobresaliente, lo más probable es que esto se deba, a que el estudio de la vida, entre muchos otros temas, ha sido llevado a cabo por el hombre. Esta capacidad de estudiar el mundo, como la de una conciencia más evolucionada a la de otras criaturas, que le permiten vislumbrar su propia mortalidad, el pasado, proyectar el futuro, imaginar le permiten reconocer que, esto lo hace diferente. Mucho camino ha avanzado con esta capacidad, alejándose cada vez más de la guía única de los instintos animales, del mundo natural, sin duda ha logrado transformar este mundo usando sus habilidades, transformándose el también y comenzó a crear su propio mundo, uno que obedecía a leyes formadas por él y no enteramente por la naturaleza, desarrollo así comportamientos acorde a estas nuevas leyes a este nuevo mundo y a su nuevo ser.

Así el hombre se ve envuelto en el mundo natural y el mundo que él ha creado, en constante cambio, teniendo no pocas consecuencias, en el mundo interior del hombre, a nivel intelectual, emocional, físico y más allá. Todos estos factores y sus múltiples interacciones, causas y consecuencias, componen gran parte de todo lo que el hombre se ha dedica a investigar, desde que pudo hacerlo, es decir tratar de averiguar, a que mundo pertenece en realidad ¿al natural o al creado por él? ¿Tiene el una naturaleza? ¿Esta es buena o mala? ¿De dónde vienen los sentimientos? Entre muchas otras interrogantes que solo le planteaban más interrogantes y dolores de cabeza. En pocas palabras el debate del tema humano por los humanos es prácticamente inagotable, unas cuestiones son más claras que otras, en el caso de este trabajo se ve como una de estas cuestiones más claras, que el mundo forjado para si por la especie humana, tiene grandes consecuencias en él y él tiene grandes consecuencias no solo en este mundo artificial, sino en el natural, en el mundo interior de la persona, el mundo visto por los ojos de otros hombres y el mundo de la realidad física, el planeta en sí.

Para sustentar todo estas afirmaciones se partirá de una de las formas con las que el hombre ha respondido a las interrogantes que le plantea su existir en este plano, la llamada teoría humanista-existencial, desarrollada en psicología, conocida también como la tercera

fuerza, se dará a conocer así que es lo que esta teoría plantea sobre el hombre, sobre como interactúa con estas interrogantes, con el mundo en sus diferentes manifestaciones, en que basa esas interacción y que consecuencias tienen para él.

Estas descripciones sobre el individuo no se darán simplemente por gusto y ociosidad, sino como una forma de dar a conocer cierta alternativa en la comprensión de estos temas, que pueda resultar de ayuda para alguien, al comprender mejor la realidad personal y social, se puede ir más allá de los conocimientos convencionales y la vida cotidiana, dando lugar así a uno más en la constante serie de cambios en la vida humana, un cambio que se espera, sea facilitador de un beneficio.

La teoría humanista, con estos objetivos en mente, será entonces el corazón de este trabajo, por sus postulados, que como se ha dicho, resultan valiosos de conocer para cualquier individuo y también por su versatilidad como teoría, haciendo referencia al humanismo es fácil observar también otros puntos de vista, o ligar a esta teoría y sus enseñanzas con los conocimientos propios, evitando así caer en la repetición de una serie de conceptos y definiciones de manera irreflexiva, el trabajo también se dificultaría de no ser por la visión tan completa sobre el hombre y su entorno que la teoría maneja.

El trabajo entonces pretende, en el primer capítulo dar a conocer, aunque sea solo en un grado mínimo, lo que la teoría humanista-existencial tiene por aportar al saber humano sobre el mismo, por medio de la exploración de conceptos clave y las ideas principales sobre el individuo, desarrolladas por los principales y básicos autores del humanismo, esto se hace con la finalidad de poner en contexto cuales son los supuestos de los que se parte en este trabajo, así como la difusión de las ideas en sí. En el segundo capítulo, se tratará lo que la teoría, partiendo de este conocimiento, tiene que decir sobre la vida en una sociedad moderna, desde la relación de las personas con otras personas, a la relación con el sistema, tratando temas y conceptos clave para entender la posición del hombre actual, desde la visión humanista, poniendo relieve en las formas que son perjudiciales para el individuo, tocando también temas tan importantes como la libertad, el dolor y el placer, a la luz del conocimiento humanista, en contraste con el conocimiento social moderno y vulgar, el objetivo de esto es dar a notar las formas en las que la sociedad está deshumanizando al

hombre o inclinando la balanza hacia ese lado, dando a notar también que existen maneras diferentes y mejores de vivir en sociedad y relacionarse con otras personas. En el tercer capítulo, se explorara lo que, desde esta perspectiva, se puede y/o debe hacer al respecto de las situaciones observadas, llegando así al porqué del título del trabajo, la búsqueda de autorrealización del hombre moderno, se describirá qué características tiene el hombre autorrealizado o ideal desde la perspectiva humanista, cual es la relación que tiene esto con la vida espiritual, cual es el papel del psicólogo en todo esto, se verán también muchas otras formas en las que se incide en una formación de carácter humano que puede disminuir las resistencias a la autorrealización del hombre y a la construcción de una sociedad humanista, la finalidad de este último capítulo, es mostrar la visión positiva que el humanismo tiene para el hombre, que logra anteponerse a sí mismo por sobre los edictos absolutos de la sociedad o entes ajenos, se quiere demostrar aquí un poco de lo que la vida del hombre puede llegar a ser si logra evitar muchos de los males mencionados en el capítulo dos, se quiere dar a conocer también desde este último capítulo algunas de las maneras, en las que esto se facilita, desde ángulos variados, como las tradiciones orientales, la psicoterapia, los programas o talleres de sensibilización, etcétera. Siempre teniendo presentes los supuestos humanistas de responsabilidad y autonomía.

1. ANTECEDENTES Y CONCEPTOS CLAVE

Como toda creación del hombre este trabajo se apoya y se concibe gracias al conocimiento y las ideas desarrolladas por la especie a través del tiempo. Es por esta razón que antes de avanzar hacia cualquier punto y conclusión, parece lógico y agradable comenzar por explicar cómo se llegó a tal punto o conclusión, cuáles fueron las luchas humanas en el campo del conocimiento que han dejado este legado, cuales son las redes de ideas sobre las que esta se sustenta y por qué vale la pena hablar de estos temas, cuál es su relevancia para el hombre, tanto a nivel individual como para el futuro de la especie, incluso del planeta mismo.

Los antecedentes y los conceptos clave son el alma de muchos trabajos, en especial cuando se trata con una filosofía, una idea o acción. Si se quitan las palabras de adorno (como estas), las formalidades y demás filtros para el conocimiento en esta clase de trabajos, si los argumentos aunque relevantes e importantes se cortan para de la periferia del objetivo del trabajo para hacer mayor énfasis en la idea central, al final se tendrá el alma del trabajo en una o pocas ideas clave escritas en algunos párrafos o frases profundas.

Sin embargo de esta manera inmediatamente vendrían las preguntas e inquisiciones acerca de la sustentabilidad de las ideas principales o de cómo encajan esas ideas en cierta realidad. Sin la exposición de ideas antecedentes, sin el hilo de una narrativa estructurada en el discurso, el uso de pequeños apartados para resaltar la importancia de conceptos que aparentemente se desvían del objetivo principal, sin el sustento ideológico y empírico, los trabajos, aunque albergando grandes ideas se percibirán como frases al aire. Así que se recurre a contextualizar las ideas expuestas, su relevancia y demás como una forma de preparar el caso y allanar el terreno para que la importancia de estos conceptos clave y su significado tenga más peso y más sabor para la mente, que adquiriera más implicaciones y que abra puertas a otros conceptos e ideas afines, ese es el objetivo de este capítulo.

1.1 Teoría Existencial Humanista

Como el título sugiere este trabajo se trata principalmente sobre las personas y su búsqueda de felicidad, entendida aquí, no como el estado emocional transitorio, sino como una palabra que evoca la capacidad del hombre para entrar en armonía con sus semejantes, la naturaleza y su propia vida; es decir, la autorrealización. Es indispensable definir que este último término es inherente a la teoría o teorías humanistas del hombre, por lo tanto será un buen inicio comenzar por explicar cuáles son las ideas principales de los más importantes representantes del humanismo. Debemos explorar cuál es la concepción del hombre que esta teoría y sus autores poseen, cómo estas posturas de la naturaleza humana se relacionan con el concepto de autorrealización y más adelante observar qué tiene que ver el concepto de sociedad con todo esto.

Al final del capítulo se pretende hacer un resumen de todos los puntos importantes rescatados de las teorías de los autores, hacer comparaciones y sintetizar todo en una vista general del ser humano.

Además de la perspectiva humanista existen otras formas de ver al hombre como la perspectiva psicoanalítica, la cognitivo-conductual e incluso el de la biología mecanicista; sin embargo al tratar de explicar al hombre desde la teoría humanista no se está minimizando las aportaciones, importancia y verdades que otras perspectivas y materias arrojan sobre la naturaleza humana, ya que el humanismo no es un cientificismo cerrado sobre sí mismo que no admite otras teorías, por lo general el humanismo toma en cuenta de una manera holística al hombre y por lo tanto aspectos como los impulsos sexuales inconscientes y el condicionamiento de respuestas en el individuo no se contraponen dentro de este marco, más bien se complementan y enriquecen.

1.1.1. Filosofía

La filosofía se asocia principalmente con la antigua edad del hombre llamada época clásica, donde florecieron culturas como la griega y la romana, que sentaron las bases del mundo occidental, es decir se trata a esta rama del conocimiento como algo del pasado que no es relevante para la vida o la ciencia actual, se le trata como un antecedente histórico una pre-ciencia, que cumplió con su deber de iniciar una tradición académica y murió al

momento en que la ciencia tomó el lugar preferente como dispensador de conocimientos en la sociedad.

Nada más alejado de esto. La filosofía a través de sus muchas caras y autores desde el principio de los tiempos ha moldeado la vida de los hombres a través de sus ideas. Ciertamente está detrás de toda ciencia moderna, de toda tecnología, de los fines y medios de producción de éstas e incluso, más importante aún de la forma de interactuar del hombre, pero va más allá de eso ya que aporta una serie de ideas o presuposiciones acerca de la naturaleza del hombre y el universo. Sobre estas ideas es que se basan las sociedades y por lo tanto la vida de los individuos dentro de ellas.

La filosofía dice lo que se debe de saber sin saberlo, desde presuponer la existencia de un dios y basar la cultura en un modo teocrático y por tanto el modo de vida de las personas en esa cultura con base en esa única idea, hasta las ideas modernas del universo cognoscible a través de la ciencia todo está basado en alguna noción o idea filosófica aunque muchas veces no se reconozca como tal y se descarte el mérito de esta disciplina diciendo, que sólo la razón científica sirve para conocer el mundo, argumento que a su vez está basado en una de dichas nociones otra corriente filosófica indicará que la razón científica no es suficiente para conocer el mundo o incluso que es lo contrario a esto.

Las ideas aportadas por esta disciplina tan antigua como la inteligencia del hombre son la base del mundo, respaldando las ideologías que marcan las pautas de acción para todas las sociedades y sus actividades. Siempre hay una filosofía, la forma de ver la vida de abordar la actividad científica, de relacionarse con los otros, con la naturaleza, etcétera, siempre se ve influenciada en mayor o menor medida por una o varias corrientes de pensamiento. En el caso de la teoría humanista, su correspondiente es el existencialista cuyo principal representante es Jean-Paul Sartre. Más específicamente y con relación a esto, la psicología humanista expuesta a continuación es parte de una corriente llamada existencial-humanista.

El propio Sartre (1984) indica con el título de una de sus obras que el existencialismo es un humanismo y que se ha de entender por existencialismo una doctrina que hace posible la vida humana y que por otra parte declara que toda verdad y toda acción implica un medio y una subjetividad humana.

Uno de los puntos clave en el humanismo y que le separa de otras filosofías es que la existencia precede a la esencia. En esta frase se entiende como esencia a la naturaleza real de los objetos y a la existencia simplemente como su carácter de existir en este mundo, es decir la existencia es la forma material de los seres y objetos en el mundo sensible, la esencia es el centro mismo, el alma de esos objetos y seres que existen en el mundo, por lo tanto la esencia se podría decir es la naturaleza pura de los seres, lo descubre su propósito y misión en este mundo; por ejemplo, un tigre en la selva es evidente que tiene existencia, su esencia es más difícil de determinar, simplemente en este caso es la de un cazador, es decir que el tigre vino a este mundo para cazar, ahora bien la cuestión es ¿el tigre es cazador en cuanto llegó a existir, antes de esto, o después de esto? Si se ahonda en el tema, esta pregunta generará muchas otras, si el tigre tenía esencia antes de existir ¿Cómo es posible? ¿Quién se encargó de esto? Si existió antes de tener esencia ¿Estaba vacío antes? ¿Cómo ocurrió esto? ¿En qué punto de su existencia? Preguntas interesantes sin duda, sobre un tema largamente debatido, pero que no se tratará aquí, en este caso lo que se expondrá a continuación es la respuesta y perspectiva del existencialismo.

Como se indicó muchas filosofías anteriores consideraban que de una forma u otra la esencia del hombre estaba predeterminada antes de que este llegara a la existencia, por lo tanto que la esencia era antes que la existencia, se puede hablar de un plano más elevado de donde viene la esencia a reunirse con el cuerpo, de un designio divino que pone la esencia en el hombre antes de su existencia, de un destino por el que existe, etcétera, sin embargo el existencialismo desecha todo esto indicando, que en realidad no hay ningún dios creador y que si lo hay no interviene en este mundo, por lo tanto el hombre es traído a la existencia y después se forma su esencia conforme a sus decisiones y a las de sus semejantes, el hombre es lo que el hombre hace de él y lo que quiere ser (Sartre, 2005).

Este principio del existencialismo, lleva a otro postulado: dado que la esencia del hombre es definida por el mismo, entonces se habla de que el hombre es responsable del hombre y esto es una de las ideas más importantes que algún filósofo haya concebido, tanto por la idea en sí como por sus implicaciones. Un ejemplo de esto es que siendo el hombre responsable de crear su esencia entonces, no hay un dios o un diablo guiando las acciones humanas, no son los impulsos incontrolables en el interior o la cruel sociedad la que tira de los hilos, sino solo el hombre, por lo que es muy importante que las personas adquieran

conciencia de esto y tomen la responsabilidad de lo que son y no sólo eso sino que tomen la responsabilidad de sus semejantes también ya que cuando se dice que el hombre crea al hombre, no sólo se habla de un aspecto individual sino de un nivel colectivo.

Elegir un valor sobre otro, una mala acción sobre una buena no sólo tiene consecuencias inmediatas para la vida del individuo, sino que también se legitima ese curso de acción como el correcto para otras personas. El valor de esa decisión se afirma ante los semejantes, de esta manera la decisión de un individuo colabora en la construcción de una senda a seguir por el resto de la sociedad, se pone el ejemplo para otros seres humanos, al elegir lo que se quiere ser también se crea una imagen de cómo debería ser el hombre, “así nuestra responsabilidad es mucho mayor de lo que podríamos suponer, porque compromete a la humanidad entera” (Sartre, 1984, p.4).

El entender esto provocará angustia en muchos casos, es ciertamente un pensamiento alarmante el que cualquiera se sepa responsable de toda la humanidad, cada acción que se haga contribuye a moldear la sociedad que a la vez moldea a los individuos de nuevas generaciones, por esto antes de realizar una acción todos deberían reflexionar aunque sea mínimamente si es así cómo quieren que el ejemplo de la humanidad sea, si es así, cómo quieren que todo el mundo actúe.

Lo anterior lleva a otra de las premisas del existencialismo, una por la cual como Sartre, (1984), indica, su filosofía es criticada constantemente y tachada de negativa y fatalista: el desamparo; al afirmarse como se ha hecho anteriormente que no existe algún dios o guía cósmica para la vida del individuo. Se niega a su vez todo poder supremo bajo el cual ampararse de las acciones y locura de la vida. Ahora la responsabilidad de todo lo que ocurre en el mundo del hombre cae en manos del hombre, no hay valores o leyes universales en las cuales guiarse, no hay nada donde apoyarse ni lugar bajo el cual buscar refugio el hombre está condenado a ser libre. Aunado al desamparo, se da también la angustia que en una oración simple es definida como el resultado ante las posibilidades de la libertad, es decir al igual que ante el mundo natural y sus condiciones el hombre manifiesta miedo, la angustia se hace presente ante las condiciones propias de la realidad humana que implica la libertad, a ese abanico infinito de posibilidades sin guía.

Otra de las posturas del existencialismo indica que siendo el ser humano el único responsable de sus acciones, también debe tener claros cuales son los límites de éstas; es decir, sólo contar con lo que depende de su voluntad y desinteresarse de las fuerzas más allá de la acción humana, ya que no hay fuerza en el mundo que pueda adaptar el mundo o las situaciones de la vida a lo que alguna persona en particular desea. A esto Sartre (1984) lo denomina actuar sin esperanza, dicho de otro modo, al entender que cada quien es responsable de sí mismo y entender las posibilidades y limitaciones de esto no se puede exigir a los demás o a alguna otra entidad que las cosas sean como se desean, lo único que se puede hacer en este aspecto es ejercer la voluntad por medio de acciones rumbo a la meta deseada.

Si una persona con cierta meta en mente, por medio de sus acciones sirve de modelo para los demás y esto genera un movimiento en pro de esa meta, es común o puede asumirse que ese hombre comience a preguntarse si todos en el movimiento siguen con esa meta en mente, si durará, si la historia será justa con ese ideal, si no se pervertirá, que pasará con su lucha cuando el ya no esté o no pueda continuar, comenzará a preocuparse por posiciones y responsabilidades futuras que no le corresponden y sobre las que no tiene ningún control, en este caso el concepto que se desarrolla se denomina *actuar sin esperanza*, el cual sugiere que dicho individuo no debe concentrar sus energías en dichos debates sobre los que no tiene control, sino estar satisfecho de que en su presente actúa conforme a su visión y toma verdaderamente la responsabilidad de ser un hombre libre sin esperar nada de los demás a cambio.

Por último se tratará el concepto del mundo del hombre creado por la subjetividad y la intersubjetividad; es decir en la medida de que la esencia del hombre es creada por sí mismo, se puede sugerir que no hay una esencia del hombre universal y aunque hay una realidad concreta y objetiva, cada hombre la experimenta de diferentes manera creando de esta su propia realidad. Sartre (2005) emplea aquí los postulados de la fenomenología de Edmund Husserl y la define como el estudio de los fenómenos, no de los hechos, entendiendo por fenómeno lo que se muestra por sí mismo, aquello cuya realidad es precisamente la apariencia.

Existir para la realidad humana es asumir la conciencia de la apariencia y concebirse así. Puesto que la apariencia en la condición humana es lo absoluto, es la apariencia lo que hay que escribir e interrogar y no los hechos si se quiere conocer el mundo del individuo. Por estas cuestiones el existencialismo da prioridad a la experiencia de la persona en el mundo, más que a los hechos observables y objetivos sobre su comportamiento. En lo que respecta a la intersubjetividad, se dice que el desarrollo del hombre no puede darse sin los demás, no se puede ser malo o celoso o lo que sea, salvo en relación con los demás y cuando los otros reconozcan a otra persona como tal, entendiendo esto la propia persona, se descubre el otro es indispensable en la existencia del hombre conciente; esto es el fenómeno de la intersubjetividad.

Extendiendo estas ideas recién presentadas sobre la fenomenología subjetiva a la condición del hombre como ser emocional, surgen las siguientes reflexiones:

Se puede concebir a la emoción como una forma de transformación del mundo, es decir para Sartre (2005) las acciones y decisiones tomadas en la vida van dándole forma a la individualidad y a la existencia, en este sentido la interacción con el mundo es la única fuerza transformadora de la condición humana; sin embargo el hombre no sólo es un ser conductual sino sentimental. Es así, que cuando los caminos que el hombre tenía planeados para su vida se hacen difíciles y al parecer no hay otras oportunidades de acción, se trata de cambiar el mundo a través del llamado mundo interior. Por ejemplo representando el papel de una víctima y esperando así la ayuda de los demás para resolver el problema, evitando buscar una solución real a los problemas por medio de la tristeza o simplemente evitando la realidad mediante la inactividad (depresión que esta emoción provoca); sin embargo estas acciones ejercidas sobre la realidad son infectivas creando solo ilusiones de que algún problema se resolvió. Cabe aclarar que la verdadera emoción va unida a la creencia, es aprendida como verdadera a una situación y por lo tanto es padecida y no controlada. Lo que quiere decir con esto Sartre es que una emoción real y no una parodia de esta, no puede ser controlada, sobrepasa a la conciencia en este tipo de situaciones. Por último se indica al respecto que hay una confrontación entre el psicólogo positivista y el fenomenológico ya que el primero ve a las emociones y demás factores humanos como simples hechos del universo por lo tanto carentes de significado con respecto a la ciencia objetiva psicológica; es decir no hace falta considerar el sentimiento de un hombre respecto a esa situación basta

con modificar las causas y consecuencias para romper el ciclo que se requiere para solucionar un problema, pero en la fenomenología todo acto humano es significativo y esto quiere decir al final que la emoción por ejemplo no solo es un hecho aislado sino un signo de algo más es decir una esencia humana o una realidad vivida por el sujeto que lo ha llevado a manifestar cierta emoción en respuesta.

1.1.2. Psicología

Viktor Frankl fue un psiquiatra que durante la Segunda Guerra Mundial sobrevivió a los campos de concentración de los Nazis. Esta experiencia sin duda alteró y dejó marcas en todas las personas relacionadas; en el caso de Frankl el resultado fue una nueva forma de ver al hombre y a la vida.

Como resultado de su experiencia fundó una escuela llamada logoterapia, donde logos se podría traducir como sentido, las características fundamentales de esta nueva práctica psicológica, que la diferenciaban de sus raíces en las escuelas psicoanalíticas de Freud y Adler son: en primer lugar que da énfasis al presente y el futuro en relación con los cometidos y metas que el hombre quiere alcanzar, es decir que pone como principal denominador de la condición humana al sentido de la vida de un individuo, en el momento presente y en la dirección que quiere tomar en un futuro, en lugar de las situaciones y vivencias del pasado, como lo hace Freud. Con relación a esto, menciona que los hombres son empujados por sus impulsos pero sólo el sentido de vida dota al hombre de un poder de decisión total capaz de sobrepasar estos impulsos. En segundo lugar se ve al hombre como responsable de su vida y sus decisiones por lo que, se debe hacer consciente de esto al individuo y se le debe dejar decidir ante qué, quiénes o qué principios se hará responsable, es decir dejarlo encontrar y experimentar su propio sentido de vida. Es por esto que en la relación logoterapéutica no hay lugar para juicios de valor (Frankl, 2009).

¿Qué es el sentido de la vida en sí? Frankl (2009) considera que es el máximo impulsor de las acciones y el deseo de vivir del hombre, como consecuencia de esto se observa que el hombre no vive provechosamente su vida si sólo sigue a los impulsos instintivos o a los condicionamientos sociales, sino que debe vivir por una razón. Esto lleva a otras características mencionadas por el autor, como son:

- Que el sentido de la vida es único y exclusivo para cada hombre, es decir no se puede esperar que todos los individuos encuentren el sentido de vida en el mismo lugar donde otros lo hacen.
- Qué este sentido no puede ser inventado e impuesto por los hombres sino que debe ser descubierto y esto solo se puede lograr en el mundo concreto.
- El sentido de la existencia no se puede descubrir en un plano meramente contemplativo, sino que debe estar guiado por acciones hacia una meta concreta del individuo.
- La autorrealización no es vista por Frankl como la máxima del hombre sino sólo como una consecuencia secundaria de la búsqueda de esa meta que es el sentido de la existencia de un hombre en particular.

Las tres formas como se puede descubrir este sentido son:

- Por medio de una acción
- Adoptando algún principio como el amor al prójimo
- Por el sufrimiento, tocando fondo como se dice vulgarmente y encontrando en ese punto un propósito por el que ese sufrimiento tiene sentido.

¿Por qué da esta importancia al sentido de vida? Aunque pueda sonar un tanto metafísico la asunción de que el hombre vive principalmente para encontrar y después experimentar este sentido, Frankl no lo dice al azar. Su experiencia durante la Segunda Guerra Mundial lo hizo consciente de varias verdades de la naturaleza humana que lo llevaron a formar esta idea. Al enfrentarse a la vida en los campos de concentración él vio surgir lo peor y lo mejor del hombre, vio cómo el entorno sumamente desfavorable de los prisioneros daba lugar a la pérdida de lo que en circunstancias normales se consideraría como regidor de la conducta, los impulsos se veían reducidos, la sexualidad era un tema nulo, las afecciones y sentimentalismos desaparecían no había lugar para pedir afecto o validación de los semejantes, ni para brindarla.

Las estructuras sociales convencionales no existían, lo único que se quería era sobrevivir a la situación, las leyes sociales ya no aplicaban en lo más mínimo, el hombre se vio reducido a un ser que solo luchaba por obtener alimento y vivir un día más. Ante todo ese sufrimiento y dolor solo había dos posturas generales, rendirse o seguir adelante. Las personas que se rendían se entregaban al suicidio, o viéndose presa de alguna enfermedad

no podían soportarla, siendo que las personas que todavía no se rendían podían seguir aun enfermas y en condiciones más graves; todo esto teniendo en cuenta que cualquier hombre podía morir en cualquier momento si así lo ordenaba algún soldado. Frankl opina que las personas que sobrevivieron por lo general tenían un propósito en su vida, un sentido en su existencia y por lo tanto un motivo para seguir.

De esto deduce que la búsqueda de placeres y evitar el dolor no son las máximas del hombre, sino que el tener un sentido de vida lo es, razón por la cual el hombre está dispuesto a sufrir con tal de que ese sufrimiento tenga un sentido. De que aquí se ve que las circunstancias son irrelevantes en la vida de un hombre lo que importa es la actitud con que las enfrente, actitud que proviene de su sentido particular de existencia o falta de este, ya que hay hombres que ante esa situación de prisión se dejaban morir, o como menciona Frankl, veía a sus compañeros actuar como bestias y a otros actuar como santos ante las puertas de la muerte. (Frankl, 2009).

