

See discussions, stats, and author profiles for this publication at: <https://www.researchgate.net/publication/212684226>

# Aproximación filosófica El educacionismo como síntoma psicológico de la Seguridad Humana

Chapter · January 2006

DOI: 10.13140/2.1.3635.7120

---

CITATIONS

0

READS

327

1 author:



Régulo León-Arteta

Colegio de Postgraduados

24 PUBLICATIONS 12 CITATIONS

SEE PROFILE

Some of the authors of this publication are also working on these related projects:



Manejo Forestal Comunal en México [View project](#)



CONTEXTO HISTÓRICO DEL MANEJO DE LOS MONTES COMUNALES MEXICANOS [View project](#)

All content following this page was uploaded by Régulo León-Arteta on 15 May 2014.

The user has requested enhancement of the downloaded file.

COORDINACIÓN: DRA. GUILLERMINA BAENA PAZ

# SEGURIDAD HUMANA

y capital  
emocional

<http://www.metadataa.org.mx/capital/emocional>



American Council for  
The United Nations  
University



NODO  
FUTURO  
MEXICO

**metadataa**

CC BY-NC-SA  
Creative Commons

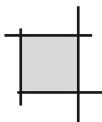


# SEGURIDAD HUMANA Y CAPITAL EMOCIONAL

Coordinación: Dra. Guillermina Baena Paz

---

Proyecto PAPIME Laboratorio de Estudios del Futuro DGPA-UNAM  
Red EYE (Escenarios y Estrategia) en América Latina MP AC/UNU  
Nodo Futuro México, Red EYE  
Metadata, Consultoría y Servicios de Comunicación S. C.  
Primera Edición. México, diciembre de 2006





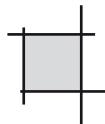


# SEGURIDAD HUMANA

y capital  
emocional

*Carlos Alberto Sarti Castañeda | Delia Selene de Dios Vallejo | Eddie Eynar Ruiz Trejo | Eduardo Raúl Balbi  
Gabriela Ortega Pierres | Guillermina Baena Paz | Jordi Serra | Juan Pablo Fernández Pereira  
María del Carmen Chavarría Amaya | María del Carmen Muñiz Rangel | María Magdalena Ramírez Trejo  
Miguel Armando Garrido | Montserrat Gómez Ramírez | Néstor Hugo Carballido | Noé Carrasco Rodríguez  
Régulo León-Arteta | Sandra Kanety Zavaleta Hernández | Susana Chavarría Amaya*

México 2006





**COORDINACIÓN DE LA OBRA**  
Guillermina Baena Paz

**COORDINACIÓN EDITORIAL**  
Miguel Ángel Espinosa Mondragón

**EDICIÓN Y DESARROLLO DE E-BOOK**  
Margarita Fernández Velázquez

**EDICIÓN GRÁFICA**  
Enrique Medina Zúñiga

**REVISIÓN DE ORIGINALES**  
Guillermina Baena Paz

**FOTOGRAFÍA DE PORTADA**  
*Mi cuerpo y yo*  
(París, Francia, 2006)

©Margarita Fernández  
Derechos reservados  
con extensión de licencia  
*Creative Commons*.

Copia y distribución permitidas,  
siempre y cuando se cite al autor.  
Se prohíben la modificación y el lucro.  
[marfervelaz@yahoo.com.mx](mailto:marfervelaz@yahoo.com.mx)

**PRODUCIDO EN MÉXICO POR:**  
**Metadata**, Consultoría y Servicios  
de Comunicación S. C.  
<http://www.metadata.org.mx>  
[metadatagcd@yahoo.com.mx](mailto:metadatagcd@yahoo.com.mx)

**DERECHOS RESERVADOS**  
Dra. Guillermina Baena Paz

Proyecto PAPIME / Dirección General  
de Asuntos de Personal Académico.  
Facultad de Ciencias Políticas y  
Sociales de la UNAM.  
Red EYE (Escenarios y Estrategia)  
en América Latina MP AC/UNU  
Nodo Futuro México, Red EYE.

**COPYLEFT**  
Reservados todos los derechos  
a favor de sus autores, quienes  
acogen su obra bajo la licencia  
*Creative Commons*, de uso  
público, que permite al lector  
copiarla y distribuirla libremente,  
siempre y cuando no la utilice para  
fines lucrativos, no modifique sus  
contenidos y adjunte esta  
nota con cualquier copia o distribución.