Otro autor importante para este trabajo es Erich Fromm. Para este autor el ser humano tiene una naturaleza intrínseca a su ser y universal para toda la especie, Fromm reconoce al hombre como miembro de una especie por lo tanto atado a ciertas leyes naturales que conforman las leyes del carácter. Su teoría se basa en el psicoanálisis indicando que los impulsos inconscientes de los deseos básicos siempre serán una constante en la vida; sin embargo también se observa la relación con las leyes sociales de conducta, impuestas por la vida dentro de una cultura específica y el cómo el ser humano se ve afectado por estas fuerzas que actúan sobre él en distintos niveles y cómo lidia con ellas. De esta visión del hombre, la naturaleza, la sociedad y sus interacciones se desprenden sus ideas y teorías que dejan atrás al psicoanálisis clásico y a otras teorías que tratan de determinar al hombre, enfocándose únicamente en un ámbito. (Fromm, 1988).

Fromm (1988) habla de la condición humana en términos de conflicto: en primer lugar de la naturaleza contra la sociedad; es decir, en un principio cuando el hombre era todavía un animal, se encontraba por decirlo de alguna forma, en total armonía con la naturaleza y los demás seres vivos, no tenía preocupaciones respecto al sentido de la vida, el amor o ansiedad por el trabajo, ya que simplemente no eran parte de su mundo; sin embargo en algún punto de la historia el hombre presentó una chispa de inteligencia que no se había

visto en ninguna otra especie, esto rompió el vínculo con la naturaleza y el balance, obligando al hombre a vivir en sociedades y creando toda la cultura que conocemos hoy en día. En otras palabras el hombre es una especie de mezcla entre un animal, ser natural y algo más, una capa extra que algunos podrían llamar sobrenatural o divino, que pertenece al mundo del hombre donde se vive la música, el amor, la sed de conocimiento etcétera.

Fromm indica que esta separación de la naturaleza causa angustia en el hombre, una vez que sus instintos ya no son la guía máxima de su existencia y que se ve arrojado del equilibrio natural el hombre está por su cuenta preguntándose ¿Cuál es el motivo de su existencia, de su inteligencia? ¿Quién es realmente? ¿Dónde pertenece, si ya no es en el mundo natural? El hecho de ser conscientes a un nivel superior, genera un malestar en el hombre al enfrentarse con cuestiones como el conocimiento de su propia muerte. Esta angustia se ve representada en el mito de Adán y Eva, donde el hombre por probar la fruta del conocimiento es expulsado del paraíso y obligado a enfrentar la realidad del mundo por su cuenta.

De modo que de un lado existen los impulsos primarios de la especie humana aunque disminuidos y del otro al mundo que el hombre ha construido para sí mismo fuera de la naturaleza con todas sus leyes y beneficios. Es el psicoanálisis, quien se encarga de arrojar un poco de luz sobre cómo el hombre logra lidiar con estos impulsos y las reglas sociales al mismo tiempo; algunas veces de manera destructiva y algunas veces de manera favorable para el individuo, esto se observa en el escrito de Freud *El malestar en la cultura*, donde da cuenta de estas fuerzas actuando sobre el hombre e implica que estarán en un antagonismo perpetuo y que la única elección que tiene el hombre es entregarse al salvajismo o vivir reprimido por la cultura. Fromm, sin embargo, no se queda con esta explicación indica que este conflicto y la angustia emocional por la separación de la naturaleza son una característica humana presente en todos, que impulsa a buscar de nuevo ese tipo de balance en la existencia del individuo y quizás más importante que es posible hacerlo. Se indica así que no basta con saciar los impulsos básicos del hombre cumpliendo también las reglas de la sociedad. Para que el hombre pueda superar esta angustia, se debe encontrar de nuevo el equilibrio anhelado, por supuesto que un regreso al paraíso (una involución a la naturaleza primitiva) es imposible pero hay otras maneras.

Dado este contexto, para lograr dicho equilibrio se indica que en primer lugar el hombre debe abrazar su libertad; es decir, debe ser consciente de su posición en el mundo, tanto de su biología, como de su mente y su vida, en otras palabras aceptar su responsabilidad frente al hecho verse como ser consciente, elevado por encima de las demás especies. Se habla también de algunas necesidades básicas en el hombre que una vez cumplidas tenderán a hacer del hombre un individuo preparado para liberarse de la angustia del ser, estas son: la necesidad de relacionarse de manera auténtica y afectiva con otras personas; la necesidad de orientación, es decir el producir algo de su vida, servir a un propósito; la necesidad de arraigo o pertenencia, donde se retoma el motivo del paraíso natural, esta necesidad se suple con el sentido de pertenencia a una sociedad, un grupo, una familia; la necesidad de identidad, el hombre tiene que ser consciente de quién es como individuo y en qué posición se encuentra en el universo tanto interno como externo; por último la necesidad de trascendencia, es decir la necesidad de dejar una huella a través del uso de las energías humanas. Como muchos otros exponentes del humanismo Fromm considera que todo esto solo se puede lograr desde una posición activa; considerando que desde su postura el hombre está libre de la naturaleza para determinar su propio destino mediante sus propias acciones, nos indica que es mediante el trabajo, entendido en sentido amplio, como el hombre puede mediar entre él y la naturaleza, modificando así a través del trabajo su relación con esta y por lo tanto transformándose a sí mismo y liberándose de la angustia del ser. El trabajo aquí se debe entender entonces como el ejercicio de la libertad del hombre donde expresa todas las facultades (mencionadas anteriormente como necesidades) y por medio del cual hay una actividad susceptible al goce (Fromm, 1988).

Maslow es el siguiente autor cuya mención es relevante, ya que él propone una teoría de motivaciones humanas, siendo quizás la más reconocida de todas estas teorías y que servirá como un peldaño más hacia el entendimiento de la condición humana. Respecto al desarrollo de teorías que busquen descubrir los motores de la condición humana, se habla de puntos clave para que sean teorías adecuadas y que Maslow por supuesto incluye en la suya.

Dichos puntos se pueden resumir en lo siguiente: la totalidad del organismo humano debe ser la piedra fundamental de dicha teoría, las necesidades fisiológicas no deben ser el centro del modelo, ya que las motivaciones somáticas en los hombres son atípicas y no la

regla, la teoría debe enfocarse en metas últimas o básicas y no en metas superficiales; es decir: debe explorar al hombre en profundidad. En la cultura hay varios caminos a la misma meta, entonces la especificidad cultural de los deseos no debe ser fundamental en esta teoría, una vez más se apela a que las motivaciones tomadas en cuenta sean las básicas y no las diversificaciones culturales de estas. Maslow (1999) respalda lo anterior indicando que las necesidades expresadas por las personas denominadas como autorrealizadas (que han alcanzado una cúspide en la condición humana) eran similares independientemente de la sociedad donde crecieron, indicando una línea general de desarrollo humano.

Siguiendo con las particularidades de su teoría de motivación indica que toda conducta debe ser entendida como una forma de satisfacer una o más necesidades, ya que detrás de cada conducta por lo general hay más de una motivación; todos los estados organismicos han de ser entendidos como motivados y motivantes; las motivaciones del hombre ocupan una jerarquía en la cual la satisfacción o insatisfacción de una motivación afecta la necesidad de las demás, todo esto nos quiere dar a entender que las motivaciones en el hombre se dan en un sentido dinámico, influyendo unas a otras y no de una manera piramidal y estática.

Respecto a la dinámica de las necesidades resulta ilustrativo resaltar estos pensamientos expresados por Maslow (1943)

- Las necesidades que están satisfechas no importan más en la dinámica actual del individuo, por ejemplo en privación de todas sus necesidades el hombre principalmente tenderá a buscar satisfacer su necesidad de alimento y otras necesidades como la autoestima, o el cariño desaparecerán de su radar, todas las capacidades de este se enfocarán a gratificar esa necesidad de hambre.
- Punto importante respecto a la privación de necesidades es la capacidad que esto tiene de cambiar la filosofía o perspectiva del hombre en cuestión, el hombre hambriento por ejemplo tenderá a definir, anhelar y pensar que el paraíso es un lugar donde pueda comer mucho y que estando en un lugar así será completamente feliz.
- Estas necesidades pueden presentarse de ambas maneras: conscientes o inconscientes, aunque la mayoría del tiempo no sean vistas conscientemente por el

individuo, sino simplemente ejecutadas, es posible que mediante técnicas preparadas para esto o en individuos sofisticados, puedan surgir a la superficie y ser vistas con claridad por el individuo.

Las necesidades que generan una motivación en el hombre, son clasificadas generalmente por Maslow (1943) en los siguientes grupos:

- Las necesidades básicas, se podría decir que son las necesidades de comer, beber, tener sexo, instintos naturales y lo relacionado a la estimulación de los sentidos como evitar el dolor. Si al individuo le hace falta algún nutriente, este tenderá a desarrollar apetito o hambre por alimentos que suplan esta necesidad.

- Después se encuentran las necesidades denominadas de seguridad donde se encuentran las enfermedades o cualquier peligro percibido contra el cuerpo o la psique, la aparición de circunstancias totalmente nuevas o la pérdida de una rutina o estructura base de la vida se contempla también aquí; formulado de otra forma la necesidad de evitar estas situaciones, de alejarlas de nosotros en un nivel fisiológico o psicológico. En el caso de los niños ellos tienen a los padres como figura protectora ante las amenazas del ambiente por lo que un cambio que afecte a los padres o su capacidad para cuidar del niño, como muerte, distanciamiento o divorcio será percibido por el niño como una amenaza a su seguridad.

- Se habla más adelante de las necesidades afectivas o de amor, donde el individuo busca relaciones significativas con sus pares, busca un sentido de pertenencia al grupo y estas necesidades se dan tanto en el sentido de amar como en el de ser amado.

- El siguiente grupo de necesidades se denomina de estima, entre las que se encuentran el deseo de logros, de confianza ante el mundo, independencia, libertad, atención y apreciación de nuestro ser por nosotros mismos y los demás.

- Por último se encuentran las necesidades de autoactualización, se puede resumir en la frase lo que un hombre puede ser, debe ser, esta es la necesidad que impulsa al pintor a pintar, al deportista a correr, a cada hombre a ser una mejor versión de sí mismo cada día, es la necesidad de plenitud que refiere convertir en realidad todo lo que es una posibilidad en el individuo. Cuando una persona cubre todas estas necesidades se puede decir que es una persona autorrealizada.

Para que las últimas necesidades mencionadas se cumplan debe haber ciertas condiciones, si estas condiciones no están presentes o se ven amenazadas, puede considerarse amenazadas de igual manera todas las necesidades anteriores, algunas de estas condiciones son: la libertad para expresarse, la libertad para hacer lo que uno quiera (sin lastimar a nadie), libertad para ser uno mismo, libertad para aprender o crecer y un entorno de justicia y honestidad. Otro factor importante mencionado en su teoría y práctica terapéutica es que para poder ayudar a una persona a cubrir todas sus necesidades llegando a las de autorrealización o autoactualización, este individuo debe tener conciencia de su propia identidad, tanto biológica, enmarcado como miembro de una especie, como temperamental, punto relacionado con el psicoanálisis, (Maslow, 1999).

Dado todo este trasfondo se puede decir que para Maslow el hombre es un ser holístico pero que principalmente está motivado en sus acciones y propósitos por los grupos antes mencionados de necesidades, con dinámicas también bosquejadas anteriormente, que no deja de lado las teorías de la conducta como producto de estímulos exteriores ni de los impulsos e instintos interiores. Además nos indica que la máxima capacidad del hombre para satisfacer todas sus necesidades, es la de autorrealizarse es decir que todo su potencial de vida sea desarrollado y que este desarrollo sea constante y autoactualizante para el individuo, nos habla también de los requisitos de libertad en los que se dan estas situaciones y que si el hombre es consciente de estas necesidades es más fácil satisfacerlas.

Fritz Perls es el siguiente autor y pensador importante a mencionar. Médico psiquiatra, psicoanalista freudiano y gestaltista, usó los aprendizajes en estas áreas para desarrollar una teoría psicológica y método terapéutico, por lo que se deben mantener en mente estas áreas contextuales para entender mejor sus palabras, términos e ideas, que son plasmados principalmente a través del desarrollo de su escuela de terapia: la gestalt. Dicha escuela toma al hombre como un ser más allá de la mente y el cuerpo por separado.

Perls (2003) como otros autores, indica que la vida del hombre es regida no por la realidad en sí sino por la forma en la que el hombre percibe la realidad. En este caso el habla de los postulados de la escuela gestalt, donde se enseña que el hombre no percibe la realidad como unidades separadas de átomos o materia sino que percibe a estos y a todos los demás objetos como cosas en relación a otras y como totalidades significativas. La

naturaleza humana otorga la capacidad de organizar el mundo percibido en formas o totalidades. Estas formas son vivenciadas individualmente por cada quien, de acuerdo a diversos factores y solo así puede ser comprendida.

Complementando lo anterior se habla de la atención del hombre, del por qué no percibe todo en relación con todo. Esto es así porque el hombre, además de las limitaciones biológicas, presta atención a elementos particulares del sistema.

Estos elementos resaltan de los otros por una diversidad grande de factores que son englobados por el autor simplemente con el nombre de interés. A medida que el interés del hombre cambia percibe nuevas cosas y deja de lado otras y así el mundo las personas y él mismo, cambian cuando su visión del mundo cambia, cuando la dupla fondo-figura encuentra nuevos escenarios. Cuando no existe interés en algo es decir cuando un objeto en el ambiente no es resaltado por la percepción fondo-figura del mundo este objeto se presenta ante el individuo como un objeto sin relación a nada y por lo tanto carente de significado.

Homeostasis es otro término importante introducido en la terapia Gestalt y para comprender la naturaleza del hombre, el término es tomado de la biología y se puede definir sus significado como la búsqueda de balance en un organismo para asegurar su supervivencia, es decir su capacidad de autorregulación para quedar en términos que le permitan la vida, esto refiere por ejemplo a la autorregulación y búsqueda de balance de la temperatura corporal o del balance alimentario, de acuerdo a esto el balance o la homeostasis permite la vida y la pérdida de este equilibrio trae malestar, enfermedad y por último la muerte del organismo; esto se debe trasladar a terminos psicológicos, indicando que las reglas de equilibrio para el desarrollo y la vida se aplican de la misma manera a el cuerpo físico del organismo como a su desarrollo psíquico, si no hay equilibrio hay malestar o enfermedad; llevándonos a asumir a su vez que el fin último de cada organismo es la supervivencia y que los hombres como tal están dominados por esta necesidad (Perls, 2003).

La relación sobre esto va más allá del simple hecho de trasladar términos biológicos al ambiente psicológico, Perls (2003) indica que el dualismo manejado entre la mente y el cuerpo es un grave error si se quiere entender al hombre y ayudarlo, su filosofía es lo que él

llama la doctrina holística, esta doctrina ve al hombre no como un ente dividido entre el plano espiritual, psíquico, mental o sentimental y el plano físico, biológico, instintivo, el ver al hombre en este contexto holístico significa que no hay separación entre mente y cuerpo, entre el mundo de la fantasía donde habitan los sueños, los planes y las proyecciones intelectuales y el mundo físico en el que debemos alimentarnos, trabajar y ejecutar acciones; en cambio refiere que estos dos planos son uno mismo pero separados por diferentes nivel de energía es decir la actividad mental es solo actividad física que no es ejecutada con energía suficiente o es limitada por algo y por lo tanto no se expresa como acción real y la actividad física no es más que una fantasía, un pensamiento que teniendo altos niveles de energía se ve obligada a ejecutarse en el mundo material; se indica también que entre estos dos niveles de actividad está un intermedio que se identifica con la frase jugar a, donde la fantasía y la acción se mezclan (Perls, 2003).

Ahora bien sabiendo que el hombre es un ser holístico y que su vida transcurre en relación de la idea fondo-figura, y que busca la homeostasis para poder vivir, se puede hablar de hacia dónde van dirigidos sus esfuerzos para mantener este equilibrio y para evitar perderlo. En primer lugar se habla de que el instinto de supervivencia es el más apremiante y básico en el ser humano por lo tanto el vivir es la necesidad obligada en el hombre y los demás organismos, múltiples necesidades se desprenden de esta como la de respirar, comer, evitar heridas, mantener cierta temperatura, etcétera. Para atender todas las necesidades el hombre lo hace por turnos, una a la vez, la necesidad dominante del organismo se convierte, en términos gestalt, en la figura en primer plano y se establece así una jerarquía de necesidades que deben ser satisfechas y para esto el hombre requiere ser capaz de sentir lo que necesita y manejarse a sí mismo y al entorno en conjunción para resolver su necesidad, de esto se desprende que si el hombre es capaz darse cuenta de su situación presente y de mantener este tipo de relación con su entorno entonces podrá desarrollarse adecuadamente.

Si por alguna razón se ve privado de la capacidad de percibir sus necesidades, o de ejercer acciones para satisfacerlas entonces, el hombre entra en desequilibrio, se comportará acorde a esto, desorganizadamente, sin sentido y sin satisfacción en su vida.

Para discernir entre los dos grandes métodos de acción ante una necesidad (Perls, 2003) usa el término psicoanalítico catexis, refiriéndose a que los objetos en el mundo son revestidos por el hombre con fuerzas llamadas catexis positivas o negativas, un objeto que se reviste con una catexis positiva es algo que ayudara al ser humano a satisfacer una necesidad y por lo tanto busca el contacto, el encuentro y la integración de ese algo, un objeto con catexis negativa es algo que amenaza el equilibrio y por lo tanto el individuo busca su eliminación, su debilitación o escapar de él. Estas catexis se vivencian por medio de las emociones que indican cual es la catexis y con qué intensidad de energía se ha revestido un objeto. Entonces, el contacto y la huida son las dos grandes acciones que tiene el organismo para realizar de acuerdo a este contexto, Perls incluso habla de que el contacto y el retiro son parte del ritmo de la vida, como un ejemplo de esto se habla de los ciclos del sol y la luna, de día el hombre contacta con el mundo y de noche se retira de él, de acuerdo a esto y al igual que el día y la noche, el hombre maneja sus necesidades, resaltadas por la dinámica fondo-figura, de acuerdo a una de estas dos acciones y cuando estas son realizadas de manera correcta la necesidad se satisface, otra toma su lugar y el ciclo o gestalt se cierra y se inicia uno nuevo, cuando este ciclo es interrumpido de cualquier forma el individuo arrastrara necesidades insatisfechas e irá perdiendo la capacidad de identificar adecuadamente cuando debe contactar y cuando retirarse.

Ahora se examinará lo que Carl Rogers por medio de su experiencia clínica aporta sobre la complejidad humana y la teoría tratada en este trabajo, él nos indica que dentro del hombre hay fuerzas internas de mucha intensidad y que tienen un carácter constructivo, llega a esta conclusión indicando que durante muchos años se ha sabido en el área de la psicología, aun cuando no era establecido como tal, que procesos como la catarsis y la liberación emocional eran de ayuda para el hombre que padecía problemas psíquicos, con Freud se aclaró que el insight cuando es aceptado y asimilado por el cliente que antes vivía angustiado, llega a tener un efecto terapéutico en él. Entendiendo esto Rogers indica que esas fuerzas dentro del hombre que tienden hacia lo que él llama auto-actualización, son la causa única de que todos estos métodos y herramientas en terapia funcionen; siendo el individuo empujado por estas fuerzas a explorar sus actitudes y relación con la realidad, de manera natural haciéndolo capaz de reconocer sus potencialidades y guiándolo a una manera más madura y responsable en todas sus relación con sus iguales y con el mundo.

Sin embargo estas fuerzas mencionadas, no se pueden desarrollar si no existe una atmósfera adecuada para que esto se logre, la atmósfera adecuada es, según esta teoría, la que pueda proveer a estos impulsos constructivos del hombre con la mayor libertad para desarrollarse, apoyándose, siempre en ellos, ya que Rogers indica de su experiencia clínica que las fuerzas del individuo son confiables, en tanto que tomarán rumbo al bienestar de este y que mientras más se confié en ellas y se dejen expresar libremente, más intensamente se observa esta tendencia hacia la auto-actualización. (Rogers, 1946).

En la terapia de Rogers (1946) llamada terapia centrada en el cliente, esto se manifiesta dejando de lado el antiguo modelo en el que el psicólogo indicaba cuáles son las pautas buenas a seguir y cuáles las malas que debían eliminar, que tomaba una actitud de padre esperando que el cliente como su hijo tomará las mejores decisiones y aprendiera de la vida, pero siempre permeado por lo que él consideraba correcto. En la terapia centrada en el cliente el énfasis se pone totalmente en estas fuerzas del hombre que tienden a su bienestar, de manera que el cliente guíe el proceso, llevándolo de temas superficiales a cuestiones cada vez más profundas; que el cliente sea capaz de regular el avance protegiéndose así mismo cuando algún tema le resulte doloroso y no esté listo al hablar de ello, que al final el cliente sea capaz de destapar todos los elementos relacionados en su problemática y que esto le permitan reestructurar su vida de una manera más favorable para él.

Otro postulado que expresa Rogers (1946) es que la conducta de los individuos no está influenciada directamente por los factores orgánicos o culturales, sino principalmente (menciona que quizás solamente) por la percepción que el individuo tiene de estos elementos. Aunque se admite que esta percepción individual del mundo esta influencia por la cultura, la sociedad y la familia en la que se desarrolla la persona, aclara que el objeto de estudio de la psicología no debería ser ninguno de estos factores, ni la conducta, sino el mundo como es visto por la persona, es decir el énfasis de la psicología teórica y aplicada debería estar, en la percepción individual y única del mundo por parte de las personas y cómo esto afecta su conducta y emociones. Para que la reorganización de esta percepción individual de la persona se cumpla debe de haber un equilibrio entre las percepciones de este y la estructura que tiene en su interior, normalmente cuando las percepciones no concuerdan con la estructura que el individuo tiene, no son tomadas en cuenta o encuentran varias dificultades para integrarse a la estructura del individuo; sin embargo si esta

estructura esta forma de ver la vida de la persona se encuentra en un ambiente donde no experimenta ningún tipo de amenaza entonces la estructura no ofrece barreras y las percepciones nuevas pueden ser comprendidas en su totalidad por el individuo, dando paso así a una reorganización en su manera de verse a sí misma, sus problemas y sus relaciones con el mundo y con los demás individuos.

La atmósfera libre de amenazas.

En relación con lo anterior el autor indica que las experiencias o entorno en el que un individuo puede expresar con libertad las fuerzas de crecimiento personal cumplen con lo siguiente:

- Obedecen al principio de que el individuo es responsable de sí mismo
- El individuo tiene un espacio libre de prejuicios en los que puede expresar con libertad sus actitudes y emociones no importa si son contradictorias, absurdas o convencionales.
- Complementando lo anterior, sugiere que los límites o reglas impuestas al individuo son solo en lo que respecta a los comportamientos no en actitudes y emociones.

1.2. Integración reflexiva

Cada uno de estos autores aporta algo único a la teoría, ya sea un concepto o su particular punto de vista sobre un concepto manejado también por los otros, a continuación se presenta un condensado de las principales ideas que los autores manejan y que le dan esencia a la teoría humanista existencial, conceptos clave para entender al ser humano.

En primer lugar se observa que Sartre (1984) y Fromm (1988) manejan el concepto del hombre solo en el mundo sin una guía natural o divina que lo lleve a lo largo de su existencia, en cambio indican que el hombre es responsable de sí mismo, de decidir el rumbo y sentido de su vida, de consagrarse a un propósito y de colaborar con sus semejantes a la creación de lo que el ser humano debería ser. Se destaca aquí que el hombre se encuentra en esta situación donde su vida y destino está únicamente en sus manos a través de las decisiones que él toma, pero que muchas veces él no es consciente de esto o no piensa de esta manera y esto a menudo no resulta en lo mejor para él, así que el hombre

tanto a nivel individual como a nivel social debe hacerse consciente de su realidad y aceptar la responsabilidad, debe conocerse a sí mismo en varios sentidos, ese es el primer paso para lidiar con la carga de dirigir su propia vida y abrazar su libertad. Conocerse a sí mismo implica aceptar los impulsos de herencia biológica, es decir reconocer las necesidades y motivaciones inherentes a la especie, para poder controlarlas y no al revés, Frankl (2009) indica que al tener una meta clara en la vida se adquiere la capacidad de superar estos impulsos, eleva al hombre más allá del dolor y la búsqueda por el placer, es decir más allá de su naturaleza biológica, esto se relaciona con el concepto de Maslow (1943) acerca de las dinámicas de las necesidad, si estamos en busca de algo más grande que las necesidades biológicas estas son inconsecuentes en el actuar y pensar del hombre.

Así que en primer lugar se puede decir que una pieza clave en el rompecabezas del hombre es que debe hacerse responsable de su propio destino sin delegar responsabilidades y para esto es necesario que se haga consciente de su realidad o vivirá en un sin sentido, guiado erróneamente por otros factores que le generan malestar.

En segundo lugar se debe indicar que aun conociendo su situación en el mundo el descubrimiento de su total libertad y responsabilidad a menudo genera en el hombre sentimientos no del todo agradables, como el desamparo y la angustia ante su existencia que parece no tener sentido y ante todas las preguntas sobre él y el mundo que parecen no tener respuesta (Sartre, 1984; Fromm, 1988).

Respecto a esto y como tercer punto varios autores como son Fromm (1988), Sartre (1984) y Rogers (1946) hacen referencia a que la interacción con el mundo es lo que brinda al hombre su verdadera libertad y como la responsabilidad sólo puede ser tomada mediante esta forma activa y no desde la contemplación únicamente, entendiéndose así que el mero conocimiento de su condición y la falta de acción es lo que lleva al hombre a experimentar angustia y desamparo, resolviendo esto cuando decide un camino para sí y toma acciones que impactaran en su vida y en su sociedad con este conocimiento en mente, de esta manera su responsabilidad guiará al hombre naturalmente hacia un estado de libertad y bienestar, que Frankl (2009) reconoce como resultado de tener un sentido de vida y otros autores como una tendencia innata en el hombre hacia la autoactualización o autorrealización.

Los autores también advierten que cuando el hombre no puede interactuar verdaderamente con el mundo, cuando su libertad se ve limitada o amenazada por factores físicos o psicológicos, cuando no tiene un sentido de vida claro o este le es impuesto a la fuerza, tenderá a desarrollar patrones emociones y sentimientos que en un nivel superficial le ayudan a lidiar con esta problemática pero que a la larga y realmente no le pueden ofrecer una vida plena, es decir ejercer nuestra libertad para crecer. Siendo esto un cuarto punto importante en el que son congruentes estas grandes mentes: el hombre necesita de un ambiente adecuado para poder desarrollar sus potencialidades al máximo lo que indica a su vez que si existe algún malestar en el hombre o no ha podido desarrollarse adecuadamente probablemente se deba a que se ha pasado por alto o se le ha negado alguno de los puntos anteriores.

Estas acciones de las que se habla anteriormente son desglosadas por Maslow (1943) y Fromm (1988) encontrándose que algunos de los factores que guían al individuo hacia ese punto de bienestar serían: Relaciones afectivas auténticas con otros individuos, sentirse parte de algo, tener un lugar o un grupo de personas en el cual el individuo se sienta pertenecer, ser productivo, que la existencia humana transforme al mundo de alguna manera por mínima que sea, aportar algo, ser reconocidos, poder ser ellos mismos en total libertad, y por último no conformarse con lo que son y tomar acción para ser una mejor versión de ellos que el día anterior.

Sartre (1984) agrega que estas acciones se deben efectuar sin esperanza, refiriéndose a hacer todo lo posible por ti en el tiempo que se tiene en este mundo y no angustiarse con que pasara después, si servirán de algo las acciones o si realmente importara en un futuro la causa por la que se lucha, ya que como Frankl (2009) indica, es en el presente y en el futuro en donde el hombre desarrolla su vida y toma una dirección, no en el pasado. Lo que podría tomarse como el quinto punto importante, el énfasis de la vida no se debe dar en el pasado si no principalmente en el presente, con miras al futuro.

Otro elemento importante indica que si bien el hombre vive en un mundo de hechos factibles, a menudo o únicamente la vida de este transcurre con referente a lo que de este mundo percibe y no a los hechos como tal, se habla de un mundo de percepciones subjetivas e intersubjetivas, en donde las ideas de la realidad que se encuentran arraigadas

en la gente son las que se deben trabajar para influenciar sus emociones y perspectivas en lugar de la realidad misma ya que está tanto a nivel social como biológico no es experimentada por el hombre en su forma pura sino a través de sus percepciones únicas, es por esto que el sentido de vida de los seres humanos es propio y único para cada individuo y debe ser descubierto por el mismo. (Sartre, 1984; Frankl, 2009; Rogers, 1946).

Desde la postura trabajada aquí, entonces ya se ha sentado un esbozo de lo que es el hombre, cuál es su naturaleza, que lo beneficia y que lo perjudica. Se tocaron los temas de la sociedad y la importancia del otro en la formación del ser humano, el siguiente capítulo pretende explorar más a fondo esos temas, averiguar por qué todos los autores y pensadores presentados en este primer capítulo de una u otra forma hacen referencia y consideran muy importante la interacción e influencia de las personas en la vida de las personas, ya sea en la formación de su ser y esencia, en la necesidad de comunidad y pertenencia, en el trabajo en equipo para superar las dificultades del entorno o en el establecimiento de relaciones afectivas saludables como un camino a la autorrealización. Todos estos autores como en los puntos anteriores no tratan temas semejantes por mera coincidencia, así que para entender al hombre y su búsqueda de autoconocimiento y realización se debe conocer mínimamente una parte del gran espectro de las relaciones humanas.

2. REALIDAD ACTUAL DEL HOMBRE EN SOCIEDAD, VISTA DESDE LA POSTURA EXISTENCIAL HUMANISTA.

Se han expuesto anteriormente las características principales del hombre de acuerdo a distintos pensadores. Una de ellas es la constitución del individuo de manera holística. De acuerdo con esto, el hombre, en tanto ser social, está influenciado por su sociedad y a su vez la sociedad formada por hombres se ve influenciada por éstos; sin embargo se puede decir que la sociedad tiene una mayor influencia en el hombre que nace en ella que al revés.

Fromm (1977) explica esto indicando que debido a las necesidades primarias del hombre, las que se engloban o se pueden reducir a la obligación del organismo por buscar su supervivencia como indica Perls (2003) lo impulsa a buscar un medio de satisfacerlas; es decir de modificar el mundo, de trabajar en todo sentido. Si no quiere morir, entonces debe adaptarse al mundo al que llega. Tomando en cuenta lo anterior, cuando un individuo nace en cierta sociedad, los medios de trabajo ya están predefinidos, el hombre se ve obligado a adaptarse a uno de estos roles para poder sobrevivir.

Las necesidades más elevadas están así, sujetas a las formas preconcebidas permitidas por el tipo de trabajo y sus requerimientos presentes en una sociedad. Si un hombre quiere vivir, debe aceptar las condiciones de su sociedad, escapar o buscar alguna solución nueva.

Si se quiere entender al hombre y sus problemáticas no se pueden hacer sólo observando su vida en un plano cerrado, sino observando la sociedad a la que pertenece. ¿Cuál es el medio que esta sociedad le proporciona para sobrevivir? ¿Cómo estructura sus tiempos, sus relaciones, su vida? ¿Qué tan capaz es su sociedad de satisfacer no sólo las necesidades básicas del hombre, si no todas sus necesidades y sus múltiples medios de expresión? ¿Qué tantas alternativas propone para ello? ¿Cómo trata a los que buscan alternativas? ¿Es la sociedad consciente de su situación respecto a estas preguntas?

Al final de un análisis de estas cuestiones y otras más se podrá ver si esta sociedad es buena o mala para el hombre que crece en ella o como mínimo, como aquí se pretende, señalar algunos factores que apuntan en una u otra dirección.

2.1 Ámbitos de Interacción Social

2.1.1 La libertad

Uno de los temas más interesantes, a lo largo de toda la historia de la humanidad, es el de la libertad, presente en un sinnúmero de proclamas, himnos, leyes y manifestaciones de todo tipo como una de las cúspides de la experiencia humana. Actualmente todos los que sean capaces de participar del lenguaje humano, conocen el término, pero al igual que la palabra amor, se usa ya sin discriminación alguna y sin pensar realmente en su significado. ¿Los hombres tienen libertad para obrar? Es algo que ha sido debatido desde el uso de la razón, viéndose esto en las oposiciones del determinismo contra voluntarismo, el destino frente a la libertad, los humanistas del renacimiento en contraste con el contrarrenacimiento y los políticos maquiavélicos, etcétera. (Floyd 1984)

Desde una perspectiva humanista, como es expuesto en el primer capítulo, este debate no será punto de atención, la libertad de la humanidad no está en duda, se trata de explorar más bien ¿Que es la libertad? ¿Está presente en nuestra sociedad? y ¿Qué factor juega en el desarrollo positivo del individuo?

2.1.1.1 Libertad de elección o decisión

Fromm (1977), hablando del mito bíblico de Adán y Eva, indica que la humanidad inició, separándose de los demás animales con un acto de elección. Tomando esta frase se puede ver que desde el principio, el hombre se ve obligado a usar todas sus capacidades para elegir, haciendo referencia al nacimiento del individuo o de la civilización. Los animales tienen necesidades básicas, pero a la interrogante de cómo satisfacerlas, los instintos responden inmediatamente. En el hombre la necesidad existe también y ciertamente algunos instintos básicos, pero estos no predominan, por lo que ante la insistencia de las necesidades la respuesta del hombre está abierta. Debe valerse de todos los medios que posea para crear una respuesta satisfactoria a su necesidad. La creación de herramientas es un ejemplo de entre muchos más y más complejos.

Cuando se le cuestiona al hombre común sobre la libertad, hablará de la libertad de expresión u opinión, de la libertad religiosa, de la libertad para elegir a su gobernante, votar; es decir, de la democracia moderna, hablará de la libertad de seguir la vocación que

quiera, de ir a donde quiera e incluso llegará a decir que no existe, pero sobre todo hablará de su libertad para tomar decisiones propias, de su libre albedrío. Si se observan bien estas comunes denominaciones de libertad, se puede ver que en primer lugar, muchas son las libertades que son anunciadas por los gobiernos como grandes logros de estos mismos; en segundo lugar resalta que muchas de estas se pueden agrupar en la libertad de elección, la libertad religiosa, la democracia, el elegir una vocación, un lugar al que ir, etcétera, no son más que diferentes manifestaciones de la libertad de elección.

En primer lugar se puede decir que como a toda acción corresponde una reacción, así a toda decisión corresponde una serie de causas antecedentes, por lo que el hombre no es realmente libre, ya que elegirá A o B con base en las causas que lo impulsan a una u otra opción es decir existen móviles detrás de su decisión que no la hacen suya del todo, este es el postulado de las personas que mantienen una idea determinista del hombre y este postulado (visto como falso en el contexto de este trabajo), en contraste es visto como algo certero, como en el caso del psicoanálisis, el conductismo y diversas profesiones que se dedican a manipular estas causas previas a la elección lo comprueban, es así tomado muy en cuenta por grupos o instituciones modernas que buscan control sobre las decisiones de las personas. Al aumentar esta presión de las causas, la elección se le roba al individuo.

En segundo lugar el problema de la libertad de elección es que aun cuando se dé total libertad en la decisión de un individuo respecto de A y B, sin intervención e influencia de ninguna clase, es aún muy fácil el quitar la libertad real a la persona y dejarla simplemente con una ilusión de elección, en este caso basta con explicar que los objetos A y B a elegir fueron seleccionados por alguien externo sin tomar en absoluto en cuenta lo que la persona a la que se le presenta la elección piense, sienta, necesite o quiera, negándole una decisión real y objetiva. Bastaría también que esa persona presente las opciones de A1, A2 y A3 o las cantidades que quiera y el individuo pensará que hay una gran variedad de elección cuando en realidad no tiene ninguna libertad para elegir algo que no sea A. Esta estrategia se puede ver fuertemente en la sociedad actual. No hace falta más que ir a un supermercado e interesarse realmente por la procedencia y estructura de los alimentos y productos, para ver que lo que aparentemente son miles de opciones con diferentes colores, uno para cada persona en su individualidad, no es más que un puñado de elecciones preestablecidas, por sujetos ajenos al comprador, que en el mejor de los casos consultaron tendencias de vez en

cuando para ajustar las opciones que dan; al mirar la programación de la televisión o sitios de entretenimiento, ocurre lo mismo, no creo que sea necesario ahondar en el ámbito político, para hacer ver que la democracia y la libertad de votar tienen fallas incluso más graves y posibilidades más reducidas que los supermercados.

Aunque la libertad de elección parezca como una gran joya de la sociedad y una razón por la que sus individuos deberían estar eternamente agradecidos si se observa con detenimiento se puede llegar a entender la poca libertad que en realidad se tiene, debido a los esfuerzos conscientes e inconscientes de la estructura socio-económica actual. Una verdadera libertad de elección no sólo debería capacitar al individuo para elegir lo que quiera de la mesa. Le debe dar libertad para modificar el cuadro de elecciones presentes, de decidir qué es lo que estará en la mesa, cómo debe de estar y siquiera si se debe usar una mesa para presentar las opciones. Fromm (1970) habla que sus teorías como las de Freud y Marx, convergen en la realización de que la conciencia y pensamientos, a los que el hombre está sometido la mayoría del tiempo, son conciencias falsas, es decir son ideologías ajenas, racionalizaciones y excusas. La verdadera conciencia se mantiene oculta, impidiendo así al hombre descubrir sus verdaderas necesidades humanas. Sólo se puede ver esto cuando se entra en contacto consigo mismo y con las condiciones reales del mundo, dejando el aparato ideológico ajeno, dando así libertad.

Como tercer punto Fromm (1982) señala, que el concepto actual, donde la libertad sólo existe en un papel de alguna nación y cuando se nace en ésta, entonces se tiene lo que el papel estipule por libertad, es una presunción, el afirmar que todos sus miembros son libres de elegir por este hecho en papel. No va de acuerdo a la realidad, ya que como indica un hombre que ha vivido siempre privado de sus satisfacciones, de amor, de cultura, que se ha visto explotado y maltratado, que se ha abandonado a sí mismo y que le han sido negadas las circunstancias para cambiar su situación, aun cuando tenga recursos materiales suficientes y nada le prohíbe ir a esta u a otra iglesia, nadie le prohíbe ver esto o aquello en la tele ¿es todavía libre de elegir? No, claramente no, la libertad de elección por más trivial que sea sólo se puede ejecutar desde la humanidad del individuo, con conocimiento pleno de las circunstancias rodeando a la elección, un individuo que no vive su vida por el mismo, fácilmente le dejara su libertad de elección a quien sea o lo que sea. Perls (2003) sumaría esto al decir que el hombre que pierde el sentido y no sabe cuándo actuar o cuando no, ni

por qué actúa, aunque evidentemente realice acción, su desconocimiento de estas con respecto de su ser lo hacen perder su libertad de elección. Por todo esto se puede decir que la libertad de elección será simplemente una ilusión, sino se cuenta con pleno conocimiento de la elección, metas y sus circunstancias.

Para Fromm (1982) este conocimiento al elegir estaba constituido por:

1. Conocimiento del bien y del mal en términos humanistas-existenciales. Se aclara aquí en términos humanistas, ya que el conocimiento en abstracto, ya que si lo tomamos como el concepto que se concibe desde la autoridad, significa poco, es conocimiento enajenado. Esto anularía la opinión propia real.

2. Conocimiento de los medios adecuados, acordes a una finalidad deseada. Fromm (1960) presenta una explicación a esto, entendiendo la idea maquiavélica de que el fin justifica los medios. Ésta es una frase utilizada con gran presencia en la actualidad, que en realidad no es más que una justificación para ejercer la actividad de medios de dudosa calidad moral, con la excusa de que el fin es noble, cuando en realidad la finalidad no puede ser separada de sus medios. Si se tiene por fin el amor entre individuos no se puede llegar a este fin por medio de la amenaza, la violencia física, manipulación y demás. Se puede llegar solamente practicando el amor y enseñando a otros individuos que esto es posible. De la misma manera no se puede llegar a un fin ambientalista por medio de los mismos métodos empleados por cualquier otra industria a la que no le importa el planeta. En ese caso los medios matan el fin, revelando este sólo como una excusa ideológica con la que en realidad no hubo compromiso. Los medios y los fines no se pueden separar porque son una y la misma cosa.

3. Conocimiento de lo que hay detrás del deseo manifiesto; es decir, no sólo saber qué es lo que se quiere con lograr con la elección, sino porqué se quiere. Se deben conocer las fuerzas externas e internas que actúan en la situación. De no hacerlo así, únicamente tendrá ilusión de libertad por tener conciencia de los deseos pero no tener conciencia de los motivos de los deseos (Fromm 1982).

4. Conocimiento de todas las posibilidades reales entre las que se puede elegir. Este aspecto que no se cuenta como tal en el texto fuente, pero es de suma importancia considerar el conocimiento de todas las posibilidades reales de acuerdo

a la elección, lo cual incluye también el momento de cuándo elegir. Pongamos el ejemplo de un alcohólico en rehabilitación que es invitado a una fiesta en la que habrá bebidas, él acepta ir a la reunión pero no piensa tomar. La fiesta es muy divertida y poco a poco sus amigos comienzan a hacer presión, una chica guapa es el final, lo anima a tomar, constantemente y él al final acepta. La decisión no fue tomada cuando la chica lo trataba de convencer, la decisión fue tomada cuando aceptó ir a la fiesta. Este es un ejemplo sencillo de la importancia de saber cuándo es el tiempo de tomar decisiones. Ligando esto a la discusión anterior sobre los medios y los fines, si una situación donde para lograr un fin justo forzosamente se tuvieran que elegir medios nocivos, entonces, la libertad no existe, y es muy probable que como individuo o sociedad el momento real de elección haya pasado antes de llegar a esa encrucijada.

5. Conocimiento de las consecuencias, el cual se entiende como el discernimiento de que el conocimiento es ineficaz si no se acompaña de voluntad y tiene sus límites.

Además, Fromm (1982) todavía indica que la libertad de elección ejercida en cosas triviales como en: qué zapatos usar, qué película ver, comer torta o tacos, en realidad no cuenta como tal, indica que esas no son verdaderas elecciones no porque no entren dentro de esta categoría, en el vocabulario normal, sino porque son pequeñeces en realidad, cosas sin importancia y sin consecuencias de peso, en cambio habla de que la verdadera libertad de elección no es entre posibilidades igualmente buenas o mundanas, sino entre lo mejor para el individuo, lo que potencia su humanidad y en contraste lo peor para él, lo que sesga sus posibilidades.

La libertad de elección real se ejerce cuando el hombre se enfrenta ante la elección del amor versus el odio, del crecimiento contra la dependencia. Concluye al respecto que la libertad no es más que la capacidad de escuchar y seguir la voz de la razón propia, en contra de las voces irracionales del exterior. La única libertad de elección real existe cuando se tiene la capacidad para ver lo que es mejor para el crecimiento de nuestra vida y se tiene también la estructura de carácter para vivir en sintonía con esto. Así pues, la

libertad sería la acción ejercida como acto de liberación y crecimiento, mediante el proceso de elegir.

Fromm (1982), indica que la libertad no es un tema que pueda trabajarse o existir en abstracto, meramente en el plano de las ideas; no es algo que se tiene o no se tiene en términos teóricos. La libertad debe ser ejercida por medio de acciones concretas. Las elecciones que tomemos con libertad a nivel de intención, pero que en realidad no ejecutamos, no son nada. Si decimos que elegimos la vida, elegimos tener salud, hacer esto o lo otro, pero siempre hay razones para no practicar las elecciones que se han dicho fueron tomadas, todo es sólo una mentira para encubrir la elección contraria a la vida. La libertad se ejerce y surge de una elección de la vida que se concreta en una acción de la persona y como ser humano estará supeditado a elegir, una y otra vez día tras día. Así la libertad será una característica del hombre que trabaja constantemente para hacer crecer su ser, transformando su capacidad de elegir de acuerdo a sus actos diarios. La libertad no puede ser dada, sin trabajo y sin esfuerzo, tampoco puede encontrarse en el hombre que se ve imposibilitado en sus posibilidades humanas.

Ligando esto con lo aprendido en el capítulo primero, se establece que la libertad es la capacidad y actitud del hombre, que le permite alcanzar sus potencialidades máximas y como toda actividad humana el ejercicio de esta la reforzará, constantemente.

2.1.1.2. Responsabilidad

El hombre es libre de lo contrario no podría considerarse responsable de sus actos. En la actualidad, responsabilidad es un término que se usa la mayor parte del tiempo para asignar culpas y denotar culpabilidad en alguien, no importando si el individuo es acusado por otros o por su propia conciencia, siempre lo que sigue es una especie de castigo, por lo que ser responsable de algo puede llegar a ser equivalente a ser castigado por tal acción y es aquí donde la frase deslindar responsabilidades se articula. Siendo la responsabilidad un concepto ligado a la libertad, bajo esta lógica que equipara a la responsabilidad con la culpa y el castigo, la libertad pasa a ser en ocasiones el pretexto para considerar al hombre *responsable* de sus actos y por lo tanto sujeto a castigo. En otros casos, casualmente cuando el individuo tiene poder y dinero, la responsabilidad no recae sobre él, porque es

únicamente víctima de circunstancias atenuantes o grandes poderes fuera de él, pero ése es otro tema.

Otro concepto de responsabilidad sin embargo, enmarcado en el humanismo, no tiene que ver ni con culpa, pecado o castigo. En este sentido, la responsabilidad implica conocimiento de las acciones, mismo que resulta necesario para ejercer la libertad y sus consecuencias. La responsabilidad así es el hacerse cargo de la propia vida, el superar los miedos y abrazar la libertad real. Será entonces una actitud que emana de uno mismo y no una imposición de culpas y penitencias relativas a leyes externas (Fromm 1982; Llano 1995).

Al respecto, Perls (citado en Lafarga y Gómez, 1994) indica que una de las metas en su terapia¹, es el crecimiento de este sentido de la responsabilidad, como medio liberador del hombre. Desde su enfoque, la responsabilidad debe ser meramente individual, negando cualquier obligación hacia otras personas; es decir, negando una vez más la responsabilidad como culpa o atadura, sin otra cosa se es responsable de uno mismo. Esto último podría sonar egoísta y poco solidario, pero debe entenderse que no se puede desear bien a las otras personas, desde un organismo, que psicológicamente se lo impide a sí mismo. En este caso no se hace una referencia a la total ausencia de obligaciones y empatía para el prójimo; al contrario, el rol de la responsabilidad personal es facilitar un crecimiento en la persona, a partir del cual surgirá la comprensión de sus acciones y sus consecuencias reales para él y los otros, siendo ese el punto donde surge la responsabilidad para con otros, con base en el individuo.

2.1.1.3 Cuando elijo, elijo por el otro

Partiendo de este punto, sobre la responsabilidad que se tiene en un primer lugar con uno mismo, desbordándose después hacia los demás individuos, el concepto de la filosofía existencial² *cuando elijo, elijo por el otro* viene a la mente. Fromm (1960) señala con respecto al entendimiento, popular y psicológico de esta afirmación que desde la perspectiva religiosa este principio es expresado al decir que el hombre ha sido creado a imagen de Dios y que por ello, cualquier violación del hombre es un pecado contra Dios.

¹ La psicoterapia Gestalt.

² Postulada principalmente por Jean Paul Sartre. *Cfr. El Existencialismo es un Humanismo*

En el lenguaje común se expresa esto con la bien conocida frase de *no hagas a otros lo que no quieras que te hagan a ti* y es igualmente justificado afirmar que todo lo que hagas a otros lo haces también a ti mismo.

Desde la perspectiva psicológica esto lo explica diciendo que el violar las fuerzas de la vida, en cualquier humano, tiene necesariamente repercusiones en nosotros mismos. Nuestro propio conocimiento, fuerza y felicidad se basan en el respeto por esas potencias y nadie puede violarlas en otros y permanecer intacto. El respeto por la vida de otros y el respeto por la vida en uno, no vienen de fuentes diferentes y mucho menos son opuestas, por lo que el respeto y el amor a los demás son una expresión del amor propio. El caso antagónico también es cierto, la visión del ser humano como algo para ser utilizado, maltratado, dañado y odiado, no es un hecho aislado sino que refleja una actitud negativa ante la vida y por lo tanto un odio y deseo de destrucción propio. En palabras simples, el punto de vista que alguien tenga de la naturaleza humana, determina su relación con los demás y consigo mismo (Rogers citado en Lafarga y Gómez 1994).

Es innegable que el hombre está conectado con sus semejantes en muchos niveles y no hay manera de negar el compromiso resultante de que la presencia de un individuo ante otros, los afecta tanto, como la de éstos lo altera a él y debido a la unión creada por compartir la condición humana, lo que un individuo es y lo que ser humano significa, se conoce y se construye sólo por medio de la experiencia de lo que somos (Bolívar 2006; Floyd 1984).

La última referencia sobre este punto, es la frase moderna *mi libertad acaba, donde empieza la libertad de los demás*, no sólo tiene graves problemas con respecto a las líneas donde está la libertad propia y la del otro, cómo determinarla y demás, sino que el problema fundamental, es que pone en conflicto la libertad propia y la de los demás, de manera que si quiero más libertad debo atacar o aprovecharme de los demás. Viendo esto la frase se ajusta a los tiempos modernos competitivos, buscando provecho propio y en caso de malas situaciones, es mejor cargarlas sobre los demás.

Este hecho de que la libertad de los demás sea una especie de barrera para la propia, lleva a ese tipo de malas prácticas y desde la perspectiva humanista, donde se postula que se elige para sí mismo y se elige también para los otros, las dos libertades no están en

conflicto. Una no es barrera para la otra. La libertad de los otros no debería ser un límite, la libertad de los otros debería ser una misión, un objetivo de todo hombre realmente libre (Llano 1995).

De todo esto se retoma la importancia que tiene el poner atención al uso de términos como libertad, que se ponen como *condimento* sobre cualquier platillo o discurso político y social. Si no vemos más allá de esto, es fácil caer en ilusiones y perder la verdadera libertad.

Fromm (1977) hablando sobre las victorias de la sociedad moderna, enuncia que se liberó al hombre de un régimen social fijo, otorgándole parcialmente (y principalmente hablando de la clase media), la libertad y responsabilidad de su éxito y vida, aunque en sentido limitado, ya que ha hecho falta indicar que la libertad habrá de ser homogénea e igualitaria.

2.1.2 Relaciones afectivas

Otro punto importante a observar, es el cómo las personas interactúan unas con otras. Las sociedades, no se componen de individuos aislados interactuando con una gran masa, unos ajenos a otros. Cuando se habla de individuos se habrá de referir a aquellos que están insertos en un contexto social, temporal y espacial específico y cuando se habla de sociedad se habla de un conjunto de grupos de individuos y sus respectivas vidas.

Las relaciones afectivas, no pueden dejarse de lado si se quiere hablar de cualquiera de estos dos temas. Es sin duda alguna una clave en la constitución del ser humano.

De tal manera, el entender cómo se dan las relaciones entre personas, revelará cuestiones importantes sobre la constitución psicológica de estos. Es imposible negar en esta época que el hombre necesita de otros hombres para su desarrollo, aun cuando puede vivir en relativa soledad (después de ser criado, concebido, cuidado, educado, etcétera por alguien más) siempre preferirá la compañía de otro. De las necesidades comentadas en el primer capítulo (de pertenencia, incluyendo también la necesidad de seguridad), se asume que no sólo tienen fuertes motivantes ancladas en la biología e instinto de supervivencia, sino también en la psicología del individuo, siendo así que un hombre que se encuentra en soledad total sin sentirse parte de nada, aun cuando viva en la ciudad, será profundamente miserable, si no hay algo más grande a lo cual pertenezca y dedique su tiempo y esfuerzo;

su vida carece de sentido y como se ha visto cuando un hombre no tiene un sentido de vida, nada bueno puede esperarle.