**NODO FUTURO MÉXICO, RED EYE**  
(Escenarios y Estrategia)  
en América Latina MP AC/UNU.  
[seminariodeestudiosprospectivos@yahoo.com.mx](mailto:seminariodeestudiosprospectivos@yahoo.com.mx)

**PRIMERA EDICIÓN**  
México, D. F., diciembre de 2006.

**PRÓLOGO**  
*Eduardo Raúl Balbi*

9

**PRESENTACIÓN:  
NUESTRAS RAZONES**  
*Guillermina Baena Paz*

15

## **PARTE 1: LA CONSTRUCCIÓN CONCEPTUAL DE LA SEGURIDAD HUMANA Y DEL CAPITAL EMOCIONAL**

**LA RAZÓN APASIONADA**  
En el escenario del “mundo feliz”  
*Juan Pablo Fernández Pereira*

23

**EL BLUES DEL ESLABÓN PERDIDO**  
Una visión evolucionaria de la inteligencia emocional  
*Jordi Serra*

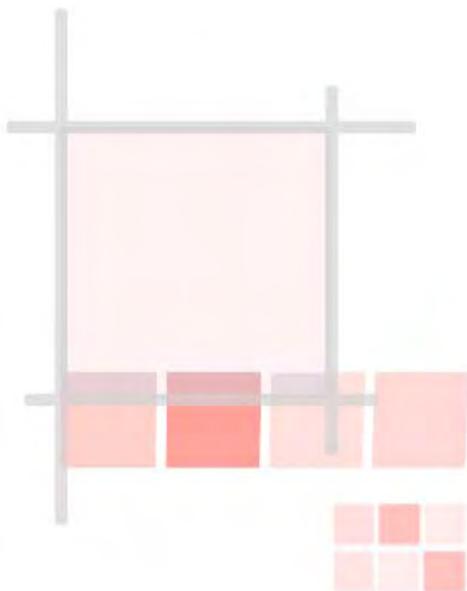
37

**LA SEGURIDAD HUMANA**  
En un mundo desigual  
*Sandra Kanety Zavaleta Hernández*

49

**INFRAESTRUCTURA EMOCIONAL**  
El reto de construirla en sociedades posconflicto.  
El caso de Guatemala  
*Carlos Alberto Sarti Castañeda*

63



**HACIA EL FUTURO, EL HOMBRE**  
Visión antropológica del constructor de la paz  
*Miguel Armando Garrido*

83

**SENSIBILIDAD Y SOLIDARIDAD SOCIAL**  
Efectos de su descapitalización  
*Néstor Hugo Carballido*

97

**APROXIMACIÓN FILOSÓFICA**  
El educacionismo como síntoma psicológico  
de la Seguridad Humana  
*Régulo León-Arteta*

115

**CAPITAL EMOCIONAL, UNA VISIÓN SOCIAL**  
Análisis de conceptos y recuento de teorías  
*Susana Chavarría Amaya*

125

**EL POTENCIAL DEL CAPITAL EMOCIONAL**  
Posibilidades de la Seguridad Humana  
*Guillermina Baena Paz*  
*Eduardo Raúl Balbi*

149

## PARTE 2: APORTES DE CAPITAL EMOCIONAL A LA VIDA COTIDIANA

**“CANTA Y NO LLORES...”**  
Recuento de la ira ciudadana  
*Guillermina Baena Paz*

163

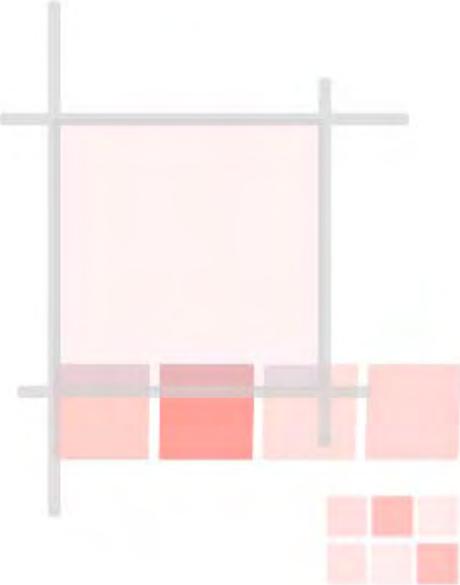
**AUTOBIOGRAFÍA EMOCIONAL**  
Una vía para la Seguridad Humana  
*Gabriela Ortega Pierres*

189

**¿POR QUÉ TEMEMOS A LA MUERTE?**  
Resignificación de la vida frente al  
destino de mortalidad  
*Montserrat Gómez Ramírez*

219





**INTELIGENCIA EMOCIONAL FEMENINA PARA LA SALUD**  
La mujer, ser holístico de infinitas soluciones  
*Delia Selene de Dios Vallejo*

231

**BONOS DE CAPITAL EMOCIONAL**  
Causas y efectos de la actividad humana  
*Noé Carrasco Rodríguez*

261

**LOS NIÑOS SOLDADO**  
Qué tipo de futuro nos espera  
si alimentamos con violencia a la sociedad  
*María Magdalena Ramírez Trejo*