Fromm (1977) menciona debido a esta necesidad, cosas viles, como el nacionalismo belicoso o el fanatismo religioso parecen buena alternativa para el hombre que quiere evitar la soledad. De aquí se puede empezar a entender el porqué de las *malas compañías* o el porqué de la frase *las masas son tontas aun cuando sus individuos son listos* pero al respecto se hablará más adelante.

2.1.2.1. Pareja

Desde la perspectiva de Fromm (1988) el problema a tratar, más importante, en las relaciones de pareja y en cualquier otra relación entre personas, es el problema del amor. Afirma que en esta sociedad el problema del amor equivale a ser amado por medio de la fama, éxito, posesiones, atractivo físico y demás cualidades, o sea, atrapar a una pareja con algún anzuelo, poniendo todo el énfasis del amor en la otra persona, haciéndola culpable o responsable única de la felicidad a través del amor. Al hacer esto como en el caso de la libertad, no se tiene entendimiento de la verdadera naturaleza del amor y el motor detrás de esta necesidad, tampoco se trata ya de descubrir por uno mismo esto. En segundo lugar indica la fijación con encontrar un objeto digno, ante ciertos criterios, de ser amado, más que el desarrollar la capacidad de amar o simplemente de entablar una relación con otro ser humano. Dichos criterios se rigen acorde al modelo consumista, del mundo moderno, donde los rasgos buscados varían, de acuerdo a los mismos factores que regulan los productos en el mercado, ignorando así una vez más la naturaleza misma del amor vista desde la perspectiva humanista. Un tercer problema señalado por el autor es la confusión entre enamorarse y amar, siendo lo primero de un carácter más biológico y físico, yendo más allá de esto lo segunda.

Una relación humana saludable para Fromm (1988) es una en la que dos personas se unen, sin condicionalidades. Al amar se da, tal vez sin recibir, pero no hay sacrificio o pérdida en el acto, como la lógica del sistema social actual de intercambio de recursos sugeriría; al contrario, hay ganancia para el individuo que brinda amor. Esto es debido a que no está dando, en términos comerciales, no está perdiendo dinero en las citas porque espera recibir algo más a cambio, no pierde tiempo porque el amor no es una inversión que

debe redituarse, el amor aquí es una propiedad del hombre, principalmente para sí y que se hace más grande mientras más la ejerce y comparte con otros.

Otra condición es que este acto se realice en total libertad, si se *ama* en un contexto no existencialista, es decir como un producto de la sumisión del hombre al destino, a dios, la ideología romántica de Hollywood o a cualquier otro concepto, el hombre no está realizando la acción en sí, está siendo utilizado por el gran otro.

Fromm (1988) indica que toda forma de amor implica cuidado, responsabilidad, respeto y conocimiento y lo plantea así:

1. *El cuidado implica el carácter activo del amor*, no se puede amar sin trabajar en ese proyecto y se ama el proyecto precisamente porque se pone parte de nosotros en él, se da, en libre voluntad.
2. *La responsabilidad indica unión en algo más grande que el individuo* y el deseo de preservar esto atendiendo a sus necesidades.
3. *El respeto implica la ausencia de explotación* y el reconocimiento de la humanidad de la otra persona.
4. *Por último todo esto es guiado por el conocimiento propio* y de la otra persona en términos no superficiales.

Respecto a estas posiciones sobre el amor y este como núcleo de la pareja, la sociedad actual en realidad no favorece este intercambio entre personas, favorece más bien a una explotación de una persona por la otra en el mejor de los casos, con igualdad de ganancias, donde una pareja puede ser el equipo perfecto y funcionar adecuadamente y sonriendo frente a la sociedad pero en el fondo no son más que desconocidos usando el uno al otro; en otros casos la unión se da únicamente como un escape a la realidad donde una persona necesita de otra para este fin y otra necesita ser necesitado para evadir la angustia existencial de la libertad, así dependen uno del otro.

Gracias al consumismo material e ideológico también se vive un falso amor a partir de la proyección de ideales sobre una persona, relacionándose así con una idea irreal, más que con el ser de la pareja. Esto evidentemente termina en una desilusión al quebrarse la fantasía ante la realidad, resultando en culpas, resentimiento y enojo o simplemente jamás se sale de esta. Otras formas de un falso amor se ven al proyectar el amor en gestos o actos

supuestamente de amor prefabricados por la sociedad, sin que se preste atención a la relación real (por ejemplo decir que existe amor porque existen las rosas, los chocolates y los osos de peluche a pesar de que la realidad la relación de pareja puede ser cruel y destructiva). Una representación más de ilusión es apartarse del presente y la realidad viviendo el amor como un futuro que nunca llega o como un pasado que no se queda atrás, impidiendo así cualquier forma de que el amor real surja en el aquí y en el ahora.

En el mismo orden de ideas, como la sociedad actual también es sumamente antagónica del dolor, se equipara al amor con la cura ideal y por lo tanto en la pareja no debe existir ningún conflicto, y en la lógica de las relaciones humanas, con sus diferencias y coincidencias esto resulta ser imposible. Las personas que creen esto encuentran con frecuencia relaciones no satisfactorias. Los conflictos que quiebran las relaciones con frecuencia se presentan por las cosas más fútiles, ya que si una pareja discutiera con la verdad de su ser, las cosas profundas que piensa, significaría que entonces hay una comunicación humana real y un autoconocimiento suficiente para entrar en el camino de un amor real (Fromm 1988; Perls 2007).

Todas estas situaciones se pueden resumir, diciendo que mientras la búsqueda de la relación amorosa se realice sobre las bases y condiciones de valores ajenos a la condición humana individual, entonces fracasará ya que no está sustentada en un autoconocimiento y el ejercicio del mismo y no sólo eso. Su búsqueda constante condicionada a la irrealidad, hará que se pierda cada vez más el contacto con el propio ser (Rogers, citado en Lafarga y Gómez, 1989).

2.1.2.2. Relaciones familiares entre padres e hijos

La familia es el agente psicológico de la sociedad, transmitiendo el espíritu del sistema, siendo un microcosmos de este y el primer contacto con el mundo exterior de un ser humano recién nacido (Fromm, 1977).

Como tema central en la relación entre padres e hijos, se debe observar el amor incondicional, en el cual el niño es amado por existir; es amado simplemente por ser. Si esto no es así desencadenara todo tipo de malaventuras en la relación familiar, por ejemplo los hijos no deseados, no en términos de planeación sino de amor, tendrán que enfrentar condiciones más desfavorables. Punto importante a notar es que, el amor produce amor,

como resultado de los procesos de transferencia y preservación inherentes al aprendizaje del niño en su familia y en este caso el amor incondicional de los padres al niño, produce en éste el deseo de retornar este amor y proporciona una actitud positiva ante la vida, que si todo va bien, producirá de este chico un individuo consciente de la fuerza del amor.

Entra en juego también el amor condicional o merecido que trata de guiar al niño por los constructos hechos por el hombre; es un amor que se preocupa por el desarrollo del niño, el que le enseña las consecuencias de sus elecciones y debe cuidarse de ser tolerante y no amenazador o autoritario. Las técnicas y teorías de crianza y enseñanza son muchas, pero básicamente, si éstas no se ven guiadas por auténtico amor, entendido como la preocupación activa por el desarrollo de las potencialidades del niño (esto es, el perfeccionamiento de la persona en sus términos), entonces la empresa de crianza de un nuevo ser humano fracasará, reemplazando sus potencialidades y esencia por construirse, por las expectativas y complejos de los padres y la sociedad (Fromm 1988; Llano 1995).

Respecto a este concepto de amor y todo lo que implica, uno de los problemas presentes en algunas sociedades actuales y que también lo fue en muchas otras del pasado, se relaciona con él, es el de tratar de vivir a través de los hijos o usar a los hijos como herramientas para resolver los problemas de la existencia, lo cual termina dejando insatisfecho al padre y al hijo. Este problema está aumentado en la cultura autoritaria (revisada más adelante) que busca del hijo la continuación de este tipo de relación.

Con frecuencia los padres quieren que sus hijos sean una copia de ellos, de este modo las inevitables diferencias entre los dos son motivo de conflicto, generando culpa en el hijo y un intento desesperado por suprimir su individualidad en pos de ser una mala copia de su padre. En el padre las diferencias del hijo son vistas (como es característico del autoritarismo) a manera de debilidades que deben ser despreciadas ya que no se adecuan al modelo del mundo que tiene y quiere para que su hijo encaje en él. Lo anterior puede darse en el caso de una autoridad manifiesta, como era más común en las familias del pasado o en el caso de una autoridad anónima, relacionada con familias más recientes y en apariencia permisivas. Aquí los padres no dictan reglas pero transfieren grandes esperanzas a los hijos y siguen siendo el medio de aprendizaje de los modos de la sociedad, lo cual, si tomamos

en cuenta que este tipo de relación no es favorable y que es el predominante en la sociedad, es algo malo (Fromm, 1960).

Al igual que la sociedad debe brindar las posibilidades para el máximo desarrollo de sus individuos, la familia debe brindar las posibilidades para el máximo desarrollo de sus integrantes, en especial de los hijos. Así una familia que no crea en la bondad del individuo, que no haya desarrollado sus potencialidades humanas, difícilmente logrará criar a un niño que lo logre, la fe de que el niño pueda tener y hacer crecer. Estas potencialidades son un requisito indispensable para la familia, de lo contrario prevalece la creencia de que el niño solamente llegará a ser bueno si los adultos lo moldean en todo sentido, lo que lleva a conflictos entre su personalidad auténtica, la familia y más tarde la sociedad en sí y a que el niño no se vuelva humano sino autómatas acomplejado y demás problemas (Fromm 1960).

2.1.2.3. Grupos de iguales

El sentido de pertenencia a un grupo es importante para el hombre. Es en sí una necesidad. Fromm (1988) indica que esta necesidad de unión con el grupo puede llegar a ser tan extrema que lleva fácilmente a la disminución o desaparición del individuo en pos del grupo, aun cuando no esté conforme con lo que es el conjunto. En las sociedades democráticas se parcha esto con la falsa elección y con diversas estrategias que generan en el hombre una falsa sensación de individualidad, de modo que hay una lucha o discrepancia entre el grupo y el individuo, ya que no existe una cultura en la que el individuo pueda sentirse parte del grupo, expresándose a sí mismo también. Se tiene que elegir entre los grupos predefinidos, crear alternativas o soportar el aislamiento. Esto tiene sus bases en la sociedad actual, por la guía de la ideología industrial de producción normalizada en masa.

Si todos se expresaran libremente, tanto en lenguaje, como en trabajo productivo sería imposible mantener y predecir esta ideología y forma de producción; entonces, se deben tener cierta cantidad de individuos con cierta cantidad de habilidades, ciertos pensamientos y no más. Igualdad, otra palabra usada mucho en el discurso moderno, significa bajo esa premisa, homogeneidad de identidad, estandarización de la personalidad. La alternativa es entender la igualdad, la pertenencia al grupo como unidad basada en la condición humana y no en esta igualdad arbitraria. Las luchas actuales, a menudo demasiado confusas por la

diversidad cultural y de género, dan muestra de estas dinámicas humanas subiendo a escena.

2.1.2.4. La escuela

El moldeamiento de la persona ocurre desde temprana edad, en la escuela, donde se suprimen en el niño sus tendencias naturales. En primer lugar su deseo de aprender del mundo y de utilizar sus capacidades humanas para este propósito se ve aplastado. El pensamiento original del niño siempre se ve desaprobado y en el mejor de los casos reemplazado por un pensamiento prefabricado. En otras ocasiones simplemente se le ignora, se le trata con condescendencia, insinceridad y como a un tonto y el conocimiento sólo puede emanar de la autoridad.

Todas estas acciones le enseñan que tratar de usar sus capacidades para conocer el mundo en el que vive, el relacionarse consigo y los demás en sus términos, es algo que mejor vale abandonar o reprimir.

En niveles superiores de la educación, el pensamiento tampoco tiene lugar frente a la recolección de un sinnúmero de hechos y datos inconexos, que los alumnos deben aprender o mejor dicho memorizar. El énfasis aquí como con los objetos materiales, es tenerlos poseerlos y valorar en el mercado nuestros datos. Esta información memorizada para las acreditaciones, no pasa a ser parte del sistema individual (Fromm 2007).

Esta clase de educación es perpetuada por todo contexto social, como por ejemplo las noticias, que no informan contextualmente sobre una situación, únicamente dan una recolección de hechos aislados y si hay un contexto, es con el fin de desinformar y manipular al público. Las emociones de los niños en la escuela sufren la misma supresión y moldeamiento a estándares oficiales, que sus capacidades intelectuales, para cuando crecen casi todas las emociones han sido suprimidas, la única fuente de sentimientos son los romances y tragedias en pantalla, que aman, ríen y lloran por el individuo que no puede hacerlo en su vida real (Fromm 1977).

No se quiere decir con esto que las escuelas sean malas y deban cerrar. Se han dado sin duda grandes avances en los modelos educativos alrededor del mundo, pero no se debe olvidar que el modelo escolar actual, sobre todo en primaria y secundaria, tiene sus bases

en estos principios de producción en masa y estandarización, copiados del sistema industrial y militar.

Para finalizar y concretar la idea de que todo tipo de relaciones está intervenido por el contexto social y no solo el ámbito personal, para entender por qué estas relaciones tienen los problemas y la carencia de amor expuestos, se debe comprender que en el mundo moderno, la relación concreta de un individuo con otro ha perdido su carácter directo y humano. No son relaciones fundamentadas en el amor, la búsqueda de autorrealización, la libertad, la autoconciencia u otros términos afines que denotan la tendencia positiva humana. Las relaciones han ido asumiendo cada vez más un espíritu de instrumentalidad.

Según la filosofía del diálogo, expuesta en Floyd (1984) estas dos formas en las que pueden darse las relaciones, son nombradas la relación yo-tú que significa una relación recíproca, en igualdad, donde solamente se puede entrar con la totalidad del ser, donde ambas personas son conscientes del contacto, la otra, es la relación yo-ello, es decir la relación con alguna cosa, en base al control, dominación y utilidad. Al parecer en la actualidad se recurre más a la forma yo-ello debido a que en todas las relaciones sociales y personales la norma está dada por las leyes del mercado. Se debe deshumanizar a la competencia, a los empleados, clientes, etcétera. Este es un proceso predominantemente moderno que se inició hace tiempo con la conversión de las relaciones humanas de una comunidad, en módulos funcionales, lo que quiere decir que ya no eran personas que realizaba una actividad, sino funciones sociales, realizadas de una u otra manera.

Es mediante estas fórmulas frías y deshumanizantes que se tiene éxito en los negocios, y es así por lo tanto como se tiene éxito en la vida bajo esta sociedad dirigida económicamente, permeando esto todos los ámbitos de la vida humana, pero quizá el sujeto expuesto a la instrumentalidad de más importancia es el yo del individuo; es decir el hombre no sólo usa a otros sino que se usa a sí mismo, se vende a sí mismo y se ve como mercancía, buscando las cualidades que se demanden en el mercado, la confianza en uno mismo, bajo estas ideas, depende del éxito de la personalidad en el mercado, la popularidad por lo tanto cobra gran importancia para el hombre moderno (Fromm 1977; Perls 2003).

No es de extrañar que a la llegada de los medios digitales, surgiera toda una generación, cuya máxima sea la cultura de las redes sociales que permiten estadísticas visibles sobre

esto, haciendo todavía más difusa la línea, entre las necesidades reales humanas y las necesidades fabricadas socialmente, agregando encima de estas la ilusión virtual. Ya no es necesario el trabajo para obtener la fama, esta puede en primer lugar ser aparentada en una pantalla y luego materializada, con sus ventajas y desventajas.

Otro fenómeno ligado a esto es que sea la mayoría o no hay muchas personas que van a gimnasios, leen, aparentan tener una estética específica, como la nerd, de moda en este momento, hacen yoga y demás actividades que en sí son benéficas para el hombre, pero las hacen por las razones equivocadas, se ejercitan física y *espiritualmente* no para tener un mayor entendimiento, salud y desarrollo de su ser, esta razón intrínseca se ve presa de la instrumentalización, realizan estas actividades y siguen modas verdes, para aumentar su valor en el mercado, van a clases de meditación porque se les dice que así pueden rendir más en el trabajo, debido a que en realidad estas cosas no pasan a ser parte de su ser, les resultaran de igual provecho que todas las demás modas del capitalismo, para alcanzar la felicidad. No es de extrañarse que estas legítimas actividades se vean absorbidas, industrializadas y ridiculizadas por una cultura mecánica y deshumanizada, son máscaras que se relacionan con máscaras, usando unas a otras, rompiendo la máxima kantiana, que indica que el hombre es siempre un fin digno en sí mismo y no puede ser nunca un medio (Llano 1995).

2.2. Condiciones del entorno que inciden en el desarrollo personal y social

En el presente apartado se abordará la dualidad del hombre y su sociedad y para ello es pertinente retomar los conceptos del hombre y sus necesidades analizados en el primer capítulo, en especial el de pertenencia al grupo.

La dualidad a tratar toma su forma en la lucha de definir el propio ser de los demás y a su vez mantener ese sentido de pertenencia. Aquí se dilucida que mientras que una brinda confianza en sí mismo, si llega a un punto extremo se estará completamente solo y aislado; en cambio, lo otro llevado al extremo terminará por acabar totalmente con el yo y el individuo pasará a ser una parte del grupo y nada más.

Fromm (1977) explica esto en términos de psicoanálisis humanista, pero bien podrían servir en un marco filosófico existencial. Él indica al respecto, que mientras la persona

forma parte del mundo integral, ya sea el recién nacido, el hombre primitivo, o el actual en algún grupo, no hay que temer, ya que en este punto se ignoran las posibilidades y responsabilidades únicas a cada individuo. Cuando el individuo se encuentra con su capacidad única de abstraerse de su alrededor, cuando entra en contacto con este sentido existencial de desamparo e indigencia, se está solo y debe enfrentar al mundo en todos sus aspectos (Piñera, 1948).

Es así que cuando un individuo toma conciencia de su separativa del mundo, su situación, su libertad en él y las responsabilidades que esto conlleva, a veces trata de regresar al vientre materno, al estado natural o previo para poder sentir de nuevo la seguridad. Sin embargo todo intento de regresión es insano y aun cuando se logre aparentemente, no se puede borrar del todo el conocimiento de individualidad y todo lo que conlleva ser libre y responsable de sí mismo. En la superficie se puede sentir la negación de esta conciencia, como segura y satisfactoria, pero en el fondo se sabe que el precio de esto es el abandono de uno mismo y por lo tanto genera inseguridad, hostilidad, rebeldía y demás malestares en el hombre.

Fromm (1977) indica que el proceso de individuación es análogo, como ya se ha sugerido, en el desarrollo del infante y en las sociedades. Este desarrollo o descubrimiento del Ser, tiene dos tendencias que acompañan al hombre desde su nacimiento:

Por un lado es un crecimiento de las capacidades individuales para transformar la propia vida, el desarrollo de sus posibilidades con el riesgo de la independencia y la realidad y por otro lado existe un crecimiento de la inseguridad sobre cuál es el papel propio en el universo, producto de la segunda tendencia a buscar la seguridad en la dependencia. Así, el hombre puede elegir entre abrazar la experiencia y vivir su vida con los riesgos que esto implica o negar sus posibilidades y buscar refugio en algún ente ajeno.

Nada ejemplifica mejor esta relación que la del niño y la madre, donde existen posibilidades de un crecimiento pero también hay dependencia, pero cuando el niño crece, esta relación ya no es suficiente. Su horizonte se expande y así puede elegir entre las dos tendencias, siendo por un lado la de volverse un individuo independiente o bien, buscar a la madre o equivalente en las instituciones e ideas sociales. Los grandes cultos a la madre dan cuenta de esto: La madre patria, la madre tierra y el de la Virgen María (Fromm 1982).

A medida que este niño, que va creciendo hasta convertirse en un adulto, va adquiriendo mayores capacidades y mientras más capacidad se tiene, más libertad se obtiene y más crece la duda sobre cómo deberían de usarse estas capacidades y esta libertad. En el niño cada etapa del crecimiento individual, debería ser sustentada por un crecimiento en el yo, para llegar a un equilibrio u homeostasis. Cuando en cierta sociedad el conocimiento de separación, individualidad y libertad no está sustentado o equilibrado por el equivalente al yo en el niño llamado autoapoyo por Perls (2003), entonces la realización del individuo de su situación, transforma a la libertad en una carga insoportable o en términos de Sartre (1984) el conocimiento de esta genera desamparo y angustia en el hombre, estos sentimientos dan lugar a vínculos y actitudes, que buscan aliviar esto mediante métodos erróneos, con todo grado de efectividad. Algunos de estos serán tratados más adelante. Por el momento se verá cual es la relación de esta paradoja humana el contexto actual.

En primer lugar se debe notar que, el último culto a la madre que se ponía como ejemplo, era el culto a la Virgen como la madre suprema, que no sólo cuida de sus hijos sino que unifica a una gran cantidad de individuos bajo este nombre. Es de especial interés, por su prevalencia en el contexto mexicano. Este culto se asocia también con fuertes sentimientos respecto de la tierra, la sangre y la raza. Así como el detrimento de la razón y objetividad en favor de las cualidades totales de poder y sabiduría del ídolo materno y los que no comparten la misma idolatría no son hermanos, son incluso enemigos. Como toda relación de dependencia tiene como consecuencia y condición la supresión del yo del individuo. Este tipo de relación no suele ser reconocido como tal y es racionalizado tanto en el caso de tener a una mujer como objeto, como a la nación, en términos como *es mi deber servirle, hizo mucho por mí, le debo la vida, ha sufrido tanto, es tan maravillosa*, etcétera (Fromm, 1982).

Se aclara una vez más que esto no es una ataque específico, ya que sólo muestra una de las facetas de muchas otras, destacando los escenarios más contrastantes y dañinos para el hombre de acuerdo al contexto humanista-existencial, para así poder enfocarnos en ello y hacer algo al respecto.

En un contexto todavía más amplio se puede notar que desde el renacimiento, la historia humana ha tenido como una característica principal el incremento de la conciencia de

individualidad. En épocas actuales bajo el modelo capitalista de competencia, méritos, *libertades individuales* y énfasis en uno mismo esto se ha llevado tan lejos como se ha podido y se ha respaldado hasta el cansancio; en cambio, la contraparte, el muy necesario conocimiento de qué hacer con esta libertad, el yo reafirmante en el niño, se ha dejado de lado o directamente ha sido explotado para mover a las masas. Esta discrepancia entre la separación de todos los vínculos, de la deconstrucción de la fe religiosa, de las instituciones, de las grandes narrativas e incluso de la familia y las relaciones, aunado a la carencia de posibilidades nuevas y mejores a las antiguas, para que el hombre pueda encontrar un nuevo sentido, no dejan a los individuos avanzar a la siguiente etapa de desarrollo, se entregará así a nuevas cadenas ocupando el lugar de las anteriores o a la indiferencia total.

Observando la situación actual, con el resurgimiento del fanatismo en todas las regiones del globo, en casi cualquier forma, sea fanatismo religioso, nacionalista, racial, ideológico o fanatismo consumista, viendo también cómo la palabra indiferencia es precisa al describir a muchos de los miembros de esta sociedad, sean adolescentes apáticos o padres cuyos hijos son criados por el *iPad* y la *TV*, generaciones enteras que no tienen interés en estudiar o trabajar por que no ven una razón para hacerlo en una sociedad donde esto no les asegura nada en absoluto, es percibido así o como Perls (2003) indica, esta apatía surge cuando el individuo se ve forzado a situaciones que sabe consciente o inconscientemente, no tener interés y beneficio para su ser, la ridiculización de cada causa y de cada hombre que tenga una causa, es fácil relacionar estos conceptos con el fracaso del sistema actual en ofrecer las vías para que los miembros de la sociedad superen esta encrucijada.

Hablando de un aspecto más tangible de estas dos formas de experimentar la libertad, Fromm (1977) habla de libertad *de* y libertad *para*, siendo esta última la libertad positiva o verdadera, el librarse *de* no genera nada más que un vacío y alivio momentáneo por haberse deshecho de algo que no se quería, pero la libertad *para* es la verdadera libertad, ya que otorga propósito y llena ese vacío con algo positivo que no sólo dará alivio momentáneo, por quitarse algo de encima, sino que dará satisfacción constante y dirección o razón para librarse *de* no como paliativo o fin en sí, sino como parte de algo más grande y provechoso.

Entonces en la sociedad moderna, su historia muestra que el individuo libró muchas batallas para librarse *de* pero la sociedad en la que vive le ofrece muy pocas alternativas *para* como se ha expresado.

Las fantasías de revolución, independencia, renunciar al trabajo y similares son algo común en la sociedad actual, sin embargo pocas veces llegan a realizarse y cuando lo hacen ya no hay más a donde ir, por lo que generalmente se regresa a la situación previa o se es atrapado por nuevas cadenas que tal vez sean mejores que las anteriores pero aun así, las fantasías de hacer lo que realmente se quiere y de revolución perduran, parece ser que esto se debe precisamente a una falta de sentido.

Aunque parezca aquí, que se está hablando de otra definición diferente de libertad, a la planteada, en el apartado de tal tema, se podrá reconocer en realidad, su afinidad, al prestar atención principalmente en la libertad *para*.

2.2.1. El hombre contra su propia libertad

Fromm (1977) da un pequeño listado de los mecanismos más importantes del hombre, para evadir su libertad, es decir para negar sus potencialidades y así tener la seguridad de la dependencia, a lo largo de sus escritos modificó en algunos aspectos, esto y usar otros términos, también, han sido descritos estos fenómenos con los términos de otros autores y en términos de otras disciplinas, especificando, y aumentando estos, sin embargo no se pretende aquí una exploración a fondo y a detalle sobre esto, bastará con tener los conceptos básicos, para poder ver cuáles son los caminos que puede tomar el hombre, de huir y de negarse a sí mismo.