275

**EMOTICONS**  
Emociones, seducciones y “ligues”  
a través de la pantalla  
*María del Carmen Muñiz Rangel*

287

**CAPITAL EMOCIONAL Y EXPERIENCIA COMUNITARIA**  
Ejemplos para vivir el capital emocional  
*María del Carmen Chavarría Amaya*

301

**HUMORES Y DESHUMORES**  
Cómo asegurarse una vida sonriendo,  
sin tener que dar explicaciones  
*Eddie Eynar Ruiz Trejo*

317

**QUIÉNES SON LOS AUTORES**

335

**LICENCIA *CREATIVE COMMONS***

339



8

I P P 1 2 L

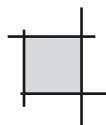


prólogo

I P P

1 2 L

EDUARDO RAÚL BALBI



10

I P P 1 2 L



Los prestigiosos autores que aportan su intelecto y su espíritu a esta singular e imperdible obra, y la querida amiga Dra. Guillermina Baena Paz, que la dirige, una verdadera autoridad regional en Seguridad Humana, me han honrado al solicitarme que escriba este prólogo.

La tarea parecía sencilla en un comienzo, pero al segundo paso que di en este hermoso camino comprendí que no lo era. No se trataba de “abrir” al lector un libro erudito, formal y preciso, sino que era invitarlo a un viaje especial.

Y entonces, opté por conversar con usted, amable lectora o lector, sobre cosas que se relacionan de una u otra manera con el contenido del libro, antes que hacer una simple y prolija descripción de sus capítulos.

En este desafío me encontraba, cuando vinieron a mi mente las antiguas lecciones de mis maestros, de mis grandes maestros. Aquellos que no me enseñaron matemáticas, pero me enseñaron a pensar, a vivir, a sentir, a ser.

Casi confidencialmente, les contaré algunas de esos aportes de vitalidad real y les diré cómo y cuánto me marcaron. Será una especie de adelanto de mis memorias (desconozco si algún día las escribiré) y de confesión de intimidades, transcurridas ya más de seis décadas de intensa vida.

Y también intenta ser un reconocimiento desde la academia a la sabiduría popular, a la sabiduría de la experiencia vital, a la verdadera tarea fundamental de transmisión de cultura, valores y herencias que todo ser humano tiene, y no siempre concretamos.

En plena adolescencia, un maestro me dijo: *“Cuando seas adulto, seguramente cubrirás funciones, tendrás cargos, obtendrás títulos; y la gente se acercará a tí por ellos; te adularán, te admirarán, te “respetarán” mientras duren esos momentos. Los cargos, títulos y funciones son ropajes ajenos. Quien sólo se viste con ropajes ajenos, tarde o temprano queda desnudo. Tienes un origen, una herencia, un nombre y apellido. Construye en ellos, sobre ellos y desde ellos tu propio atuendo. Sólo así vivirás para siempre y jamás estarás desnudo”*.

Confieso que no entendí claramente el mensaje, hasta que la vida me fue presentando opciones, desafíos, glorias y oscuros momentos. Y entonces sí entendí su significado, pleno, concreto, profundo: SER. Ser un ser, y no un ente; ser una persona, plena, irrepetible, concreta, y no ser “un status” momentáneo”. Ser para y por toda una vida, y no sólo por momentos.

Años después, cuando obtuve mi primer título, ese mismo maestro me aclaró mucho más el concepto, al decirme: *“Felicitaciones; seguramente obtendrás otros títulos. Y te mencionarán anteponiendo a tu nombre y apellido ese título. Te advierto que el más difícil de obtener es el de “señor”. No se enseña en las universidades. Se aprende desde el alma”*.

Incompleto, parcial, con altibajos, esa ha sido y seguirá siendo una meta principal en mi vida. Ser, realmente, señor. Es mi ferviente deseo poder anteponer siempre, en cualquier circunstancia de la vida, ese maravilloso título. y estoy seguro que si lo logro, nacerá una paradoja: ya no será necesario usarlo, por TODO lo que uno ES.

Otro maestro, mostrándome una moneda, me dijo: *“Algún día, tendrás en tu mano una moneda bien ganada. Esa moneda te da derechos; son tuyos; úsalos, y no te avergüences de ello. Esa moneda, también te da obligaciones; cúmplelas; hónralas; no caigas por poco en los vicios de la avaricia, del delito, de la mentira, del egoísmo. Pero tendrás un desafío mayor, en el que solo tú podrás actuar: serás responsable de cómo usas esa moneda. Y deberás decidir cómo usarla. Por ello, el mundo te conocerá. Y te juzgará”*

Acerca de esta frase, fui encontrando en el devenir de la vida claras referencias a pecados capitales y las más nobles virtudes, a fatuidades y altruismos, a conductas vergonzosas y ejemplos sociales maravillosos. Es más, de alguna manera, lo que hoy conocemos como responsabilidad social corporativa, se inscribe totalmente en esta máxima. Y aprendí algo hermoso: el verdadero valor del dinero, el verdadero sentido de riqueza y el verdadero límite de la moneda.

El libro que ustedes están a punto de comenzar a leer, no es un texto común, y mucho menos convencional. Constituye en sí mismo un verdadero desafío. Me permito sugerirles que no lo tomen o dejen solo porque no coinciden con las propuestas planteadas. Esto sería tomar partido por posiciones e ideologías (en el sentido más amplio posible de este término) ya preconcebidas y fundamentalmente excluyentes.

¿Qué hacer entonces? Aceptar el desafío. Leerlo, someterlo a juicio crítico, pero abrir nuestras mentes a planteos, puntos de vista, miradas distintas. No se habla de cómo debería ser el hombre, ni pretende este texto enseñar cosas.

Nos basamos en el esquema fundamental de la educación, que nos ofrece estas tres posibilidades:

Si pretendiésemos “enseñar qué debe pensarse”, estaríamos orientando y sesgando el pensamiento hacia modelos o posturas que deberían tener la fuerza de dogmas, y eso cercena la libertad.

Si pretendiésemos “enseñar cómo debe pensarse” estaríamos intentando modelar las mentes, e imponer ideologías o “modelos mentales” que de por sí serán excluyentes de otros, y fuente de conflictos.

Tampoco se intenta en este libro abordar en pleno la tercera y más noble categoría, la de “enseñar a pensar”. No intentamos enseñar a hacerlo. Simplemente, tratamos de ayudar a pensar, con mente abierta y atrevida, con duda existencial, con creatividad humana.

Creo que cada autor, y el conjunto de ellos, lo han logrado. Esperamos que ustedes disfruten de este texto, tanto como disfrutamos quienes lo hicimos.

Bienvenidos a una mirada provocadora de la Seguridad Humana y el Capital Emocional.





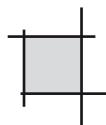


presentación



## NUESTRAS RAZONES

GUILLERMINA BAENA PAZ







Afortunadamente el mundo vibra gracias a personas que con gran fuerza emocional y compromiso hacen algo por los demás, por todos los demás, son quienes llevan los pensamientos positivos, la bondad, la solidaridad, el apoyo mutuo, el amor, el valor, los que ven más allá, los que se arriesgan, quienes tienen el coraje de enfrentar situaciones, los que construyen y se construyen un capital emocional. Personas como las que han escrito este libro.

La igualdad entre los seres humanos también debe ser una igualdad emocional, si los seres humanos, a diferencia de los demás seres vivos, sabemos, pensamos, tenemos vida y la maravillosa capacidad de sentir y de poder reír, entonces, ¿por qué no hemos resuelto nuestros problemas?

Para recabar información a veces tenemos que abrir los ojos, los oídos, cada uno de los poros de la piel y las papilas del gusto y el tacto: la emoción es nuestra forma de aprehensión y comprensión del mundo. Hay hechos que se tienen que observar con el estómago y con los intestinos.

Las emociones mal empleadas pueden destruirnos, y bien manejadas pueden darle calidad a nuestra vida.

Más aún, McLuhan (1969: 10) decía: “Nuestro tiempo presenta una oportunidad única para aprender mediante el humor: un chiste penetrante e incisivo puede tener más significación que las banalidades encuadradas entre dos tapas de libro”.

En Londres, el director de la escuela Wellington College reconoció que lo que los jóvenes alumnos necesitan realmente es la capacidad de ser felices, por eso empezó a impartir clases

de felicidad. Los especialistas aseguran que hasta ahora las escuelas se han concentrado en lo académico pasando por alto el derecho a la felicidad que tiene todo ser humano.

La identidad es un problema de capital emocional. La gente tiene en sus pertenencias lo mejor de su pasado, sus recuerdos, sus afectos, sus sentimientos, el sentido de su existencia. Ahí están escondidas sus risas, sus satisfacciones, sus alegrías, sus motivaciones, su pasión por hacer algo, por salir adelante, por luchar.

Tender una mano, abrazar, convivir, acompañar, decirle a alguien cuánto lo queremos una y otra vez, en un continuo cerrar círculos. Ir labrando el futuro de manera diferente sin odios contenidos.

Cambiar la actitud, la manera de ver la vida, es lo que necesitamos, de ahí que la perspectiva más allá de una manera de hacer, se vuelva una manera de ser.

Decía Spinoza que “el deseo que nace de la alegría, es más fuerte, que el deseo que nace de la tristeza.