2.2.1.1. Autoritarismo

El autoritarismo, por su deseo de control y su sumisión a este, es entonces, un culto al poder, venerando a quien lo tiene y lanzándose sobre quienes son más débiles y despreciándolos, se destruye así el concepto de igualdad, el mundo siempre estará dividido y las relaciones humanas siempre sesgadas, por esto. Se venera al poder por el poder mismo, no como representante de algún ideal o fundamento real, acorde a la naturaleza humana trabajada aquí, aunque los ideales y las narrativas son parte esencial, como se

puede ver con más claridad en los aspectos más extremos del autoritarismo como en el fascismo y el racismo, estos como la libertad y muchos otros conceptos tienen, un significado humanista arraigado en el individuo y sus condiciones de existencia y un significado social falso, que surge de la necesidad de encubrir la falta del verdadero, así tendremos ideales y fe verdadera vs ideales y fe falsos o ajenos al individuo, parte del carácter autoritario.

Fromm (1960) alude a la conciencia autoritaria, desarrollando un concepto interesante. Él indica que para el individuo con esta clase de conciencia lo peor que puede pasar es ser abandonado por la autoridad ya que esto significa el fin de la relación simbiótica, simbólica o física que ha desarrollado. Para este individuo el castigo es preferible al abandono, si no se puede estar en buenos términos con la autoridad, el castigo produce tanta seguridad en seguir siendo parte de la autoridad como la gracia de esta. Actualmente no es difícil escuchar que los chicos que se comportan mal, buscan simplemente atención, normalmente se toma a la ligera, cuando en realidad podría significar la interiorización de este sistema desde temprana edad, también las zonas criminales son zonas abandonadas por la sociedad. Se podría establecer una relación entre la propuesta del autor y estos ejemplos populares respecto a por qué ciertas personas, cometen malos actos o crímenes.

Tampoco se debe confundir la rebeldía contra la autoridad como un rompimiento y liberación de este móvil, ya que aunque ataque a una autoridad si la persona está imbuida por autoritarismo es parte de ese mundo y por lo tanto no rompe con los esquemas. Quien se rebela en esos términos, lo hace solo para imponer su nueva forma de autoridad, como en el caso de los partidos políticos, quien se rebela contra algunas instituciones de poder irracional permitiendo otras solo se basa en un juicio de quien tiene poder y quien no, es decir es un movimiento que no busca liberación, sino juegos de poder y al final la rebeldía que fue sumisa a una autoridad por un tiempo hasta que esta vio mermado su poder y entonces se rebeló solo reafirma el culto al poder presente en este esquema y la falta de sustento de una autoridad real o positiva detrás de él.

2.2.1.2. Destructividad

La destructividad es una constante presión sobre el individuo, donde los objetos y personas a destruir carecen de importancia real, el proceso en sí es el motor, incluso dirigiéndose a la destrucción de uno mismo y sus últimas consecuencias, en caso de no encontrar nada más que destruir. Fromm (1977) indica que mientras más se vean frustradas las potencialidades de vida dentro de una sociedad más se observan las tendencias destructivas en sus miembros Rogers (citado en Lafarga y Gómez, 1994) llega a la misma conclusión, formulando que cualquier realidad social que dé prioridad a la imposición de experiencias y preceptos, ajenos al individuo, debe forzar la adaptación de esta realidad foránea al mundo real como experimentado por la persona. Esta invasión, por muy facilitada que esté por el sistema actual, conlleva de todas maneras una irrupción en la persona, que genera resistencia y conflicto, haciendo necesarios así mecanismos de control y represión, en todos los niveles ideales y materiales.

Entonces una sociedad que haya fracasado en cultivar las potencialidades humanas, tendrá que lidiar cotidianamente con este problema, ejerciendo obligatoriamente mecanismos para suprimir estos impulsos, teniendo como última consecuencia, suponiendo una constante negativa a desechar sus viejos métodos en favor de unos más adecuados para sus ciudadanos, una creciente militarización de las fuerzas del orden público, culminando en masacres internas en el plano material y una destrucción similar de la humanidad en el ámbito psicológico.

2.2.1.3. Conformidad automática

Mientras que la solución ante la amenaza del mundo en los casos anteriores es la fusión con un poder superior y la destrucción, en este caso se trata de un abandono del mundo donde la amenaza se presenta, Fromm (1977) se enfoca en lo que para él es el mecanismo más recurrido en nuestra sociedad, el abandono del yo y la adopción incuestionable de las exigencias sociales, eliminando así la discrepancia entre el yo y el mundo (aparentemente). En el caso de la conformidad no se reconoce tal autoridad y simplemente se transforma el individuo en un autómata moldeado para complacer a los demás, sin tampoco tener conocimiento o incidencia de su yo, pero paradójicamente pensando todo el tiempo, que es libre en su pensamiento, sentir y obrar. La destrucción del pensamiento crítico, los valores

propios y cualquier peculiaridad del individuo que se oponga al status quo, está establecida eficazmente dentro de la sociedad, la adopción de valores, pensamientos y opiniones, como propios sin tener ningún conocimiento de los procesos detrás de ellos y sin experimentarlos en la vida propia, sólo porque algún tipo de autoridad lo dijo en televisión es práctica común, en contraste con experimentar y pensar por uno mismo y llegar a la misma conclusión o admitir que no se conoce el tema y que solo se puede decir, lo que escuchó de segunda fuente.

2.2.1.4. Necesidades reales vs irreales

Respecto a la sociedad actual considerada como irracional, se debe entender, cuales son las necesidades del hombre, de la sociedad y en qué punto se separan.

Maslow (1999); Rogers (1946); Llano (1995) y Perls (2003) como todos los autores expuestos aquí, en menor o mayor medida, reconocen la existencia estas necesidades básicas o fuerzas interiores en el hombre que lo guían hacia la auto actualización, son impulsos constructivos cuando se dejan expresar y son sentidos libremente. Cuando se habló de libertad y del amor se habló de esto, ya que como indica Fromm(1970) la existencia y el bienestar de lo que se ama es sentido por el individuo como una necesidad, es decir no se hablaba de conceptos abstractos en el aire, sino de estas necesidades humanas de elevada expresión. Estos impulsos o necesidades son independientes al contexto cultural y a las particularidades sociales, además son subjetivas y dinámicas.

El sistema actual no busca dar respuesta a estas necesidades reales del hombre, busca muchas veces lo contrario. La explotación de las fuerzas que nos impulsan a buscar una resolución de estas necesidades, confundiendo los síntomas de esta incompletud, con las necesidades mismas, como resultado de esto en una sociedad agresivamente adquisitiva, basada en el consumo, la prioridad está centrada, en la demanda fabricada, sobre la necesidad real y tiene muchos recursos destinados a manufacturar más necesidades irreales, para vender así más productos, todo nuevo producto es una nueva posibilidad de ser engañado, para ignorar las necesidades reales, la libertad psicológica se ve así comprometida y sometida, a las directivas de la sociedad, el gran aparato publicitario se encarga de sostener todo esto (Floyd 1984; Llano 1995).

Se debe al mismo tiempo dejar ir el deseo y las cosas superfluas, innecesarias y por lo tanto inútiles, que solo cuestan recursos humanos que podrían aprovecharse en otro sentido, después de todo, no es saludable, ni razonable aferrarse a lo nocivo, la idea de que más es mejor y de que la falta de gran acumulación o capacidad de adquisición, es intrínsecamente mala deben estudiarse bajo este marco. El cambio del celular cada que salga un nuevo modelo, la acumulación con ningún fin más que acumular, no aporta nada al hombre como ser, solo al hombre como números en un papel (Llano 1995).

Regresando al tema de las grandes ventajas dadas por la sociedad y al marco de las necesidades humanas Rogers (citado en Lafarga y Gómez, 1994) comenta que la satisfacción de las necesidades básicas del hombre, agudiza el sentir de las necesidades superiores, hace más apremiante su resolución y así el hombre moderno se ve más atormentando por esto, buscando soluciones en todos lados, sean estas funcionales o no. La abundancia de recursos básicos, independientemente de los debates que puedan surgir de estas, como las problemáticas con transgénicos, químicos en alimentos e impacto negativo de la industria en el mundo, es un hecho, la gran mayoría de la población, no corre riesgo de morir de hambre o sed, esto habilita a los individuos dentro de esta sociedad, a buscar más, a resolver sus necesidades más elevadas. Con frecuencia se escucha la comparación, entre los niños menos favorecidos en África y las problemáticas, que no tienen que ver con las necesidades básicas, llamadas de primer mundo, haciendo sentir culpables o suprimiendo el sentido de importancia de estas problemáticas en nuestra sociedad, si bien es grave y se deberían tomar medidas para ayudar al prójimo, menos favorecido, esto no resta importancia o validez, a los problemas que tienen que ver con sentimientos de soledad, insignificancia, relaciones personales y demás presentes en nuestra sociedad.

2.2.1.5. La sociedad del placer

Si existen, entonces necesidades reales e irreales, en el mundo del hombre, ¿cuál es el rol del placer en este sentido?, ¿no surge placer, al tratar de satisfacer cualquiera de estas? y si es así ¿qué tiene de malo obtener placer, o seguir este por medio de necesidades irreales?

Como indica Frankl (2009), el buscar placer y el evitar el dolor no son los fines últimos de las personas, el habla del sentido de la vida como superior a estos principios de dolor y placer. Actualmente sin embargo la sociedad está muy inclinada por estos principios.

No cabe duda de que la gran promesa del sistema capitalista era la producción ilimitada de bienes materiales y servicios que traerían libertad absoluta y felicidad sin límites, a la población. El primer inconveniente surge cuando esto está reservado solo para un porcentaje pequeño de la población, el resto está vive con lo limitado de sus recursos, pero generando la mayoría. En segundo lugar, como se ha visto, el sueño de la libertad, contrasta con la realidad de los individuos, no siendo más que engranajes en una maquina económico-burocrática, manipulada por los gobiernos y las industrias. En tercer lugar el progreso económico, que sigue con el principio de ser ilimitado, se encuentra en un mundo de recursos limitados, haciendo cada vez más cruentas las luchas por estos, ya sea entre naciones con poder, o entre indígenas que quieren defender sus tierras de compañías que quieren explotarlas, pasando por la lucha entre individuos por algún producto en la tienda. Por último la felicidad, a pesar de toda la oferta material no ha sido alcanzada, en parte, por culpa de las metas marcadas socialmente, como fuente de esta, dichas metas, son afines al hedonismo radical, al egoísmo y la avaricia, que sirven para mantener el sistema, pero no para alcanzar la armonía y la felicidad en sus integrantes, es así como la búsqueda del placer sin preocuparse por un significado superior, o por las necesidades más elevadas, dejan incompleto al hombre, que no conociendo otro camino, se entrega cada vez más a un frenético consumismo de placeres que no lo llenan (Fromm, 2009).

Para entender esto de una mejor forma, se podría definir a la felicidad como una condición de la personalidad total, si una persona experimenta subjetivamente la felicidad, pero este hecho no está respaldado por una total congruencia en su vida y personalidad, entonces ese placer o felicidad es una ilusión en la mente de esa persona, son simulaciones. Estos pseudosentimientos generados por la mente, pueden observarse en situaciones en las que socialmente se espera dolor o infelicidad y en situaciones que supuestamente general placer o felicidad, cuando se obtiene una de estas metas que supuestamente deberían dar felicidad y placer, pero que aun así solo dejan un sentimiento de vacío e incompletud.

Se produce no para satisfacer una necesidad humana, sino por el propósito abstracto del valor mercantil y se consume de la misma manera, no para satisfacer anhelos humanos personales, sino para satisfacer anhelos abstractos impuestos por el mercado, valiéndose de la eterna insatisfacción resultado de una negación de las necesidades individuales reales. Si una persona tiene deseos de orden superior, habrá un producto del mercado o una ideología

social, que pretenderá satisfacer esa necesidad y así será comprada, pero el verdadero deseo no se verá satisfecho ya que no entra en juego la actividad humana real, siempre reprimido pero insatisfecho la necesidad humana impulsa al individuo a buscar su felicidad solo para verse atrapado en un interminable consumo de ilusiones de felicidad, sin escuchar qué es lo que realmente quiere (Fromm, 1977).

2.2.1.6. Sociedad permisiva

Cuando una persona es privada de los medios para lograr un sentido de vida que resuelva esto, se desvincula de su naturaleza y la ignora, la publicidad, dificulta este autoconocimiento. Esto es una designificación una deconstrucción sin construcción, del propio ser y del sentido de la vida.

En una sociedad así, como ocurre muchas veces en la actual, las leyes prevalecen como mero contrato social, no tienen ningún significado detrás de ellas, todo está permitido en cierto sentido, sólo se sostiene por una puesta en escena, se es justo y se sigue la ley por convención, no por convicción, lo que la hace inestable. Para mantener una sociedad así se debe poner realmente empeño por parte de sus miembros, para proteger y creer en esa puesta en escena, toda amenaza de descubrir la verdad, tras este vacío trae como resultado represión o alguna forma de retaliación.

En una sociedad como esta no hay otro mal mayor que ir en contra de los dictámenes sociales acordados, ir en contra de la autoridad que sustenta, el poder vacío, es el máximo pecado y la obediencia, la máxima virtud, las demandas de la autoridad son muchas veces subordinadas a las demandas falsas de la maquinaria que sustenta el consumismo de necesidades irreales y no las humanas. Muchas líneas de conexión pueden ser vistas aquí, entre todos los temas expuestos (Llano 1995).

2.3. Integración reflexiva

Una vez que el hombre está separado de su autoconocimiento, del conocimiento de los demás, se ve atrapado por el vacío existencial, buscando su lugar en el mundo, ya que este es el medio natural del hombre, no percibiendo al mundo como cosas aisladas sin relación y sin sentido, sino como parte de algo más, pero sin instintos en los cuales confiar o

tradiciones que respete. Con la confusión de no saber siquiera lo que le gustaría hacer, no logra resolver fácilmente su situación. En su lugar desea lo que otras personas desean y hacen (conformismo autómatas) o hace lo que otras personas quieren que haga (totalitarismo, autoritarismo).

Privado de su libertad y su dignidad humana el hombre no se convierte en lo que podría ser, no es una persona, sino que representa el papel de una, es una pieza intercambiable en la maquinaria del sistema, un elemento desechable, que lucha contra otros por el miedo de este hecho, aislándose más aún, la angustia de su no ser lo atormenta (Frankl 2009; Perls 2003, Llano 1995).

El proceso social, al determinar el modo de vida del individuo, determina así el tipo de relación que se desarrolla con los otros y con el mundo, por medio de agentes como la familia, la escuela y otros mecanismos, moldea la estructura del carácter del individuo, de donde derivan ideologías, filosofías y actitudes, que son capaces a su vez de influir sobre aquella misma estructura e incluso en el modo de vida, de este modo acentuarlo, satisfacerlo, justificarlo y estabilizarlo, formando así un ciclo, que continuará su marcha con inercia, mientras alguno de estos elementos no sea modificado (Fromm, 1977).

Se habló de las necesidades humanas, de su ética, valores, ideales, libertad y trabajo desde la perspectiva humanista, cuando la persona ejerce desde esas cualidades, vivirá de manera productiva, cuando la sociedad se lo impide vivirá de forma improductiva o sin libertad y humanidad. Cuanto menos productivamente se vive, más se debilita la propia conciencia o las capacidades de autoconocimiento y autoayuda, cuanto más productivamente se vivan las potencialidades más fuerte se hará la conciencia, la paradoja es que mientras más se necesite escuchar la verdadera conciencia, las necesidades reales y demás, por carecer de una adecuada expresión de las capacidades humanas, más débil sonará el yo.

El ciclo se convertirá así en una espiral descendente, que es difícil de combatir, así el mundo moderno, forjado por el hombre, lleno de sistemas que emiten mensajes, ideas y órdenes, que ahogan la potencias humanas del individuo, con muchos problemas ya, en el camino para la autoactualización, se ha convertido en dicha espiral.

Al contrario de la corriente dominante en la sociedad actual, una sociedad que siga un ciclo benéfico para el hombre según Rogers (citado en Lafarga y Gómez, 1989) será cualquier cultura basada en un clima de respeto y libertad, tenderá a crear individuos autoconscientes, con ciertas escalas de valores positivos, siendo susceptibles de alcanzar la autorrealización, de forjarse por ellos mismos un sentido de vida. Llano (1995) indica que el estado debe posibilitar la autorrealización de las capacidades humanas, denotando aquí, el verdadero deber de los gobiernos o líderes, fijando este ideal como meta máxima del hombre para sí y sus semejantes, pero advirtiendo que estas capacidades no deben ser escogidas y dadas ya que como Frankl (2009) Se debe dejar que cada hombre elija su propio sentido de vida. Ciertamente esto no es tarea fácil y más cierto es aunque esto no se lograra, esperando que desde la punta de la pirámide del poder, hagan planes para estos cambios.

La persona producto de esa sociedad, o la persona que producirá una sociedad así, será una persona plena, autorrealizada, en pleno ejercicio de su libertad, será así es más difícil de controlar y predecir, ya que responde a cada situación con bases propias, con conocimiento presente y desacomplejado, de sus condiciones humanas, además de ejercer siempre su responsabilidad sin compromiso. Así logrará hacer imposibles muchas de las mecánicas de la sociedad actual, que imposibilitan al individuo para realizarse, ya que mientras más inadaptado a sí mismo, más alienado y más acomplejada sea una persona, es más fácil de manipular, controlar y deshumanizar, ya que es sólo el hombre inmaduro, es decir que no tiene el apoyo suficiente, el único que quiere compararse y competir con los demás, para probar su valor, esta falta de contacto con su ser lo incita a buscarse fuera de sí, haciendo menos a las personas que puede, para establecer su valor, facilitando así todas las problemáticas revisadas anteriormente. (Rogers citado en Lafarga y Gómez, 1994; Llano 1995).

En contraste con esto Fromm (1988) puntualiza que bajo los estándares del capitalismo moderno el hombre debe ser alguien que coopere mansamente y en gran número; que quiera consumir siempre más cantidad, más rápido y más cosas; cuyos gustos estén estandarizados y puedan modificarse y anticiparse fácilmente, necesita hombre ignorantes de la maquinaria que los mueve, de su humanidad, sus semejantes y el mundo que los rodea; hombres a los que puedan conducir sin mayor esfuerzo, a ningún fin en concreto,

excepto el circunstancial y al mantenimiento del status quo. Todo esto no se ejerce por una fuerza externa y superior, es el mismo hombre quien participa de este proceso, siguiendo el sentido, de la frase, así bajo la modernidad capitalista todos son convertidos en cómplices de la explotación de otros y de sí mismos, pensando así más, la renuncia del carácter libre y de la posibilidad de ser artífices de su propia vida, en manos de una deshumanización (Bolívar, 2006).

Los procesos psicológicos y sociales, que han sido descritos, dan como resultado lo que Fromm (1982) llama el *homo mechanicus*. El hombre despojado por la sociedad de sus capacidades humanas, que tiende hacia la necrofilia, entendido como el amor a la muerte, concepto cargado de psicoanálisis, pero que se define mejor como la oposición al amor de la vida y la libertad, ya que esto último se vio frustrado, su fantasma aparece como una actitud que busca lo que no está vivo, a los objetos inanimados sin relación productiva, a la vida de autómeta, a las relaciones mecánicas con otras personas, a las máquinas, a sustituir lo orgánico por lo inorgánico. La persona en esta sociedad estará fascinada por la destrucción y las cosas, en un intento por escapar a su humanidad o porque este escape se ha establecido como la norma social estándar.

Así el hombre moderno es infeliz, está hambriento de vida, pero siendo un autómeta sólo puede realizar una pantomima de los movimientos del vivir, mientras que su vida real se le escurre de entre las manos, quiere ejercer su individualidad pero el único medio que tiene para ser diferente, sin conocerse a sí mismo. Es simplemente decir que es diferente y respaldarlo con alguna excentricidad sin sentido de las cuales, la sociedad moderna tiene innumerables ejemplos en los jóvenes, la personalización de los diferentes objetos prefabricados en masa para cubrir esta necesidad también da cuenta de ello. El hombre moderno quiere emocionarse con la vida pero en su condición solo puede recibir esta emoción de fuentes externas, como las drogas (legales e ilegales) u otros ejemplos ya mencionados, que solo son paliativos, pero no resuelven el problema real, la vida ilusoria de personajes presentes en los cada vez más numerosos medios, que se manifiestan a través de una pantalla, es también una fuente de vivir su vida sin hacerlo realmente (Fromm 1977).

El problema central del hombre es en esta y en todas las sociedades, aunque con diferentes expresiones, es el problema de la indiferencia del hombre consigo mismo.

Al ser indiferente ante uno mismo el hombre puede ser inteligente, pero acepta como verdad a quien tiene poder sobre él, pierde su capacidad de amar porque sus emociones están sujetas a aquellos de quienes dependen, pierde su sentido moral por su incapacidad para indagar y criticar, no escucha su propia voz por escuchar con empeño las voces sin nombre de la sociedad. Entrega su libertad y así sus potencialidades y su ser en favor del dominio de algo externo que le hace promesas de seguridad y amenazas de su indispensabilidad.

Mientras que el individuo siga buscando y creyendo que su objetivo está fuera de él, en el pasado o en el futuro, en otra persona o en una asociación, en una idea o una emoción, mientras el individuo se tenga y actúe de mala fe, entendiendo esto como pretextos del hombre condenado a ser libre, para escapar de la angustia de las posibilidades, saldrá de sí y buscará respuestas (si es que tiene todavía el impulso de buscarlas) por doquier, excepto en sí mismo donde pueden ser halladas, . (Fromm 1960; Arcillas 2012).

El capítulo siguiente, pretende, mostrar ahora, desde la perspectiva humanista, no las muchas variantes hacia la deshumanización y la pérdida de la libertad, que fueron el tema de este capítulo, sino lo contrario, las alternativas para retomar la responsabilidad de la vida y su significado.

3. ALTERNATIVAS DE ACCIÓN PARA PROMOVER EL DESARROLLO DE PERSONAS Y SOCIEDADES AUTORREALIZADAS

Se entró en contacto ya con la visión de la condición humana desde la perspectiva humanista y existencial, así como las problemáticas de la sociedad actual con relación a esta visión. Se dará a conocer aquí cuáles son algunas de las formas que el ser humano contemporáneo tiene para alcanzar un bienestar, acorde al marco teórico aquí presentado.

En primer lugar se han dado muchas referencias de lo que debería ser el hombre plenamente humano, principalmente en contraposición a los males del hombre contemporáneo vistos en el capítulo anterior. Se procede aquí entonces a confirmar y aclarar las perspectivas de un hombre sano, acorde a los diferentes autores tratados; es decir cuál sería el modelo de hombre y sociedad ideal, que garantizarían un pleno desarrollo y bienestar.

Las condiciones para dejar de ser una sociedad que deshumaniza al hombre y pasar a una sociedad que le da espacio para desarrollar todas sus potencialidades, no están en un súbito cambio en el gobierno o una transformación que venga del exterior hacia los hombres; no se dará un gran paso en el proceso de evolución social humanística, desde la pasividad, así la sociedad que permita la autorrealización de sus ciudadanos no caerá del cielo ni será producto de políticas o nuevas tecnologías. Será producto de los mismos individuos que luchan por abrirle camino y espacios a este tipo de sociedad, para facilitar el camino a otras personas de hacer lo mismo.

Se debe recordar aquí la responsabilidad personal de crear la propia esencia día con día y cómo esta conlleva a su vez la creación de la esencia de toda la humanidad.

Dado lo anterior, entonces resulta de interés describir qué tipo de hombre será el que propicie estos cambios, preguntando: ¿Cuál es el hombre que tenían en mente, todos los grandes autores revisados, cuando hablaban del individuo plenamente humano? ¿Cuáles eran sus bases y características?

3.1 Vivir humanísticamente

Para Sartre (1984) por ejemplo, la responsabilidad de la auto creación de la propia esencia en el presente y por medio de la acción transformadora y la decisión constante; es lo que le confiere al hombre, este estatus y lo que hace a la sociedad, buena o mala en relación a que tanto interfiera con este proceso.

Para Fromm (1997; 1998) el hombre sólo superará todas sus limitaciones, sus dudas, angustias existenciales y podrá construir una sociedad verdaderamente humana, con base en adquirir conciencia de su lugar en el mundo, y basándose en las actitudes de amor, libertad y trabajo, a expresar sus humanas necesidades. Estas son las formas positivas que tiene el hombre de relacionarse con el mundo y las personas, que le permiten vivir realmente y realizar sus potencialidades humanas, transformándolo y transformándose así en medida que conoce sobre él y el mundo, siendo esto solamente posible desde la acción.

Estas expresiones de amor y de trabajo creativo serán espontáneas, lo cual implica que surgen como verdaderas de la persona y para lograr esta espontaneidad, presente de forma natural en los niños, es necesario conocerse a uno mismo, sólo así se podrá interactuar con el mundo de manera verdadera o espontánea y por lo tanto con amor y ejerciendo el verdadero significado de trabajo. Una vez que el hombre actué así dejara atrás el sentimiento de angustia existencial y desamparo, encontrando su legítimo lugar en el mundo. El yo se verá fortalecido y satisfecho, desaparecerán las dudas con respecto a si mismo; entonces se alcanzará una autorrealización y se ejercerá libertad real.

Así la ética de la sociedad y su finalidad se basará en el principio de que el hombre por sí mismo puede determinar el criterio de lo que él es bueno o malo, las autoridades ajenas, que toman decisiones por él pero no viven las consecuencias de estas no tendrán lugar. El único criterio valido será el bienestar del hombre, su desarrollo debe ser el único propósito de la cultura, tanto a nivel de individuo, como de familia, comunidad, sociedad y especie. La sociedad no debe controlar al individuo y debe ser un medio para su emancipación, crecimiento y felicidad (Fromm 1960; 1977; 1970).