La supresión de una vida miserable por la capacidad de realizarse, ser feliz, vivir en justicia y equidad debe ser la prioridad en el capital emocional.

Somos entes de razón y de emoción. En un mundo donde las emociones han sido reprimidas, ha surgido la urgencia de recuperarlas, expresarlas por nuestra propia supervivencia.

Nos han acostumbrado a estar quietos, a parecer plantas, de ahí que algunas madres no crían niños, los riegan.

No se trata de competir por saber qué duele más, si perder a un hijo o perder un padre. Se trata de comprender el profundo dolor que debemos remontar ante una amenaza con esta crítica profundidad.

El dolor, un sentimiento tan profundo, como hiriente daga clavada en el pecho deja en silencio la amargura acallada, la desgracia vencedora, el agudo duelo, los círculos sin cerrar, los remordimientos, lo que pudo ser y que ya nunca más será...

La tristeza prolongada se vuelve depresión, enferma. Un duelo no superado lleva a sufrimientos estancados.

Algo tan individual se ve entrelazado, fomentado, transmitido y hasta impuesto por factores externos, no sólo familiares, aun los medios de comunicación se han encargado dramáticamente de manipular nuestras emociones. Estamos desprotegidos, debemos detenernos a reflexionar sobre las múltiples posibilidades que existen para recuperarlas.

Alguien propuso una clínica del odio, preferimos una clínica de amor. Alguien propuso una Secretaría de la salud mental preferimos una que construya futuros.

Nuestro proyecto de futuro es experimentar personal y colectivamente, nuevas experiencias cuyo centro sea la persona humana, porque si **la prospectiva no sirve para transformar la calidad de vida de los individuos, como suele decir Jordi Serra, entonces, no sirve para nada.**

La Seguridad Humana se “centra en las personas”; focaliza la atención de las instituciones en los seres humanos y sus comunidades en todo el mundo. El gran reto es claro para Balbi (2003) es existir y ser, o simplemente, figurar en los mapas y ser espacio de disputa de terceros.

Muchas ciudades, dice Martín Barbero (2004, p. 29), parecen maldecidas por los dioses, “al menos por la abundancia de huellas criminales que las pueblan y lo mucho que tienen de confusión. Pero lo que ha convertido a nuestras ciudades en las más caóticas e inseguras del mundo no es sólo el número de asesinatos y de atracos sino la angustia cultural en que vive la mayoría de sus habitantes.”

**Pensar en el futuro es una manera diferente de pensar, una manera de construir nuestras mentes, una manera de conceptualizar la vida, nuestras acciones diarias, cada una de nuestras decisiones. Es una postura sobre el mundo, sobre la sociedad, sobre las relaciones de la sociedad con la naturaleza, por eso también es un proyecto político.**

Crear en nosotros, en nuestro capital emocional, no requiere que creamos en magia, sino que no creamos en los límites.

A esto se llama resiliencia y es la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas y ser transformado positivamente por ellas. Es la habilidad para resurgir de la adversidad, adaptarse, recuperarse y acceder a una vida significativa y productiva (ICCB Institute on Child Resiliencia and Family, 1994.)

La resiliencia tiene dos componentes: resistencia frente a la destrucción, o sea la capacidad de proteger la propia integridad, bajo presión y, por otra parte, más allá de la resistencia, la capacidad de forjar un comportamiento vital positivo pese a las condiciones difíciles. (Vanistendael, 1994)

Y tenemos esa poderosísima posibilidad de generar capital emocional, sacando a flote lo que hacemos diario, pero con la conciencia de que estamos desarrollando nuevas capacidades, nuevas formas de enfrentar la vida.

La próxima vez que abracés, rías, juegues, cantes, bailes, camines, disfrutes la naturaleza, generes recuerdos agradables, hagas lo que siempre quisiste hacer, pero ni siquiera te lo propusiste, en esos momentos podrás ser parte de una humanidad de personas ordinarias que se están volviendo personas extraordinarias.

El capital emocional es de las personas, pero también de la comunidad, nos realizamos en él cuando actuamos con los demás. Debe haber alguien para decirle te quiero, debe haber alguien para abrazar, para reír con él, para acariciar física, no verbal y verbalmente, para disfrutar, pero sobre todo, para compartir todas las emociones de este mundo.

Los millones de emociones que pueden intervenir en las acciones de la colectividad son las que provocan actos significativos.

Las fuerzas dominantes de las próximas décadas serán los individuos organizados, participativos, interactuando entre sí y para ello debemos iniciar la tarea de formar seres humanos, cuyas emociones estén en equilibrio con la razón, que no menosprecien a otros y que todos entendamos el camino de la solidaridad, del apoyo mutuo, del bienestar social.