Rogers (citado en Lafarga y Gómez del Campo, 1994) por su parte tenía también una visión clara, de este hombre que ejercía las actitudes de amor y libertad en sus relaciones

con otros individuos, con el mundo y con él mismo. Visualizaba a esta persona del mañana viviendo en una sociedad humanista con las siguientes actitudes:

- Un hombre que no hace uso de máscaras, juegos, pretextos o simulaciones en sus relaciones, odia y resiste los mensajes falsos y valora la autenticidad.
- Se opone a las instituciones e ideas rígidas en favor de la fluidez, adaptación y humanidad en estas, por lo tanto la burocracia y la formalidad irracional no tienen lugar en su mundo. Ve a las instituciones educativas como el mayor obstáculo para una sociedad humanista, estas deben dejar de lado su modelo industrial de producción, en favor de un espacio libre que favorezca el aprendizaje. Ve a la religión como un obstáculo en los intereses de la moral. Muestra poco interés en el matrimonio y tiende hacia relaciones más abiertas.
- Juzga las leyes conforme a su ley personal sin jurar obediencia ciega.
- Tiende hacia el idealismo y activismo, como resultado de su cercanía con el mundo, produce una actitud de rechazo a la pasividad y enajenación.

Este autor también nos indica el camino, cuando habla de la persona después de terapia, reconociendo la igualdad con la persona autorrealizada de Maslow:

- Persona abierta a la experiencia: Percibe los estímulos internos y externos sin la distorsión de mecanismos de defensa, autoengaños, voces ajenas, etcétera.
- La persona vivirá de manera existencial: Con base en el autoconocimiento ganado en su apertura a la experiencia, se percibe de manera diferente el entorno y se adquiere un sentido de dirección, de finalidad en la vida, sin preocuparse de las dificultades e incertidumbre que el futuro pueda traer. Se vive flexiblemente en el presente con base a la experiencia.
- Se gana confianza en el organismo: Gracias a los puntos anteriores, se puede tomar la mejor decisión con todas las capacidades del Ser, en cada caso, se hará así siempre lo que se sienta correcto, se generará el *auto apoyo* necesario para superar obstáculos y aceptar, que pese a tomar siempre la mejor decisión posible, esto no es

garantía de resultados favorables, al vivir existencialistamente y abierto a las consecuencias se aprenderá de esto, sin culpas pero con responsabilidad.

- Sera una persona creativa, constructiva y plena.

Domingo y Torres (2003) facilitan el trabajo de entender qué es vivir humanisticamente y cómo es el hombre que lo hace así, recopilando una variedad de visiones sobre el hombre desde disntintos autores, entre los que destacan:

Maslow y su vision de vivir humanisticamente concretada en el hombre autorrealizado con las siguientes características:

- Vive todos los aspectos de su vida de forma activa, abandonando todas las máscaras y las defensas, con la espontaneidad de un niño se concentrara completamente en la experiencia.
- Ve la vida como un constante proceso de toma de decisiones hacia o en contra de la autorrealización (dependerá de él).
- Escucha la voz interior de sus necesidades y confía en ella.
- Ante la duda, asume la responsabilidad de encararla y buscar la verdad
- Expresa siempre la propia opinión, no se deja guiar por fuerzas externas.
- No se permite ser menos de lo que se puede ser, siempre potencia lo mejor de si
- Está atento a las experiencias cumbre, pues estas pueden facilitar el librarse de una idea falsa.

El hombre emergente, siendo esta la visión de Rogers que ya hemos descrito.

El hombre no encapsulado de Alan Watts:

- No es limitado, no es falso, es holístico
- Reconoce necesidades internas
- Tiene sentido de comunidad y pertenencia

El hombre nuevo de Erich Fromm también ya tratado, recalcando aquí sobre la idea de que el cambio social solo vendrá desde un cambio de valores y actitudes en el individuo, que este cambio no solo es bueno sino más necesario que nunca para asegurar la supervivencia no solo individual sino como especie. Palabras alarmantes pero ciertas si es que se observa la situación de salud actual así como la ambiental.

Sigue el hombre feliz de E. F. Schumacher, donde no se habla de las características del sujeto sino de la sociedad en la que se desarrollara o que él mismo desarrollará. Esta sociedad:

- Superará el racionalismo y dará un giro hacia una actitud de comprender en lugar de manipular, hacia la iluminación y el crecimiento en lugar del control y el poder.
- Desarrolla un sistema económico budista cuyo objetivo es alcanzar el bienestar humano, se introducirán fuertemente los valores y ética al sistema económico.
- Existirá una alta descentralización del poder, producto de la autonomía individual reflejada en la sociedad

Frankl y su hombre con sentido o significado, aporta la siguiente realización:

- la búsqueda de significado el hombre alcanzara colateralmente la felicidad

Por ultimo tenemos al hombre parentético de Alberto, G. R:

- El hombre parentético tiene como principal característica, el no ser pasivo, no ceder el control de su vida, ser libre.
- Tiene también una conciencia humanad desarrollada.
- Es flexible al vivir el momento, se autoactualiza.

Se ve entonces una constancia en los temas tratados por distintos autores desde distintas perspectivas de cómo se vive un individuo humanísticamente desarrollado.

3.2 Tradición oriental o vida espiritual

Ahora para llegar a ser un individuo autorrealizado evidentemente se pueden seguir las prácticas de los autores revisados, comprendiendo estos textos la elección sobre lo que hará con ese conocimiento es depende de cada quien, sin embargo muchas personas encuentran significado y este sentimiento de estar completos, en un lugar aparentemente ajeno a las practicas psicológicas, tal es el caso de los individuos que tienen una vida espiritual activa, lo cual será el tema tratado a continuación.

La primera asociación que se hace de esto es con la religión, por lo que de muchas personas, por razones ya exploradas, la vida espiritual no se será más que tonterías de la iglesia y será objeto de burla y agresiones, sin embargo la vida espiritual supera por mucho las estructuras de las religiones. Se presentan aquí unas definiciones de esta para expresar todo lo que abarca en realidad.

Varona (2016) relata a la vida espiritual con la vida creativa, religiosa, filosófica, artística, ética e intelectual de una persona. En sentido amplio, es la vida metafísica del ser humano su vida trascendente, que supera a su biología animal y al mundo de estructuras físicas que se le presenta.

Dueñas (2003) por su parte indica que la vida espiritual es el mundo de los valores y acciones que hacen que el hombre encuentre sentido en su vida, sentido único que no puede ser impuesto o dado, es así el conjunto de tendencias y practicas relacionadas a la trascendencia del hombre, no hay humanidad completa sin vida espiritual. Quien vive espiritualmente no se deja atar o programar por voluntades preestablecidas, vive el presente, no siente remordimientos por el pasado o ansiedad por el futuro, ama por igual a toda la creación. Además indica que la espiritualidad se asocia con una mayor actitud de comprensión, coherencia, e importancia a las cosas, además de proporcionar bienestar físico.

Entendiendo esto entonces sería una falta decir que la vida espiritual son tonterías innecesarias en la vida del hombre.

Fromm (1960) refleja esta concepción de la vida espiritual como parte importante de la condición humana no sólo, en múltiples referencias en sus libros sino con la concretización del concepto de fe como una actitud básica en las personas siendo el objeto al que va

dirigido de importancia secundaria. El contraste de la fe como actitud, sería la duda existencial, expresada en la personalidad del hombre, cubriendo sus pensamientos, actividad y emociones agotando al hombre y generándole angustia. Así el concepto de fe en este autor es equivalente a la vida metafísica o espiritual que se trata de expresar aquí.

La fe en los semejantes es entonces tanto la causa como la consecuencia de relaciones humanas significativas y verdaderas, por un lado la fe en los semejantes nos obliga a tratarlos de esta manera, a conocerlos profundamente y por el otro lado este conocimiento y cercanía nos hace tener fe en ellos. La fe en otros tiene como culminación la fe en toda la humanidad, se basa en las potencialidades del hombre y de su realización en las condiciones adecuadas, buscando así como consecuencia una sociedad basada en el amor y la justicia. Es decir se refiere aquí a la actitud de fe como precisamente el móvil que da paso al hombre autorrealizado y a su sociedad, dotando de sentido su vida.

Frankl también consideraba que el problema central en el hombre no es biológico, ni siquiera psicológico (como el la entendía), sino que se encuentra en el plano de la existencia espiritual, desde donde se ejerce la decisión. Por lo tanto más allá de la racionalidad simple (Soca, 2001).

Retomando el punto de la paridad de la espiritualidad y la fe, como experiencias humanas bases, con las instituciones eclesíásticas Rogers (citado en Lafarga y Gómez, 1989) señala ciertamente que el ser humano aunque no confíe en la religión o la ciencia o incluso la filosofía, ni en ningún sistema, puede encontrar una base en sí mismo, podrá tener fe en sí y sus semejantes, tendrá una vida espiritual si es que vive con significado.

Con respecto a la tradición oriental, Veiga (2015) y Riveros (2014) indican que el modelo actual, como se ha indicado en el capítulo anterior, está dominado por las relaciones y objetos de fenómenos físicos, como resultado del materialismo consumista. La educación entonces está a su vez supeditada a esto; sin embargo con la visión holística del hombre desde el humanismo, esto es insuficiente, ya que una formación holística debería darle la misma importancia a los aspectos metafísicos de la vida del hombre, lo que el autor llama las ciencias espirituales, diferenciándolas de las ciencias naturales.

Aquí no se trata de ir en contra del saber material o más tradicional y racionalista, el punto es verlo como una parte de la experiencia humana que necesita ser complementado e integrado en el individuo, con su desarrollo espiritual.

Ambos autores proponen y no están solos. El desarrollo del humanismo como idea principal para guiar la educación e integrar estas dos partes de la condición humana. El humanista retomará entonces la vida espiritual humana, que en primer lugar fue separada del individuo y entregada a la religión y la devuelve a su filosofía y psicología, reinstalándola en el hombre, reuniendo sus partes divididas, en muchas disciplinas, para así formar un ser y un cuerpo de conocimientos holístico, en consecuencia de esto se considera al humanismo como la ciencia superior del hombre.

Queda así pues dicho que el hombre se ve fragmentado por un modelo social determinado y que el humanismo es un paso en la dirección correcta en la resolución de esto, sin embargo muchas personas en la actualidad no están en contacto con los autores de filosofía y psicología, tratados aquí, muchos siguen viviendo con este vacío y esta incompletud. Pueden seguir así o pueden buscar una solución a su situación en otros lugares como en las tradiciones orientales, con mucha presencia en la actualidad, como posible solución a la espiritualidad ignorada.

Entonces, dado que el proyecto moderno de hombre está incompleto por su excesivo énfasis en el sentido racional, y dado que los individuos en la actualidad no acuden a la filosofía occidental con mucha frecuencia en su búsqueda de mejoramiento de vida, no hallan refugio en la filosofía de aulas y tratados complejos, tienden a la filosofía oriental y sus prácticas de buen vivir, ya que esta no es una filosofía o conocimiento a puerta cerrada, es una filosofía que se hace como en la Antigua Grecia, con los amigos, con la comunidad en la vida cotidiana (Montoya, 2011).

Dicho esto entonces veremos estudiando solamente una pequeña parte de estas filosofías, por que se tiene esta percepción. Empezaremos por ver al confucianismo, originario de China y gran influencia en toda Asia, como una de estas alternativas, que como se dijo a pesar de no ser la más representada en la cultura occidental como símbolo de estas prácticas orientales es una de las que más peso tienen en su inspiración a las otras.

Al respecto del confucianismo según Lemus (2014) sirve como un puente para superar las contradicciones e incompletud de la modernidad, logra superar esto a partir de la vision humanista enmarcada en el mundo oriental, poniendo énfasis en la responsabilidad comunitaria.

Se dice que Confucio tiene una vision humanista por que sus enseñanzas tienen al hombre y sus problemas como tema principal y se encaminan a un modelo de vida en el aquí y el ahora, que resuelva estos problemas en beneficio de toda la comunidad.

Un ejemplo de este paralelismo con el humanismo se ve en el concepto de Ren, que se traduciría como humanidad, bondad o virtud, etimológicamente podría interpretarse como ir mas allá de uno mismo y verse en relación con los demás y el mundo. Quien practica el Ren, practica entonces su humanidad y será así un hombre bueno o virtuoso, un hombre plenamente humano. El ren es un destino, una meta, así que bajo esta optica el hombre no nace plenamente humano. La humanidad se obtiene con el comportamiento diario hacia uno mismo y los demás.

Otros postulados del confucianismo que resaltan en relacion al tema, son ideas expuestas con esta doctrina, en relacion a que la esencia de la humanidad es el amor, entendido como una forma de solidaridad empatica con los demás, que busca hacer el bien sin esperar recompensa a cambio. El valor del ser humano dentro de este contexto no esta dado por su utilidad limitada, su informacion especializada o su capacidad tecnica, sino por su capacidad ilimitada de desarrollo humano, el valor de la persona y el crecimiento de esta no se da en relacion a tener, sino de ser. Basado en esta fe de las posibilidades humanas para aprender y mejorar ,la educacion es un camino de crecimiento interior y autoactualizacion (Lemus, 2014).

Sin la posibilidad de adentrarnos mas allá de lo superficial en esta doctrina, se puede ver sin embargo que es una que enfrasca la idea de la humanidad, desde el esfuerzo propio y constante, desde un acto de libertad y conciencia, donde se tiene fe en la autoactualizacion. Su idea de humanidad esta construida a partir de las decisiones personales que llevan a una relacion empatica con los demás. Otra doctrina que comparte con el confucianismo La busqueda por el desarrollo individual sin desligarlo del compromiso social, desde una realidad humana, con autoconocimiento y responsabilidad es el taoismo (Montoya, 2011)

Doctrina referida con frecuencia, en el ámbito popular y en el ámbito académico es del budismo, mas precisamente el budismo zen Soca (2001) afirma que lo mejor del budismo es precisamente el zen, cuyas enseñanzas son también a menudo señaladas aparte del budismo, en las aproximaciones a la espiritualidad oriental y sus beneficios para esta sociedad.

Entrando en materia el budismo zen tiene como un concepto de interés principal para la psicología el Tao, equiparado algunas veces a una especie de inconsciente psicoanalítico, pero mejor referido como la conciencia de todos los días, la autoconciencia que indica solo comer cuando se tiene hambre y dormir cuando se está cansado.

Alrededor de este tema de la conciencia esta práctica identifica a la conciencia común, que no es autoconciente, a una prisión autolimitante, es una falsa conciencia que no deja ser, es decir esto es equivalente a la huida de la libertad y el reemplazo de la voluntad propia por mandatos ajenos, el tao en este caso, es la verdadera conciencia que surge cuando se deja de lado la racionalidad ajena y se posibilita la autoescucha. Siguiendo esta lógica también se habló sobre el yo verdadero, humano, que guía, determina y se contruye a sí mismo vs el yo falso, artificial, que es solo una máscara que no deja salir al verdadero.

Regresando a la idea de librarse de la racionalidad ajena, como camino a la autoescucha, el budismo zen tiene, el concepto de Koan, que son los problemas formulados por el maestro de la disciplina que frecuentemente son parodiados en la cultura contemporánea, en especial los que refieren al árbol que cae en el bosque pero que nadie escucha y al sonido de la palma que aplaude sola. Los koan son oraciones paradójicas o absurdas al enfrentrslas con la inteligencia racional mecanicista común, su objetivo es precisamente , dejar inútiles, quebrar esas formas convencionales de pensar, para así captar la verdad con el fondo del ser, con el yo verdadero mas allá de la intelección.

Por lo tanto Soca (2001) señala que tanto el maestro zen, el psicoanalista y el psicólogo humanista, tienen en común y como propósito, el no engañarse con farsas, máscaras y juegos, respecto al hombre y tienen la intención mediante diferentes métodos provocar en el un cambio, que propicie el encuentro con su ser, mas allá de sus ilusiones.

Hilando con este pensamiento en su experiencia Fromm (1998) también señala el concepto de Zatori como esencia del zen, concepto que podría traducirse como la iluminación, esta

iluminación, el satori, es el arte de ver dentro de la naturaleza del propio ser y señala el camino a la libertad, su objetivo es salvar las energías naturales del hombre, de la licura, la parálisis y las distintas formas de deshumanización.

Se habla también del estado mental de *alfluencia*, ilustrado desde la postura del espadachín que cuando se va a batir en duelo, debe mantener la mente en este estado de *afluencia*, evitando la duda, debe escuchar su interior de manera activa y sin interrupciones, combinando esto con la ejecución de sus dictados. No debe obstaculizarse pensando sobre su oponente, ni sobre sí mismo, ni en las espadas, simplemente debe estar ahí con su espada en estado de *afluencia*, siguiendo a su organismo, que es la suma de todas sus experiencias y entrenamientos previos. Indudablemente la referencia aquí es hecha una vez más a la racionalidad obstaculizante del ser y su libertad, a la duda existencial y el deber que tenemos de superarla, la autoescucha y el autoapoyo, etcétera. (Fromm, *Budismo zen y psicoanálisis*, 1998)

Se menciona también, como otro ejemplo del desarrollo espiritual ofrecido por esta disciplina, los 5 pasos para iniciarse en el zen los *Go-i*, que tiene como intención fundar esta lógica holística paradójica y destruir el dualismo antagonico y todas las lógicas reductoras del mundo y del hombre. Por último se presenta un listado de las virtudes cardinales del budismo zen:

1. *Dana* (caridad): es el sentimiento de ayuda a los demás, de beneficiar a los demás, es responsabilidad social existencial.
2. *Sila* (preceptos) son normas de convivencia básicas, como no matar o no robar, esenciales para una vida en armonía.
3. *Rsanti* (humildad) refiere a la actitud de atravesar pacientemente cualquier situación desfavorable, sustentándose en el autoapoyo.
4. *Virya* (energía) es la voluntad de actuar, no ser pasivo ya que el mundo y el hombre se transforman con la acción.
5. *Dhyana* (meditación) estado de ánimo tranquilo ante cualquier circunstancia, claridad.

6. Prajña (sin traducción) Experiencia de la infinita totalidad de las cosas, se dice que no tiene traducción, pero parecería que las experiencias cumbre serían algo equivalente.

Belda (2011) amplía el panorama sobre este movimiento espiritual oriental o humanismo asiático, ligado a varios momentos de transición y a varios movimientos principalmente en la esfera filosófica religiosa, que tienen en común el protagonismo humano y su responsabilidad en su propio destino, así como la exigencia de perfeccionamiento propio y no teísmo o creencia absoluta.

Muestra de esta diversidad de momentos y movimientos, es el siguiente bosquejo:

1. Hinduismo: Cree en la presencia divina en todas las cosas, busca trascendencia de la condición natural en un estado de comunión con este universo divino. da al hombre la tarea de alcanzar la plenitud y llevar también el mundo a su plenitud.
2. Confucianismo: Traslada la autoridad celestial al universo humano, se centra en la elaboración y entendimiento del hombre de virtud y los caminos para llegar a serlo, principalmente por la identificación de un ser humano con todos los demás y el amor presente en las relaciones entre personas, tema central en la doctrina.
3. En Corea su espiritualidad se basa en la poesía y el budismo, como formas de transmitir enseñanzas humanistas, de comunidad e igualdad de todos los hombres, sobre el ejercicio de la libertad sin ataduras psicológicas. se lleva a cabo una búsqueda de desarrollo individual con base en la confianza de las potencialidades humanas, que culmina en una necesidad de “compartir ese despertar con el resto del mundo”
4. En la cultura árabe islámica alrededor del siglo X produjo un potente humanismo, bajo la concepción del hombre como medida universal, con fe inquebrantable en el progreso, uniendo así la razón y el mundo espiritual, dando como resultado gran productividad creativa en su filosofía y ciencias.

En un análisis más general de estas tradiciones, contrastándolas con las tradiciones occidentales, no con la intención de romantizar las orientales, sino para aclarar la diferencia entre las distintas maneras de aproximarse a una filosofía y a la vida Fromm (1988) describe estas diferencias entre el enfoque religioso e ideológico entre occidente y oriente, en lo que llama las tradiciones de lógica aristotélica y la lógica paradójica. Occidente sigue los principios de la lógica aristotélica dictando que A es A y A no es no A, es decir una cosa solo puede ser lo que es y el resto de las cosas están separadas, este principio está tan arraigado en nuestra cultura que no solo suena como una lógica elemental e innegable, sino que su propia explicación cuesta trabajo, de tan básica que es esta verdad. Oriente en cambio abraza la lógica paradójica que básicamente indica que A y no A no se excluyen mutuamente, un ejemplo dado en el texto dice: la gravedad es la raíz de la liviandad; la quietud es la rectora del movimiento. Este tema es sin duda sumamente interesante sin embargo el propósito de este escrito no es disertar sobre estas filosofías, basta con saber cuáles son las bases del pensamiento occidental es decir la lógica aristotélica, la lógica que reconocemos como tal y basta con conocer que existe la alternativa de la lógica paradójica en la que dos cosas diferentes pueden ser a la vez, iguales y distintas y la oposición entre elementos es una categoría de la mente y no un constituyente de la realidad.

Conociendo estas dos lógicas, se ve el impacto en sus respectivas sociedades, en el ámbito de la discusión acerca de dios, occidente siguiendo la lógica estricta de oposición trata de llegar a dios mediante este pensamiento, lo que da como lugar varias fórmulas dogmáticas en diferente grado, que claman ser la verdad absoluta, como se puede ver en el mundo actual y que además pelean unas con otras porque todas claman ser la verdad y como la lógica aristotélica dicta si estas son verdad las otras son falsas, no solo, esto lleva a atacar ideas diferentes si no a la defensa de la propia a toda costa a extremos ridículos; más aún el pensamiento científico se ve enfrascado y puesto en el mismo nivel del fanatismo religioso, al igual que los movimientos de ateísmo agresivo ya que todos claman lo mismo, la verdad absoluta y la falsedad de todos los demás sobre la idea de dios o cualquier otro tema. Esta búsqueda compulsiva por la certidumbre tiene su origen también como se vio anteriormente en el deseo de vencer una duda insoportable, de salvar ese vacío generado por el miedo a la libertad, la angustia existencial, que no encuentra buen camino en un sentido de vida (Fromm 1977; Montoya 2011)

En el pensamiento oriental la lógica de opuestos es un espejismo de la realidad como consecuencia no se aspira a encontrar la verdad mediante estos métodos de pensamiento y disección del mundo, en cambio se busca la verdad mediante el acto de vivir de experimentar de primera fuente el mundo y sus paradojas, capta el devenir humano y su búsqueda de sentido existencial en su relación consigo, los demás y el mundo. Así, la verdad sobre Dios no puede ser descubierta por medio del pensamiento occidental regular, sino por el hecho de experimentar a Dios. Desde este punto de vista lo principal es el acto y no el pensamiento, siendo así, no hay razones para oponerse tan ferozmente a quien piensa distinto y el énfasis de la vida humana no está en estar en lo correcto en el mundo de las ideas sino en vivir correctamente, en la realidad presente. Esto se puede observar en el mundo actual donde grupos de ciertas iglesias actuando todo lo inhumanamente posible contra el prójimo claman superioridad moral por el simple hecho de que ellos creen en dios y en su dogma sin importar sus acciones y que poco sabemos de la red de pensamiento religioso oriental ya que conocemos más sus prácticas y rituales, donde ellos ponen énfasis.

Otro ejemplo de ideologías confrontadas es la del materialismo y el idealismo, a primera vista podría identificarse una sociedad con cada una de estas doctrinas, ambas sin embargo son un reflejo de la concepción del mundo con opuestos absolutos, el materialismo pone énfasis en el mundo objetivo del hombre, negando así su vida espiritual y todo en el que va más allá del materialismo; el idealismo puede llegar a fracturar los lazos con las condiciones reales del hombre, atrapándolo en fantasías, Fromm (1970) menciona que Marx veía al humanismo como una verdad unificadora de estas corrientes, donde el capitalismo, como cultura basada en la producción de bienes daba énfasis a un materialismo mecanicista y las culturas orientales, despreciaban esto prefiriendo el ascetismo. En la realidad actual, el idealismo y materialismo han mutado y se han intercalado más que nunca, pero siempre haciendo una distinción, es necesario por lo tanto si se quiere entender al hombre de manera holística, superar esto y trabajar con el humanismo reconciliador o con la filosofía oriental paradójica.

Fromm (2007) Aborda el tema una vez más indicando una diferencia más entre los pensamientos orientales y occidentales, son las doctrinas de ser y tener, respectivamente, se mencionó ya como la sociedad actual está centrada en los objetos, sobre el hombre y a poseer todo irreflexivamente, sobre las cualidades en sí. Ejemplo de esto fueron las

relaciones humanas que tomaron un carácter mecanicista y utilitario, según el principio de poseer, dando resultados, poco constructivos, en cambio al seguir la doctrina del ser, precisamente se ejercen las cualidades humanas reales, dándose así una relación auténtica y funcional, nada une más a las personas que compartirse mutuamente, compartir su ser, sus ideas y su amor. El ser, también está más ligado a las experiencias subjetivas y no en su posesión como principal motivante, así es más fácil vivir en el presente, dejando ir el pasado, sin aferrarse a las cosas o vivencias, sin dejar de vivir el momento por cuidar no perder otros, es una opción más abierta al cambio y a la mejora. El tener y el ser son otras dos formulaciones de las diferentes actitudes del hombre que determinan su posición ante la vida, todo esto se encuentra presente en la doctrina zen.

Un último ejemplo sobre las diferencias entre el pensamiento de estos dos hemisferios siguiendo la línea de Fromm (1998) se observa, cuando compara a dos poetas, que comparten un encuentro similar con una flor, con un impacto similar, ya que ambos se vieron impulsados a escribir un poema, sin embargo los resultados son diferentes y se pueden interpretar como representación de las dos ideologías de la siguiente forma (tabla 1):

Occidente	Oriente
<p>Flower in the crannied wall I pluck you out of the crannies Hold you there, root and all, in my hand Little flower—but if I could understand What you are, root and all, and all, and all I should know what God and man is.</p>	<p>When I look carefully I see the nazuna blooming by the hedge!</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Observa la flor y la arranca, matandola, separamola de su ambiente, diseccionandola como un científico 	<ul style="list-style-type: none"> • Observa con cuidado la flor y tiene un sentimiento de comunión
<ul style="list-style-type: none"> • Se dice que si pudiera comprender la flor, comprendería 	<ul style="list-style-type: none"> • Se identifica sin obstáculos, comprende sin

<p>al hombre y a dios, no se identifica no esta familiarizado entonces, con la esencia de ninguna de estas cosas, ni con la naturaleza, ni con la divinidad, ni con su propio ser</p>	<p>racionalizar, no toca la flor, experimenta el momento sin resistirse y asi conoce en sus propios terminos, lo comun entre la naturaleza la divinidad y el</p>
---	--

Estoy seguro que muchos mas y mucho mejores analisis se pueden hacer sobre los poemas presentados por el autor como representantes de cada cultura, sin embargo esta pequeña muestra comparativa, dejara en claro la filosofia que impera en cada estilo de vida y las consecuencias de estas, para el actuar y sentir de quienes participan de ellas.

Respecto a todas estas alternativas para completar una vida espiritual, que son a su vez expresiones de la vision del mundo humanista, Ramirez (2011) resalta esta relacion y correspondencia de manera muy clara con la frase “la Gestalt es el Zen de las psicoterapias y el Zen es la Gestalt de las religiones” ambos mundos ocupan la practica de la experiencia, para hacer crecer asi a la persona con un minimo de explicaciones (complicaciones), la meditacion budista seria equivalente al sentir el aquí y el ahora de la gestalt.

Mas allá de esto, se compara tambien la espiritualidad de las terapias humanistas, incluso con otras corrientes no tan presentes como las orientales, que se concretizan en practicas como el yoga o el tai chi, tal es el caso de doctrinas indigenas, en el continente americano, como el chamanismo y su sabiduria mistica, difundido por antropologos, tras el cual se oculta una forma creativa de actuar con base en la intuicion. En la tradiciones asociadas al cristianismo tambien se observa el surgimiento de un gran numero de movimientos con enfasis en la sanacion y los problemas cotidianos (Montoya 2011).

Estas formas y tradiciones surgen y perduran a pesar del mensaje mecanicista de su inutilidad productiva, por el contraste entre el relativismo científico y el positivismo vs la realidad humana total, donde el pensar reflexivo y meditativo, que se caracteriza por no querer saber muchas cosas (modelo general en el capitalismo del saber), sino comprender y ahondar en las más fundamentales, que ayudan a vivir más auténticamente. En la vida práctica, no cabe duda que esto llega más lejos que la acumulación de conocimientos,

porque la profundidad alcanzada plantea una luz sobre a la realidad propia, las realidades que envuelven al individuo y en círculos más amplios (Irizar, González, & Noguera, 2010).

Una muestra mas de la fusion de estas formas de ver al hombre holísticamente y acercar así al hombre a vivir humanísticamente dentro de una sociedad humanista, es la sofrología, disciplina derivada de la medicina. Que se describe como una escuela científica que tiene como objetivo el estudio de la consciencia en equilibrio y los valores existenciales del ser. Con esas pocas líneas se puede observar una aproximación desde la filosofía científica racional occidental a los problemas realmente humanos sin enmascararlos con racionalizaciones que ahogan la parte espiritual.

Esta escuela científica se basa en el método fenomenológico, para liberar al individuo de todo prejuicio o condicionamiento que nuble su visión, obstaculizando así su intuición y autoconocimiento, haciendo uso de la sofrología se pretende que la persona aprenda a entablar una nueva forma de relación entre su mente y su cuerpo.

Con estos fines en mente y bajo la visión científica fenomenológica, se hace uso de técnicas adaptadas del orientalismo como el yoga, el budismo y el zen. Se da énfasis en la relación entre el sofrologo y el paciente como iguales. Se utilizan técnicas de relajación estructurada para que la persona desarrolle de manera progresiva conocimiento de sí misma a nivel corporal, mental, emocional, conductual, axiológico y social. Se pone especial atención al cuerpo como mediador con el mundo, atendiendo aspectos, como la postura, los sentidos, el equilibrio de sistemas biológicos y el fenómeno de la somatización, en este caso somatización positiva, donde una conciencia de lo positivo tiene efectos beneficiosos a nivel psicofisiológico.

Se trabaja el concepto de vivencia frónica, siendo esta una experiencia transformadora basada en la unión de mente y cuerpo. Este concepto suena familiar a las experiencias cumbres y a los estados de conciencia descritos en las doctrinas orientales y espirituales.

La sofrología ha sido adaptada a muchos y muy diversos ámbitos en su búsqueda por ayudar a las personas. (Caycedo & Koen, 2003)

De esta manera se puede ver que no solo desde las culturas orientales se puede dar una integración, del hombre y dejar de lado la deshumanización, se puede recuperar la humanidad desde un esfuerzo occidental médico y científico, siempre y cuando se deje de

los prejuicios y mascarar habituales en su cultura, enfocándose en las necesidades reales de las personas.

Este fenómeno se puede ver también, estudiando las tendencias actuales en este ámbito, de la salud. Teniendo esta necesidad de atender al hombre completo sin minar sus capacidades innatas positivas en mente, así como el contraste de esto con la cultura económica y enajenante actual, se comprenderá la siguiente muestra proveniente del ámbito médico.

Se debe señalar en primer lugar, que la enfermería surgió como una vocación de ayuda y un servicio social al prójimo, tenía sus raíces en la preocupación por ayudar, por participar en la comunidad, después se consolidó como una práctica remunerada y estandarizada, ganado así mucho en conocimiento técnico y prestigio, social pero se volviéndose mecánica y deshumanizante, perdiendo la esencia que tenía como vocación. Se aboga entonces por un retorno al humanismo a tratar a otros como quieres que te traten, a un regreso a los orígenes de su profesión como convicción y no solo como una carrera a seguir para obtener un sueldo, que permita vivir, sugieren poner énfasis en la comunicación con los pacientes, ejecutarla con honestidad, empatía, respeto, autenticidad. Así se podrá retomar el encuentro con uno mismo y con la sociedad, con una profesión con sentido de vida y no solo mecánica. Situación igual es descrita en el ámbito de la medicina, donde se ha perdido el principio de ayuda presente en sus inicios como vocación y se ha supeditado a las reglas económicas y las instituciones ajenas a la salud, se propone entonces también una vuelta al principio y formación humanista, la modificación de la relación con el paciente, hacer la labor con sentido social, regresar a lo necesario para el hombre y dejar lo rentable para el sistema (Berrerril 2016; Justich, 2015).

Para finalizar Dueñas (2003) asocia no solo la vida espiritual, con las practicas humanistas, también asocia ambas a los estudios sobre inteligencia emocional con estas, indicando que la inteligencia emocional es en esencia escuchar al organismo o la voz interna, la persona con inteligencia emocional entonces, asumirá un actitud positiva ante la vida, convirtiendo situaciones malas en oportunidades, tendrá fe en sí misma y los demás, se conocerá a sí misma, será empático y entablará buenas relaciones con los otros y resolverá conflictos en lugar de provocarlos.

3.3 La importancia del papel del psicólogo como agente de cambio en el desarrollo de una sociedad más humana

Con las asociaciones hechas anteriormente entre la práctica psicológica humanista, la necesidad de su presencia en otras profesiones, la necesidad de su ética y su compatibilidad con diversas formas de enriquecer la espiritualidad, por lo tanto la vida del hombre, es claro que el psicólogo, como contacto directo con estos conocimientos y desde un panorama amplio, tiene una gran responsabilidad social.

Como se ha visto la mayoría de estas prácticas benéficas y estas posturas holísticas, ya sea desde el Budismo o la Medicina, se pueden rastrear a un componente primordial, humanista. El psicólogo aunque no pertenezca a la escuela humanista o esté de acuerdo con ella en un nivel teórico, podrá seguir ejerciéndola en un nivel más profundo sin dejar sus propias prácticas y teorías, siempre y cuando el principio por el que se guía sea el de ayudar al hombre, una persona que da terapia pero no tiene como finalidad y motivación brindar ayuda y beneficio al individuo o la sociedad, en ningún grado, simplemente no tiene nada que ver con la psicología, habrá aprendido las técnicas tan enajenadamente cómo es posible.

Así la diferencia estará en que como psicólogo se tiene acceso al conocimiento del individuo, su conducta, motivaciones, emociones, sentimientos, experiencias y demás temas son transmitidos al psicólogo y este tiene la decisión de ocupar estos conocimientos para tornar al individuo en un ser sumiso y dócil, de molde, garantizando un determinado comportamiento o puede usar su rol como poseedor de este entendimiento, para dar al hombre mayor libertad, no controlándolo sino guiándolo hacia una variedad constructiva no conformista de la relación, ayudando así a cada persona en su proceso autónomo de hacer frente a la vida. (Domigo & Torres, 2003).

Está claro cuál de estas dos posturas es la que representa la visión y el ideal humanista, no importando los métodos o rama teórica en la que el psicólogo se asuma como lo indica Fromm (1960) la psicología verdadera debe tomar antes que el análisis de la personalidad individual o los rasgos externos presentados en las personas, el análisis de la condición humana, para así tener una base sólida no sometida a culturalismos.

Rogers (citado en Lafarga y Gómez, 1989) pone también en perspectiva el rol del psicólogo al indicar que es un agente controlador o uno liberador, llegando a indicar que la psicología como ciencia tiene consecuencias más graves que la física, esto es cierto, ya que desde la subjetividad humana nada tendrá más graves consecuencias que lo más cercano a nosotros, lo más personal, la psicología trata precisamente con esto, la física podrá tener parte en la invención de la bomba atómica, pero el impulso de su creación, el hecho de que se llegara a ese extremo, el cómo las personas lidiaron con eso en su momento de crisis, el cómo librarnos de esa sombra que aún pesa sobre la humanidad, como afecto la vida de las personas y demás, esos son temas que atañen a la psicología. Así el psicólogo en relación a los problemas sociales, las temáticas de gobierno, discriminación, educación, relaciones y en general temas que oprimen el potencial humano, no debe ser un ser pasivo, que solo estudia las consecuencias o el desarrollo de estos problemas pues, son problemas que conciernen directamente al psicólogo. Los médicos, como se manifestó anteriormente, teniendo una completa seguridad en su metodología, perdiendo el contacto con su materia y su origen, han perdido también parte de su creatividad y suelen ser completamente incompetentes en cualquier problema social, los psicólogos corren el riesgo de caer en el mismo dogmatismo e inacción y esto no debe permitirse. Se deben usar las tecnologías del hombre y el saber psicológico con un propósito humanista concreto, no solo vendiendo estos al mercado, que lo usara como mejor le plazca, en general para perpetuar su maquinaria y ejercer control sobre las personas (Floyd, 1984).

3.3.1 Psicoterapia

La forma más directa y conocida, en la que el psicólogo allá un nicho para ejercer su responsabilidad como agente de cambio, es la psicoterapia. No se tratara aquí de dar una descripción exacta de sus múltiples variantes y procesos, ya que eso sería una labor casi inacabable, tampoco se tratara de manera extensa los modos de terapia originarios de la corriente humanista, porque aun esto requeriría su estudio como un tema en sí, sin embargo, se dará una pequeña muestra, de cómo estas terapias pretenden, ayudar en este cambio dentro de la persona, para luego seguir tratando el tema en un sentido amplio.

En primer lugar de los grandes pensadores iniciadores de la tradición humanista actual tenemos a Frankl (2009) con su logoterapia, que tomando en cuenta las necesidades reales

del hombre, la libertad absoluta del hombre para elegir la actitud con la que encara al mundo y la importancia suprema de poseer un sentido propio de vida, busca aumentar estas en el individuo, trata de centrar a la persona en el presente y en segundo lugar en el futuro, ya que es aquí donde el hombre puede tomar decisiones y perseguir sus metas y cometidos, forjando así un sentido de vida propio, el enfoque en el pasado aunque puede ser de utilidad, no es la mejor opción para esto. Concede un espacio para lo espiritual en el hombre, la búsqueda del sentido se logra con la voluntad de sentido cuando esto se pierde se produce un vacío existencial. La labor del terapeuta es ayudar a devolver esta voluntad.

Se tratará de transmitir también la enseñanza de que el sentido de vida es único para cada persona, no puede ser inventado o dado por alguien ajeno, se debe descubrir y redescubrir con el tiempo. Así pues, se busca hacer responsable y consiente al paciente de todo esto, dejándolo decidir de forma activa, ante qué o quién es responsable, esto deja afuera los juicios de valor dentro de esta terapia. Con estos propósitos usara muchas técnicas, siendo las más conocidas, la de-reflexión y la intención paradójica. Se indicará también que el hombre tiene dos capacidades, la de auto distanciarse y la de auto trascender, inclinándose por apoyar esta última en el paciente (Tobias & GarciaValdecasas, 2009).

La logoterapia, entonces, posibilita la actualización de la realidad propia del inconsciente espiritual del hombre, facilitando así la manifestación de la existencia humana que tiende hacia lo positivo. Cumpliendo con el deber del psicólogo de realizar cambios positivos en un nivel individual.

La terapia centrada en el cliente, es otra forma de psicoterapia causa y consecuencia del humanismo conocido actualmente, su principal característica es como lo dice centrarse en el cliente, prefiriendo este término al de paciente, ya que desde esta perspectiva, esto denota una inequidad de valor entre las dos personas, minando así el auto apoyo del cliente.

Rogers (1946) plantea, que durante la terapia, el terapeuta no debe dejar ver sus juicios personales ni diagnosticar, lo único que debe emanar de él es un profundo respeto y atención al cliente, su mundo subjetivo y el modo en el que ejerce su individualidad en su vida. Con esto se logra conectar con la otra persona, para así descubrir, con el de referente, que es lo que ocurre con su conducta, pensamientos y emociones, a través de su ser. Así se

podrá conocer las condiciones de la experiencia subjetiva del paciente, en donde se debe poner énfasis, ya que es así de manera individual como el hombre conoce al mundo.

Este modelo de terapia contempla, que una vez conociendo las condiciones del paciente, se puede ayudar en sus procesos de auto actualización, lo que dará un cambio en su percepción propia y del mundo y por lo tanto un cambio en sus relaciones y conductas. Este cambio en la actitud hacia el mundo, es un cambio fundamental en la manera de relacionarse con él, que independientemente del motivo por el cual el cliente llegue a terapia, será el fruto principal de una finalizada de manera exitosa, puede que el problema tratado fue una relación de pareja conflictiva o un sentimiento depresivo, el resultado final guiado por este modelo siempre proporcionara mayor libertad, ya que una comunicación libre, basada en la congruencia, autenticidad, aceptación incondicional y empatía, siempre resultara terapéutica, los amigos y la familia en este sentido también pueden ayudar terapéuticamente, aunque esos momentos son muy breves y escasos debido a la falta de entrenamiento profesional, la intención consiente de esto y al dominio de las tendencias contrarias como el juzgar siempre, en los patrones de relaciones cotidianas establecidos por el sistema.

La comunicación en este contexto terapéutico significa, hacer común algo, conectarse, interactuar, comprendiendo que nunca se llegara a experimentar exactamente lo que otra persona, no siendo esto impedimento para la comunicación y el entendimiento profundo (Garza 2008).

El impulso de cambio aquí viene principalmente del propio cliente y sus fuerzas interiores que lo guían hacia la auto actualización, una vez que se establece con el terapeuta una conexión libre de amenazas, el cliente puede percibir más fácilmente estos impulsos y su subjetiva visión del mundo y resolver cualquier discrepancia o conflicto de estos, de manera constructiva. El ambiente libre de amenazas se enfatiza aquí, porque permite la auto revelación, al percibir la libre voluntad la apertura del terapeuta, genera una respuesta igual del cliente, una caída de las barreras, que dejan ver estos impulsos y conflictos internos a ambas partes. (Garza 2008).

Maslow (1943) con su gran entendimiento de las necesidades humanas y sus mecanismos, indica que la meta más alta es la auto actualización, que solo puede ser

lograda cuando el individuo está consciente de sus necesidades interiores y su realidad, cuando se encuentre en un espacio donde puede ser el mismo con total libertad, donde es libre para expresarse, hacer y aprender todo lo que quiera, así sus teorías e investigaciones, darán un modelo de terapia, basado también en la no directividad, en la confianza en el cliente y su interior, tratando de que haga suya esta misma confianza, que aprenda a escucharse.

Perls (2003) desarrolló también, ampliamente su modelo de terapia Gestalt, siendo considerado una celebridad en terapia, por su forma innovadora de realizarla. Ramírez (2011) incluso habla de una mística que lo rodeaba e inspiraba a la gente a su alrededor. Su terapia, de forma burda, podría resumirse en el principio de que se deben dejar las explicaciones ambientales del problema, y su apoyo y enfocarse en el auto apoyo y la mentalidad de responsabilidad, ya que era claro para este autor que los elementos externos o enajenados que se daban como razones, solo eran excusas para evitarse a uno mismo, negándose la propia humanidad.

Se ponía especial interés en el darse cuenta de uno mismo, en el presente, no en el pasado, lo que él llama escucharse en el aquí y el ahora. En modificar hábitos y romper esquemas, ya que esto implica modos alternativos de pensar y actuar, que son la pauta para un cambio en el cliente.

Desde el ámbito clínico estas son las características que comparten los enfoques humanistas respecto al hombre en una situación terapéutica (Tobias y GarcíaValdecasas, 2009):

1. Autonomía y responsabilidad personal de la vida que da lugar a responsabilidad social (el hombre es libre de elegir)
2. Autorrealización o término equivalente
3. Orientación hacia metas, búsqueda de sentido propio, conducta intencional
4. Mundo subjetivo y humano, la realidad como percibida por la persona afecta su comportamiento
5. Experiencia inmediata holística en el presente

6. Se rechazan las etiquetas en favor de una comprensión empática del punto de vista de la persona
7. Énfasis en la actitud del terapeuta, más que en las técnicas. Importancia de la relación sobre la instrumentalización.
8. Tendencia al desarrollo

En fin si bien esta es una pobre descripción de la psicoterapia se debe tomar en cuenta que existen más de 400 formas registradas de practicar psicoterapia, sumando a esto que cada terapeuta es diferente también, por lo que usara diferentes métodos para acercarse a la persona y resolver la dificultad en cuestión, sin embargo se comparte un objetivo principal. Tampoco la intención de este trabajo se enfoca en la descripción de la psicoterapia, se exploró para tener en cuenta la aplicabilidad concreta de los postulados que se han revisado a lo largo del trabajo, así como la forma concreta más reconocida popularmente, del rol del psicólogo (Riveros 2014).

Este rol sin embargo tiene algunas limitantes, en primer lugar las propias, asociadas a cada enfoque y practica como como Rogers (citado en Lafarga y Gómez 1994) indica las diferentes escuelas de terapia crean asilamientos, en los que resaltan ciertas variantes, el conocimiento se desarrolla en dicha dirección y se ve la falta de eficacia en otras. Propiciando que no siempre la terapia disponible sea la mejor, para determinado individuo, limitando las terapias a determinados sectores o problemas, la inversión en tiempo y esfuerzo por ambas partes es grande, etcétera.

Sin embargo, en términos generales esto no es ninguna limitante para el psicólogo, que como poseedor de una responsabilidad social y de un conocimiento, que lo prepara para incidir y estudiar cualquier cosa en la que el hombre se vea involucrado o interesado, las posibilidades de su acción como promotor de cambios benéficos casi no tiene límites.

3.3.2 Orientación o consejería

Ejemplo de esta versatilidad del saber psicológico y humanista son la orientación o consejería psicológica. Estos tipos de ayuda y apoyo, difieren principalmente de la psicoterapia, por su separación de la psicología clínica diagnóstica que pone énfasis en los tratamientos y diagnósticos, mientras que la consejería se enfoca en el individuo y sus

problemas de vida. En un modo más simple de hablar la psicoterapia tratará con problemas que son considerados más graves, o que son más notorios, también lo hará de una manera más profunda y completa, la consejería como su nombre lo indica es una forma de apoyo, de acompañamiento psicológico y social, no una psicoterapia.

Consejería alude a un asesoramiento en un vínculo horizontal que busca apoyar, orientar e informar, el vínculo horizontal refiere a una alternativa al vínculo vertical con un individuo superior a otro teniendo todo el poder y conocimiento de la situación, esta ayuda en situación de igualdad se enfoca en producir en las personas un proceso de reflexión, e intorno a la situación por la cual están buscando ayuda, siendo las decisiones tomadas para la resolución de la situación, voluntarias e informadas. La consejería psicológica se basa principalmente en el modelo de Rogers de terapia centrada en el cliente, de ahí la relación horizontal y no vertical (Guzmán, 2013).

Así las sesiones de consejería se estructuran, orientando el diálogo entre dos personas, con tiempo definido, para facilitar cambios. Sin embargo estos diálogos no consisten solo en la entrega de información, consejos o sugerencias, conlleva una actitud y formación profesional por parte del consejero, que utilice todas sus habilidades en la búsqueda de reforzar la auto asertividad y demás capacidades del individuo

Este tipo de intervención puede aplicar el conocimiento psicológico, con facilidad, en entornos comunitarios, escolares, grupos específicos o en una situación individual

Si bien tiene un principio claramente humanista la consejería psicológica, ha sido adoptada por diferentes enfoques, adaptando sus propias visiones del individuo y técnicas, ejemplo de esto es la existencia de consejería perteneciente al enfoque cognitivo-conductual, consejería psicoanalítica que es una adaptación libre, a criterio del psicoanalista de las bases teóricas principales de su tema de estudio, la consejería existencialista, que trabaja desde un enfoque fenomenológico y teológico incluso, así como la consejería con base a las doctrinas de la escuela histórico-cultural. (Guzmán, 2013; Febles, 1999).

La orientación según Guzmán (2013) es un apoyo más específico, al desarrollo personal, pero siguiendo un marco o contexto predeterminado, es decir se aplica en situaciones donde ya se ha decidido que habilidades o problemas se tratarán, pudiera ser el caso en la situación escolar, de un alumno que va a consejería psicológica para recibir ayuda con un sentimiento

negativo y a una orientación para desarrollarse mejor en el estudio. Sin embargo consejería, orientación, acompañamiento, aunque tengan diferentes definiciones de acuerdo al autor, o perspectiva, son términos intercambiables con límites difusos.

Tomando en cuenta esto Febles (1999) señala que entre las principales características de una orientación psicológica, destaca su espíritu humanista, manifestado en el objetivo de rescatar las potencialidades individuales del sujeto, estructurando y reestructurando su subjetividad, por medio de todas las formas de comunicación, no solo la verbal, sino la física, como las posturas y gestos, que juegan un papel importante en estos encuentros, entre orientador y sujeto. Este tipo de interacción y los ámbitos en los que se desarrolla reclaman también por un rol más activo del psicólogo en su compromiso con la acción social.

Se reconoce también que este tipo de enfoques se están convirtiendo, si no es que ya lo son, en los tipos de aplicación psicológica más practicados, desde los diferentes enfoques teóricos. Se podría entender esto no solo como el resultado de sus raíces humanistas, que se fusionan con las técnicas de otras psicologías, sino también como ya de ha dicho su carácter más informal que el de la psicoterapia, ayudan a los acompañamientos, orientaciones y consejerías ha llegar más lejos en los distintos ámbitos sociales, por lo tanto les permite ayudar a más individuos.

La formación de consejeros y orientadores, se puede dar directamente desde la instrucción psicológica, la capacitación de terceros por parte de un psicólogo, desde la formación de áreas afines o con un trasfondo humanista sólido, como la pedagogía o incluso desde un ámbito religioso, como se ha visto ya en el tema de la espiritualidad, si la práctica religiosa está cargada de una actitud humanista, la consejería que provenga desde este ámbito también lo estará y así podrá tener un efecto positivo en la persona que la busca.

3.3.3 Educación formal y no formal, sensibilización y desprofesionalización

Dicho esto entonces entramos en otro territorio, que ya no es propiamente el del papel del psicólogo, ya que hemos introducido ahora la posibilidad de una transformación social y personal, con base en los saberes de la psicología humanista si, pero desde áreas que no se

asocian en primera instancia con esta y que incluso pueden desconocerla, este fenómeno atañe a los diferentes trasfondos de educación o formación. La importancia de entender estos trasfondos radica, en que así se podrá entender las potencialidades transformadoras del psicólogo, que puede estar presente o incidir en los ámbitos más importantes de la cultura, como en la educación, en sus diversas formas, en el capítulo dos se exploraron mecanismos de los que se servía la deshuamización para “educar” en sentido contrario al verdadero desarrollo humano, así la posibilidad de una educación humana y verdadera, holística, que ofrezca libertad y autonomía al individuo, sin sujeción a fuerzas industrializantes y presiones del mercado, es una transformación social, que atañe al psicólogo teniendo éste la capacidad para facilitarla. (Saez & Campillo, 2013)

Respecto al tema que indica el subtítulo, la diferencia entre educación formal y no formal, no radica en el carácter pedagógico, sino en uno simplemente jurídico, teniendo una el refuerzo del estado y gremios, detrás de los acreditamientos. Tomando esto en cuenta se puede definir a la educación no formal, como la que no está estipulada en las leyes del estado o equivalentes, es más autónoma y su carácter es independiente del lugar donde se realice, son acciones educativas ejercidas fuera del sistema. La educación formal es bien entendida en términos generales, se mencionará tan sólo que es la educación que tiene sus bases como se ha dicho en estatutos y documentos oficiales. Por último se menciona a la educación informal como una en la que, a diferencia de las dos anteriores, no hay un esfuerzo consciente dirigido a la educación, es la educación etérea e invisible que se adquiere con el devenir cotidiano, es la educación socializadora, a la que se está expuesto desde el nacimiento (Colom, 2005)

Normalmente la educación formal y no formal se antagonizan y se discriminan, pero la realidad es que estos tipos de educación incluyendo a la informal, llevados a cabo de manera correcta de acuerdo a la perspectiva humanista, son complementarios entre sí y están más fusionados de lo que parece, son una continuidad uno del otro, reforzándose mutuamente en favor del crecimiento del individuo. Un ejemplo de esta fusión se da en la universidad donde por un lado se asociaría inmediatamente con una educación formal en papel, pero la realidad subjetiva de las aulas denota claramente una no formalidad rodeada de informalidades, en mayor o menor grado.