El capital emocional que tenemos, es gratuito, es inagotable, es de un gran potencial y además, lo podemos desarrollar para sobrevivir y salvaguardar nuestra Seguridad Humana para proteger nuestros afectos, nuestros recuerdos, nuestros sentimientos, nuestro sentido y significado por la vida.



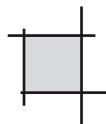


parte I

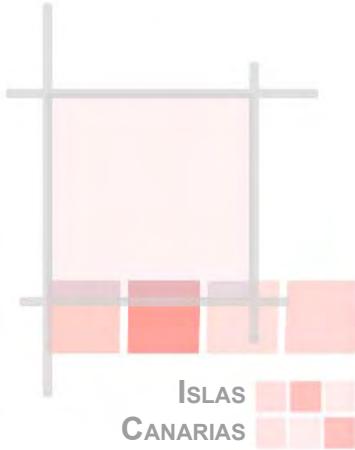
I P P  
1 2 L

# LA CONSTRUCCIÓN CONCEPTUAL DE LA SEGURIDAD HUMANA Y DEL CAPITAL EMOCIONAL

*Sarti | Balbi | Baena | Serra | Fernández | Garrido | Carballido  
León-Arteta | Kanety | Chavarría*







# LA RAZÓN APASIONADA

En el escenario del “mundo feliz”

**Juan Pablo Fernández Pereira**

[pablo.f.p@terra.es](mailto:pablo.f.p@terra.es)

**Abstract:** *Las reflexiones contenidas en este artículo tienen como objetivo contribuir al debate acerca de cuáles son las bases éticas de la Seguridad Humana. No se trata de un estudio exhaustivo, sino más bien de aportaciones que se aproximan rudimentariamente a la tarea de investigar estos temas e integrarlos en una cosmovisión que pretende contemplar al ser humano en su totalidad, como realidad corporal y entidad consciente, como razón y emoción, como corazón y cerebro.*

**Palabras clave:** ética, dimensión humana, eudaimonía, inteligencia emocional, superyó, depresión unipolar, neurociencia, Seguridad Humana, Teoría de los Afectos, obediencia política, afectos, Spinoza, pasiones, sentimientos.

*Caute!*, es la palabra que está escrita en la tumba de Spinoza, en el Paviljoensgracht de La Haya. ¡Caute!, ¡Ten cuidado!, escribía Spinoza debajo de una rosa, en la correspondencia que mantenía con sus amigos y discípulos. El filósofo que mejor comprendió el papel de los afectos en el ser humano recomendaba una necesaria prudencia para no perecer en una sociedad que a él le privaba de la libertad para pensar. Nuestro mundo se enfrenta hoy, como en el pasado, a amenazas persistentes y generalizadas. Sin embargo, si hacemos caso a ese gran filósofo, pulidor de lentes, el mayor riesgo que tenemos que considerar es aquél que pone en peligro nuestra libertad de pensamiento, su vitalidad. Cuando esto ocurre hemos de tener verdadero cuidado pues la situación se puede convertir en peligrosa y la vida puede estar amenazada.

En nuestras sociedades nos encontramos con muchos fenómenos que contribuyen a dificultar las capacidades de las personas para actuar y vivir con plenitud en las diferentes dimensiones de la vida. Muchas son las circunstancias que desafían y amenazan la seguridad humana. Este hecho se reconoce en el detrimento de la salud física, emocional y psicológica, en la pérdida del bienestar personal y colectivo.

Para los autores del *Informe de los modelos de enfermedad en el mundo desarrollado* (SESPAS 2006), estas enfermedades son en su mayoría derivadas del propio desarrollo y de lo que conlleva asociado (mantener unos niveles de producción y de consumos elevados). Esta maquinaria puesta a pleno rendimiento produce riesgos que se relacionan con el medio ambiente, con las conductas y los estilos de vida. Lograr un ritmo tan frenético tiene su precio. Éste se manifiesta en el malestar en la salud colectiva de la población, debida a desajustes como consecuencia de la adaptación a un entorno hostil, competitivo o claramente agresivo.

Esta situación afecta especialmente a los países más desarrollados, en los que se percibe un buen grado de desintegración de los factores inmateriales del ser humano. La concepción ortodoxa hoy dominante del ser humano lo concibe como una máquina físico-química peculiar que se satisface al cien por cien con bienes materiales y con servicios cuya función es crear las condiciones para que estos sean consumidos óptimamente.