De estas tres perspectivas sobre la educación o formación del individuo, la no formal como poseedora de una intención clara en este proceso, pero sin los límites impuestos por las regulaciones tan estrictas del sistema, se erige para llenar vacíos, en la demanda de saberes de las personas, por la formación de nuevas profesiones, nuevas necesidades y nuevas tecnologías, con las que la educación formal tiene problemas para seguir. Abre también espacios no limitados a lo que el sistema entienda por educación, así la educación no formal, será la impulsora de grupos artísticos, educación musical, educación cívica, de vida cotidiana, es decir estará ahí para crear espacios que le permitan al hombre desarrollar todas sus posibilidades. Esta educación por lo tanto es adaptativa y tiene fines de sensibilización.

Los cambios en la sociedad requieren una educación continua, que se entienda como presente por toda la vida y todos los modos no solo en la institucionalización, que se entienda como equivalente a la autoactualización constante, que trasciende las formas sociales a las que ha sido confinada, desprendiéndose de estas normas y acercándose a las necesidades humanas, para que así los conocimientos, aprendizajes y habilidades, no sirvan a un ente ajeno, sino que sean los medios para formarse como ser humano, que sean facilitadores de la libertad y responsabilidad en la propia vida, dignificadores de la condición humana y guías para descubrir una dirección racional significativa, para cada persona (Varona, 2016; Saavedra & Saavedra, 2015).

Se requiere también, reconocer, siguiendo el espíritu de este trabajo que es imposible separar al humanismo como pedagogía de conocimiento y valores morales, de cualquier verdadero programa educativo que sea real y aspire al mejoramiento de la condición humana, el desarrollo de las virtudes personales, la vida creativa e integral del hombre y en beneficio de la sociedad, sea esta educación o mejor dicho este proceso de enriquecimiento formal o informal, profesional o no, se dé mediante curso, intervenciones comunitarias, terapia, consejería, búsqueda de espiritualidad en tradiciones orientales u occidentales, religiosas, filosóficas o psicológicas. (Belda, 2011).

Un concepto clave para entender como esto es posible, siendo mediador de muchos de los procesos descritos y por describir, es el concepto de la sensibilización. Ramírez (2011) indica que si se buscan respuestas desde una perspectiva humanista, en sentido amplio,

entonces los métodos empleados necesitan estar fundamentados en la sensibilidad de significados y en la búsqueda de un contacto directo con la situación en cuestión.

Es en esencia la sensibilidad refiere, a la experimentación de sensaciones, en plenitud, es decir a la verdadera relación de la esencia humana con el mundo, es experimentación de forma integradora de los sentimientos, la razón y es una expresión de las tendencias humanas positivas (Varona 2016).

La educación, como se definió anteriormente, sirviéndose de la sensibilización, debe buscar así la experimentación de la humanidad en sus miembros, sin imponer criterios, sino conduciendo el autodescubrimiento, guiando a los individuos a captar la vida y a disfrutarla.

Educación es entonces, dependiente de la formación de la sensibilidad y el carácter, que transforman el modo de percibir el mundo, lo cual repercute en el modo de actuar. La educación humanista es enseñar el arte de vivir, ofreciendo herramientas para esto, apoyando el autocultivo el autodescubrimiento y la ejecución de un proyecto de vida con sentido (Irizar, González, & Noguera, 2010).

Sobre las formas como esto se logra, al igual que la psicoterapia, las formas de sensibilizar a las personas son muy diversas, en muchos contextos, se pueden llevar talleres con este fin a las escuelas, en los espacios laborales, se puede hacer informalmente, desde la acción ciudadana, por medio de campañas sobre un tema específico, por medio de las formas de sensibilización a uno mismo ya descritas como la sofrología, las practicas orientales, etcétera. En todo caso en la actualidad los medios masivos de comunicación juegan un papel de suma importancia, en el contenido que transmiten, para sensibilizar o desensibilizar a las personas sobre algún aspecto. (Guillen, 1990).

En una definicion mas mesurada, la sensibilizacion, se entiende, como un primer paso en el camino de la transformacion, como un componente facilitador de esto, prepara el camino, para el paso siguiente, retomando en este marco, el tema del saber psicologico y la practica profesional terapeutica, si el psicologo quiere ejercer su rol como agente de cambio, mas alla de la psicoterapia, en primer lugar tendra que trabajar la sensibilizacion con el publico, para poder pasar despues a la desprofesionalizacion de lo que quiere transmitir.

Para entender lo que es la desprofesionalizacion primero se debe partir del concepto de profesion. Brevemente, se dira que se entiende por profesion, lo que resulta de una vocacion o ocupacion que atraviesa por un proceso que supone una formacion especializada, con la superacion de exámenes que dan derecho a títulos y licencias, sancionados por una autoridad interna, sustentada por una autoridad estatal, cuando una vocacion se convierte en profesion reclama prestigio social, recompensas materiales y un monopolio sobre los conocimientos y servicios brindados, además de una posicion de superioridad con las profesiones subordinadas, protegiendo estos privilegios de multiples maneras, una de las formas de hacer esto, es mediante el lenguaje especializado, como forma de mantener el conocimiento lejos del alcance de los no iniciados. (Saez & Campillo, 2013)

La desprofesionalizacion puede ser entendida entonces como el descuido de las motivaciones principales de la profesion, por actividades y voluntades ajenas e intrusivas, como la burocracia empresarial, intereses propios, juegos politicos y demas. Sin embargo la definicion con la que se trabajara aquí, importante para la comprension integral de estos temas, es la desprofesionalizacion como la perdida del dominio de los conocimientos, por un solo sector elite de la poblacion, en este caso se habla claramente de los conocimientos de psicologia humanista, que atañen a todos los hombres, por lo que es imposible y contraproducente, guardar estos saberes y sus frutos hermeticamente, se entendera entonces que la desprofesionalizacion es el resultado de una serie de movimientos dirigidos a reducir el deficit de conocimiento entre el profesional y el cliente, esto se puede dar con las actividades trabajadas aquí como la sensibilizacion, la educacion, el acercamiento a tradiciones humanistas que promuevan este conocimiento propio o por el aumento de una poblacion desarrollada humanisticamente. (Guillen, 1990; Saez & Campillo, 2013)

La psicologia entonces ha tendido a la desprofesionalizacion, desde hace tiempo, por no tener un cuerpo de conocimientos y metodos uniforme, como consecuencia de esto tambien el sector y sentido de su trabajo esta esparcido por muchos ambitos, dificultando el monopolio ya que el psicologo comparte mucho con otros profesionales de la salud, la educacion, la filosofia, las ciencias social y practicamente todo ambito en el que el hombre meta sus manos, otra razon de la tendencia a la desprofesionalizacion en psicologia, es que la mayoria de las personas no acuden al psicologo para resolver sus problemas, es por eso que tendencias como la sensibilizacion, intervenciones, talleres, acompañamientos,

consejerías y demás que tienden a esta desprofesionalización, son las que más representan los saberes del psicólogo en la población general, desprendiéndose así también su importancia. (Saez & Campillo, 2013)

Irizar, Gonzalez, & Noguera (2010) comentan que esta humanización de la cultura, por medio de la educación humanista exige el esfuerzo y la creatividad de optar por un modo verdaderamente racional, que supere al racionalismo como excusa y pretexto, para juegos que limitan la libertad y potencialidades humanas. Aceptando la totalidad de las experiencias humanas que van más allá de los bienes materiales y el plano físico, como sistema dominante que falsea y contradice la realidad del hombre y de su vida social, arrojando la libertad humana en el vacío y el sin sentido.

Así la educación entendida como todo lo que propicia el desarrollo de la persona, desprendida de la desprofesionalización del saber psicológico humanista, debe combatir y prevenir la alienación y facilitar y fortalecer la vida espiritual del hombre y el universo objetivo de las ciencias como parte de este. La alienación consiste en todo estado de oposición a lo humanos, su manifestación es muy variada pero siempre es opresión, impedimento, degeneración, enturbiamiento. Sus diferentes formas evolucionan constantemente. El humanismo es su opuesto, así del humanismo también se exige una constante mejora, no solo para contrarrestar a la alienación sino para el mejoramiento del mundo del hombre y su relación con este.

3.3.4 Formación de líderes humanistas

Se examinara entonces el concepto en el que culmina el tema, los líderes humanistas, en este caso desde un punto de vista institucional que a adoptado al humanismo en sus prácticas Moreno (2010) ve al líder humanista, en el contexto siguiente.

En primer lugar indica que la característica de liderazgo se distingue por su capacidad de conducir o facilitar a otro el camino hacia cierto ideal. En este caso un líder humanista por lo tanto facilitara el camino hacia lo indicado por esta psicología y filosofía, es decir hacia el descubrimiento de las potencialidades del hombre y el rompimiento con sus dudas y vacíos, ya que es imposible hablar de humanismo desde la inacción de este. Después de

esto de entiende tambien que cualquier person apor el hecho de serlo, tiene la potencialidad de convertirse en un lider.

Estos lideres tienen las cualidades de un persona plena, son autocncientes, toman decisiones con responsabilidad en sus vidas, son empaticos, fomentan buenas relaciones, tienen una vision real del mundo, conociendo su condicion humana, tienen confianza en ellos mismos y en los demas.

Guiian asi a los demas enseñando con el ejemplo, ejerciendo su humanidad en todo su ser, conretizandolo en acciones, trabajando asi de manera creativa y productiva, con significado y pasion. Como resultado de esto tambien puede ayudar a recuperar la humanidad y el sentido en otras personas. Este lider es dinamico, responde continuamente a su experiencia autoactualizandose y aunque en la practica empresarial todas estas palabras sobre lo que es ser un lider humanista, se pierdan o perviertan, no dejan de ser ciertas.

Ahora en el aspecto social la funcion de un lider humanista, ademas de cambiar su propio mundo y quizas a los que lo rodeean, tambien comparte su funcion con algunos ideales del humanismo como movimiento, es decir, el hombre tiene la responsabilidad de innovar de transformar su entorno par maximizar la pelinitud de su vida y la de sus semejantes. A partir de ubicarse en el lugar del otro, comprende lo que es ser humano en conjunto, por eso es indispensable como entendidos del humanismo y comprometidos con el, en cualquiera de sus multiples representaciones, mostrar el ejemplo de los lideres, pensadores y constructores de este ambiente libre de amenazas en el que el individuo de una nueva sociedad puede surgir.

La formacino de profesionales en todos los ambitos, asi como el acercamiento del enfoque y sus ofrecimientos, a los que no son profesionales, es de suma importancia para apuntar a una creatividad colectiva y una transformacion social. (Yaccuzzi, 2016)

De una manera u otra se ha venido hablando de esto desde el principio del capítulo (o desde el principio de esta tesina) al hablar del hombre que vive humanísticamente, hablamos también de un líder humanista, aunque no se asuma como tal y no ocupe puestos normalmente considerados de poder, se ha visto desde los postulados del humanismo como la sociedad no puede cambiar sin primero cambiar los hombres que la componen y que este cambio a la vez impulsara y facilitara el camino para que la esencia humana siga este ideal

humanista. Desde la tradición oriental se ha visto como el cultivo de la espiritualidad, de la vida humana holística con todas sus potencialidades, lleva a la responsabilidad y al bienestar social, con la psicoterapia se observa una aplicación directa de estos conocimientos humanistas dirigidos al bien del prójimo, generando un cambio en el mundo una persona a la vez, los apartados dedicados a hablar de la sensibilización, la consejería y la educación, toman en el mismo sentido, es decir la difusión de este espíritu humanista, no en términos de un liderazgo que nos guiara a la victoria, sino en términos personales, de individuos que generan cambios al adquirir una percepción amplia del mundo acorde al humanismo-existencial y sustentada en una labor personal.

Cualquier persona que viva de manera humanista, es un líder humanista, porque su sola presencia es una guía, que indica que es posible vivir de una mejor manera, dejando atrás las máscaras, los complejos, las neurosis, las autointerrupciones y demás, en favor de una vida plena, donde se ejercen las potencialidades, la creatividad, la libertad y el amor.

Así la formación de líderes humanistas, no está limitada a la formalidad de un programa en las aulas con tal finalidad, sino que se extiende, por todos los temas tocados aquí y por muchos más temas que permanecen inexplorados por este texto, ya que el humanismo se podrá entender ahora no solo como una parte o teoría de la psicología, tampoco como una filosofía entre muchas otras, es más bien una serie de movimientos de carácter universal y constante, en las culturas del hombre, que van orientados hacia el individuo, sus vidas, sus dilemas y su esencia, el humanismo está presente así en cada revolución de conciencia humana que ha propiciado un cambio en la sociedad o en la vida singular de alguna persona, en consecuencia de la irreductibilidad del hombre, que no puede ser fragmentado ni comprendido si no es de manera holística, gestáltica y con significado, el humanismo como su nombre lo indica tiene el potencial de surgir en cada obra y decisión construida por el hombre verdaderamente libre. El humanismo no es sólo una psicología; es un compromiso con el hombre. (Belda 2011; Floyd 1984).

CONCLUSIONES

Para cerrar el texto, se retomara de manera general los puntos principales de cada capítulo, como es lógico, se iniciara por el principio. En el capítulo uno se dio un repaso por las ideas clave del humanismo, expresadas por los principales autores de la materia, de aquí se puede llegar a conocer la naturaleza humana desde una forma positiva, que va más allá de las limitadas visiones que a menudo se tiene de la propia condición, con esto se logra expandir el horizonte de pensamientos e ideas sobre la propia condición humana, abriendo el camino para nuevas formas de ser, pensar, sentir y ver el mundo, este es un primer paso al autoconocimiento, termino ya familiar, al dar a conocer esta concepción del hombre, se arroja un poco de luz sobre el conocimiento interno, puede que esas ideas sean, negadas, rechazadas y desvaloradas, pero puede también que hagan eco en la persona, que entienda ahora un poco más, alguna acción o momento en su vida, que logre acercarse un poco a sí mismo.

Si ese primer capítulo se puede equiparar con un primer paso al autoconocimiento, una base, el segundo, seguirá profundizando cada vez más en las posibles ilusiones de las que se es víctima, impidiendo un crecimiento, se cuestionó principalmente, el modelo social vigente y al hombre que habita en él y que lo alimenta, estos temas rompen con las máscaras absolutistas que rigen la vida moderna, las ilusiones de perpetuidad, sin alternativas de cambio, los patrones recurrentes en las relaciones, que dejan al individuo con un vacío en el corazón, una y otra y otra vez, al observar estos temas desde la perspectiva humanista, se abre una grieta, que puede llegar a romper con esto, dejando al hombre frente a su realidad desnuda y sin máscaras, enfrentándolo con esta, con su propia libertad y responsabilidad, en mayor o menor medida, no se afirma las cualidades transformadoras, salvadora de vidas, de las palabras escritas ahí, pero no se niega que el tratar esos temas, puede desencadenar en un hombre la voluntad para salvarse a sí mismo, de alguno de los males que logra identificar en el texto y en su vida de alguna u otra manera.

Terminando la lectura de los capítulos, se tiene una más amplia perspectiva, de los factores que inciden en la vida plena del hombre, que en la sociedad moderna se ven limitados, por el carácter productivo de esta. El alcance de la actitud humanista en beneficio

del hombre, sugerido a lo largo de todo el texto, se ve más claramente, en el último capítulo, entendiendo el rol de la responsabilidad personal, más allá de afectar solo al individuo, es decir se observa como mediante, la formación de psicólogos y líderes humanistas, por medio de la difusión de las diversas formas de interpretar el espíritu humanista, de hacer del sujeto una persona activa en la creación de su ser y de su sociedad, se puede lograr, una mejora en la sociedad y en la vida de las personas que habitan en ella.

El humanismo al final de todo esto, no se entiende ya, solamente como una simple rama de la psicología, ni en términos encasillados, se observa en cambio que el humanismo, como base del hombre, que vive en una realidad subjetiva, puede ser expresado mediante muchas formas diferentes, desde la psicología formal se forman personas humanistas, que construir a su alrededor una realidad social más humana, por medio de las psicoterapias y consejerías, el fenómeno de la desprofesionalización a su vez, abre la puerta a formas más variadas en las que el psicólogo, activamente se ocupa de su compromiso con la sociedad, promoviendo por diferentes medios, en diferentes grados, una mayor humanización de la sociedad y las personas, este fenómeno también permite que sectores sociales de la población, ajenos a la academia psicológica, tengan más herramientas para expresar y pelear por su propia humanidad, en el contorno específico de sus situaciones.

Al final no hay duda, que cada quien tiene que descubrir la forma concreta en la que vivirá su humanismo y la forma o el área en la que trabajara, transformando a la sociedad, para mejor. Solo algunos ejemplos y guías básicas se pueden dar en este texto u en cualquier otro, el conocerse, el conocer las limitantes propias y del entorno que causan malestar, no solo a nivel intelectual, sino como se ha expresado en el trabajo, con todo el ser. El aceptar la responsabilidad de cambiar esto y el pasar a la acción, modificando las formas de ver y de interactuar, con las otras personas y el mundo, para lograr así la iluminación, la autorrealización o lo que algunas personas llaman simplemente una vida feliz, no es algo que se pueda lograr, con solo leer un texto, aunque sea el mejor texto jamás escrito por la persona más iluminada en el mundo, el camino a una vida plena en el marco humanista-existencial depende en principio y última instancia de uno mismo, del actuar, de la voluntad diaria.

De esta manera el humanismo, puede ayudar a una persona a superar sus dificultades y superarse a sí misma, solo en la medida que esta persona esté dispuesta a ayudarse a sí misma, siendo que la persona tiende dentro de sí, solo potencial de crecimiento, esto no es algo dejado a la suerte, es una cuestión de derribar las limitantes de este potencial, como se hace con el espacio libre de amenazas del psicólogo humanista. Y cuando el humanismo es la base de algún factor social como la educación escolar, la industria, las campañas de redes sociales, su capacidad de beneficiar a más personas se ve incrementado, por esos es importante, la difusión de estas actitudes en diversos ámbitos, esto puede lograrse mediante los líderes humanistas que cubren una doble función, en primer lugar puede darse una transformación a nivel social gracias a sus influencias, en estos sectores sociales, como quien es pionero en educación humanista y por otro lado la sola presencia de una persona con esta actitud, genera un cambio en las personas que están a su alrededor, puede que unas de estas, tengan miedo y huyan de lo que ven de sí mismos en la persona que vive humanísticamente, no están preparados para enfrentarse con su verdadero ser y hacer algo al respecto, pero se entenderá que también muchas personas se vean afectadas de manera positiva, por la persona con actitud humana, aunque sea manifestándose en un mínimo grado, como la vaga sensación de comodidad cuando se está con él.

En resumen el potencial para la mejora de la sociedad humana, con base en los fundamentos humanistas, esta solo limitada de la misma manera que lo está la vida plena de las personas, es decir, por el miedo, la ignorancia y la apatía hacia nosotros mismos. El humanismo tiene el potencial transformador, solo porque el hombre tiene este mismo potencial que tiende hacia la vida dentro de él. Ignorarlo no resulta en nada bueno para el individuo y tampoco resulta en nada bueno para la sociedad que por medio de sus sistemas e instituciones ignora los principios humanistas.

BIBLIOGRAFÍA

- Arcillas, A. (2012). Jean Paul Sartre: a 50 años de la critica de la razon dialectica. *Estudios politicos. Nueva epoca. No. 25*, 23-35.
- Belda, B. J. (2011). La teoria universal del humanismo. *Analecta Malacitana: revista de la Seccion de Filologia de la Facultad de Filosofia y Letras. Vol. 34 No. 2*, 635-657.
- Berrerril, L. C. (2016). The humanism in the practice and formation of nursing: a transforming process. *texto y contexto enfermagem Vol. 25 No. 1*, Epub.
- Bolivar, E. (2006). El humanismo del existencialismo. *Dianoia. Vol. 51 No. 57*, 189-199.
- Caycedo, N., & Koen, V. (2003). La sofrologia Caycediana: mas que una tecnica de relajacion. *Natura Medicatrix. Vol. 21 No. 6* , 355-361.
- Colom, A. J. (2005). Continuidad y complementariedad entre la educacion formal y no formal. *Revista de educacion. No. 338*, 9-22.
- Domigo B, J., & Torres A, R. (2003). Del hombre autorrealizado al hombre modular. *Gestion en el tercer Milenio, Revista de Investigacion de la Facultad de Ciencias Año 6 No. 12*, 55-66.
- Dueñas, B. J. (2003). Inteligencia, Inteligencia emocional y espiritualidad. Una reflexion desde la psicologia humanista. *Revista Cubana de Psicologia. Suplemento. No1*, 54-56.
- Febles, E. M. (1999). La orientacion psicologica desde el enfoque historico-cultural consideraciones generales. *Revista cubana de psicologia. Vol. 16 No. 3*, 211-213.
- Floyd, W. M. (1984). *Conductismo y Humanismo. ¿Enfoques antagonicos o complementarios?* Mexico, D.F: Trillas.
- Frankl, V. (2009). *El hombre en busca de sentido*. España: Herder.
- Fromm, E. (1960). *Etica y psicoanalisis*. Mexico: Fondo de Cultura Economica.
- Fromm, E. (1970). *Marx y su concepto de hombre*. Mexico: Fondo de Cultura Economica.
- Fromm, E. (1977). *El mido a la libertad*. Argentina: Editorial Paidos.
- Fromm, E. (1982). *El corazon del hombre*. Mexico: Fondo de Cultura Economica.
- Fromm, E. (1988). *El arte de amar*. Mexico: Paidos.
- Fromm, E. (1998). *Budismo zen y psicoanalisis*. Mexico. D.F: Fondo de Cultura Economica.
- Fromm, E. (2007). *Tener y Ser*. Barcelona: Paidos Iberica.

- Garza, M. R. (2008). De la fenomenología existencial a la comunicología. *Razon y Palabra [en línea]*. Vol. 13 No. 64, Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2769945>.
- Guillen, M. F. (1990). Desprofesionalizacion, proletarizacion y poder profesional en las organizaciones complejas. *Reis: Revista española de investigaciones sociológicas*. No. 51, 35-52.
- Guzman, M. I. (2013). Consejeria ¿Aporte o desafio al rol del psicologo escolar? *Universidad de Chile Facultad de Ciencias Sociales*. Disponible en <http://www.repositorio.uchile.cl/handle/2250/130118>.
- Irizar, L. B., Gonzalez, C. J., & Noguera, P. C. (2010). Educacion y desarrollo humano: Una propuesta de educacion humanista para latinoamerica. *Revista historia de la educacion latinoamericana*. No. 15, 147-176.
- Justich, P. R. (2015). ¿Medicina basada en el mercado o medicina basada en el paciente? *Archivo Argentinas de Pediatria* Vol. 113 No. 2, 146-153.
- Lafarga, C. J., & Gomez, C. J. (1989). *Desarrollo del potencial humano. Volumen 2*. Mexico: Trillas.
- Lafarga, C. J., & Gomez, C. J. (1994). *Desarrollo del potencial humano. Volumen 1*. Mexico: Trillas.
- Lemus, D. D. (2014). Confucianismo com ohumanidad: claves para complementar la modernidad. *Mexico y la Cuenca del pacifico* Vol. 3 No. 9, 77-104.
- LLano, C. C. (1995). *Los fantasmas de la sociedad contemporanea. Compulsica, Permisiva, Impersonal, Hedonista y Anarquica*. Mexico: Trillas.
- Maslow, A. (1943). A Theory of Human Motivation. *Psychological Review*. No. 50, 370-396.
- Maslow, A. (1999). *La Amplitud Potencial de la Naturaleza Humana*. Mexico: Trillas.
- Montoya, V. M. (2011). Oriente vs Occidente. Un acercamiento al pensamiento filosofico occidental. *Pensamiento humanista*. No. 8, 79-96.
- Moreno, P. C. (2010). Liderazgo humanista y accion directiva. *Aprende RH* No. 29, 78-90.
- Perls, F. (2003). *El enfoque guesaltico & testimonios de terapia*. Chile: Cuatro Vientos Editorial.
- Piñera, H. (1984). La posicion de Sartre en la filosofia existencial. *Revista Cubana de Filosofia*. Vol. 1 No. 3, 20-26.
- Ramirez, C. I. (2011). La terapia Gestalt y la presencia terapeutica de Fritz Perls: Una entrevista a Claudio Naranjo. *Universitas Psychologica* Vol. 10 No. 1, 287-296.

- Riveros, A. E. (2014). La psicología humanista: sus orígenes y su significado en el mundo de la psicoterapia a medio siglo de existencia. *Ajayu Vol. 12 No. 2*, 135-186.
- Rogers, C. R. (1946). Significant Aspects of Client-Centered Therapy. *American Psychologist*, 415-422.
- Rogers, C. R. (1946). Some Observations on the Organization of Personality. *American Psychologist*, 358-368.
- Saavedra, R. L., & Saavedra, R. S. (2015). La labor del profesorado desde la reflexión pedagógica. *Revista Colombiana de Educación. No. 68*, 211-277.
- Saez, C. J., & Campillo, D. M. (2013). La universidad desde sus imágenes. Profesionalización, desprofesionalización o proletarianización en la universidad contemporánea. *Revista Athenea Digital. Revista de pensamiento e investigación social. Vol. 13 No. 1*, 121-137.
- Sartre, J. P. (1984). *El existencialismo es un humanismo*. Barcelona: Ediciones del 80.
- Sartre, J. P. (2005). *Bosquejo de una Teoría de las Emociones*. España: Alianza Editorial.
- Sartre, J. P. (2005). *El Ser y la Nada*. Buenos Aires: Losada.
- Soca, G. J. (2001). Psicoanálisis y psicología humanista-existencial y sus posibles encuentros con el Budismo Zen. *Psicología desde el Caribe. No. 7*, 1-34.
- Tobias, C. I., & GarcíaValdecasas, C. J. (2009). Psicoterapias humanístico-existenciales: fundamentos filosóficos metodológicos. *Revista Asociación Española de Neuropsicología. Vol. 29 No. 104*, 437-453.
- Varona, D. F. (2016). Una mirada humanista a la educación estética de la sensibilidad humana. *Aithesis No 60*, 111-128.
- Veiga, M. d. (2015). Revisiting humanism as guiding principle for education: an excursion into Waldorf Pedagogy. *Educar Revista No.56*, 19-31.
- Yaccuzzi, P. V. (2016). El desafío del siglo XXI: Recuperar el esplendor de la academia. *Revista digital Rosebud*.