El informe mencionado reconoce que estamos en una tendencia pesimista, en una “sociedad del malestar”. Si para Estados Unidos, Japón y Europa los ingresos medios se han duplicado desde 1950, el porcentaje de personas que se consideran felices no ha aumentado de la misma manera, y aunque los ingresos se hayan duplicado, las enfermedades mentales como consecuencia del estrés (como la depresión unipolar, por ejemplo), son 10 veces más frecuentes que hace 50 años. Los modelos de interacción con el medio ambiente, así como comportamientos de riesgos conocidos como el suicidio, las adicciones, las depresiones, las sociopatías, el efecto social de la violencia y el estrés cotidiano, nos sitúan ante una doble incapacidad. Por una parte, aquella de la sociedad que no proporciona medidas de preven-

ción y, por otra, la propia incapacidad individual, el escaso poder de decisión y de control de las propias personas sobre sus vidas.

Peter C. Whybrow(2005), director del Instituto Semel de Neurociencia y Conducta de la Universidad de California, sostiene que los estadounidenses se ven impulsados de forma adictiva por los centros de placer del cerebro a perseguir estatus y bienes a expensas de lo único que nos hace felices: las relaciones con los demás. “En nuestro impulso compulsivo por conseguir más y más estamos enfermándonos a nosotros mismos”.

Si consideramos a la Seguridad Humana como el derecho a que se regulen los riesgos para nuestra salud y nuestra integridad física y moral, nuestro modelo de crecimiento y de vida en estas sociedades opulentas muestra un buen número de situaciones que deberían ser tenidas en cuenta, que van en una dirección contraria al logro de esos bienes. Resulta una verdadera paradoja que en las sociedades consideradas desarrolladas no sea posible cumplir esa proposición de Spinoza: “Cada cosa, en cuanto es en sí, se esfuerza en preservar su ser”.

#### MARCOS ÉTICOS PARA PROMOVER LA SEGURIDAD HUMANA

La iniciativa lanzada por la UNESCO (2005), denominada: *Promover la Seguridad Humana: marcos éticos, normativos y educativos*, es una llamada interesante para fomentar las investigaciones que contribuyan al desarrollo de los fundamentos de la Seguridad Humana. Destaca esta organización internacional la necesidad de apoyarse en una *sólida base ética*, formada por valores comunes, que conduzca al compromiso de proteger la dignidad humana, elemento clave para este propósito.

Cuando se habla de ética, en este marco, se hace pensando en el conjunto de valores y principios que rigen determinada sociedad o grupo humano. La dimensión normativa, por otra parte, implica la relación con la práctica que las normas prescriben.

*Desde una perspectiva ética, la Seguridad Humana debe ser entendida como una noción que promueve el respeto y la protección de las personas, que debe ser puesta en práctica con el objetivo que los individuos no la consideren un concepto elusivo sino fundamentalmente una demanda básica y un derecho fundamental, además de una responsabilidad personal. (UNESCO, 2005)*

La Seguridad Humana se debe apoyar, por tanto, en una sólida base ética. Pero necesitamos reflexionar acerca de una ética que no se asimile con las éticas utilitaristas al uso, ni con una concepción reduccionista de las emociones que las sitúa en el ámbito de la irracionalidad. Más adecuado es, según mi propio criterio, reflexionar sobre una ética práctica que tenga en cuenta el sufrimiento humano, que nos permita describir y contribuir al conocimiento de cuánta

les son *las dificultades más penosas de la vida humana*, aquellas que pudiendo ser evitadas, imposibilitan nuestra realización personal y colectiva.

A ello se contribuye no sólo con la elaboración de propuestas genéricas y en muchos casos vacías, sino que también se debe tener en cuenta que es preciso que desarrollemos la imaginación, la capacidad para ponernos en lugar de las otras personas, de pensar cómo sería estar en el lugar los otros y una comprensión de las emociones, deseos y anhelos que cualquier ciudadano o ciudadana del mundo pueda experimentar.

La Seguridad Humana es, esencialmente, adoptar medidas que contribuyan a evitar el sufrimiento, que nos proporcionen algún nivel de protección frente a las principales amenazas a la vida humana. Esta tarea de fomentar una sólida base ética implica integrar las emociones en una concepción completa del ser humano, que ama, ríe, y se conmueve ante las tragedias diarias de nuestra agitada vida.

Las reflexiones que aquí traemos están, por tanto, más orientadas a la práctica que al debate de una ética formal. Epicuro escribió:

*Vacío es el argumento de aquél filósofo que no permite curar ningún sufrimiento humano. Pues de la misma manera que de nada sirve un arte médico que no erradique la enfermedad de los cuerpos, tampoco hay utilidad ninguna en la filosofía si no erradica el sufrimiento del alma.*

Como nos decía Mahbub ul Haq (1998):

*La Seguridad Humana es un concepto que surge no de las doctas escrituras de los eruditos sino de las diarias preocupaciones del pueblo. Se refleja todos los días en el ceño fruncido de los rostros de los niños inocentes, en la angustiada existencia de los sin techo, en el constante temor de los que no tienen trabajo, en los silentes gritos de los perseguidos, en la calma desesperación de las víctimas de las drogas, el SIDA, el terrorismo y la propagada contaminación.*

La Seguridad Humana según la Comisión de la Seguridad Humana, es una preocupación por la vida, que consiste en proteger la esencia vital de todas las vidas humanas de una forma que realce las libertades humanas y la plena realización del ser humano. Significa proteger al ser humano contra las situaciones y las amenazas críticas (graves) y omnipresentes (generalizadas). Significa utilizar procesos que se basan en la fortaleza y las aspiraciones del ser humano. Significa la creación de sistemas y políticas, sociales, medioambientales, económicos, militares y culturales que en su conjunto brinden al ser humano las piedras angulares de la supervivencia, los medios de vida y la dignidad.

Las emociones tienen un lugar relevante en esta dimensión ética del ser humano. Encontramos una preocupación similar en las reflexiones habituales acerca de la Seguridad Humana. Tal como reconoce la *Comisión para la Seguridad Humana*:

*La Seguridad Humana refuerza también la dignidad humana. Los horizontes del ser humano van mucho más allá de la simple supervivencia, apuntan a cuestiones de amor, de cultura y de fe. La protección de actividades y capacidades esenciales es indispensable para la Seguridad Humana; pero eso no basta. La Seguridad Humana tiene que estar encaminada también a desarrollar las capacidades de la persona y de la comunidad para que puedan elegir con conocimiento de causa y para que puedan obrar en nombre de principios y de intereses en muchas esferas de la vida. (Comisión de la Seguridad Humana, 2003)*

Por tanto, una aproximación a una fundamentación ética ha de considerar el lugar que ocupan en ella los afectos, las emociones y los sentimientos. No pretendo hacer aquí un estudio exhaustivo de las corrientes éticas contemporáneas, mi objetivo es más elemental. Trataré de iniciar y apuntar algunos elementos para la reflexión de estos aspectos, teniendo en cuenta algunos postulados de autores como Spinoza, Martha Nussbaum y Antonio Damasio, que, de alguna manera, y en diferentes ámbitos científicos y filosóficos, han realizado aportaciones de carácter cognitivo en la integración de lo que podríamos denominar “una inteligencia de las emociones”.

Quiero iniciar esta breve aportación con algunas de las ideas y concepciones de Spinoza, pues en él, la ética debe hacer cuentas con los afectos y por ello se constituye en una teoría de los afectos, no tanto para suprimirlos —como los estoicos y Descartes—, sino más bien, dada su radical irreductibilidad, para encauzarlos y utilizarlos en forma activa y productiva.

Para Spinoza los *afectos* (sentimientos y emociones) constituían aspectos centrales de la humanidad. Pero, ¿qué nos puede decir alguien de vida frugal y sin pertenencias, consumido por la enfermedad, un cuerpo delgado, con esa cara ovalada y morena con sus brillantes ojos negros, que daban la impresión de estar recorridos por la vida misma, de poseer una potencia idéntica a la vida? (Deleuze 2001).

Spinoza con su forma de vivir y de pensar nos transmite una imagen de la vida afirmativa, positiva, que se revuelve contra los simulacros con los que se conforman los hombres. Un hombre que, según él, se autodestruye con los cultos a la muerte, que ocupa su tiempo en poner cercos a la vida, en mutilarla, matarla a fuego lento o vivo, enterrarla o ahogarla con leyes, propiedades, deberes, imperios: tal es lo que Spinoza diagnóstica en el mundo, esta traición al universo y al hombre.

En un mundo roído por lo negativo, el filósofo tiene la necesidad de tener suficiente confianza en la vida, en su potencia para contravenir la muerte, para denunciar los fantasmas de lo negativo (Deleuze 2001).

Spinoza denunció precisamente todo aquello que nos separa de la vida, todo aquello que es una falsificación de la vida, todos los valores en cuyo nombre despreciamos la vida; sin vivir, llevando una vida que así lo aparenta, una vida que se puede convertir en un simulacro. Es en la obra de este autor donde tal vez mejor se reconoce que hay que contar con los *afectos*, que hay que tener una teoría acerca de los mismos, no para suprimirlos como venía haciendo la cultura racionalista y estoica precedente, sino más bien, dada la imposibilidad de evitarlos, para encontrarles una orientación que nos lleve a una mayor actividad y perfección.

La obra de Spinoza es relevante para cualquier reflexión acerca de la emoción y el sentimiento humanos. Los *afectos* que él consideró en la parte III de la *Ética*, que podemos entender como impulsos, motivaciones, emociones y sentimientos, eran para él un componente básico de la humanidad. La alegría y la tristeza constituían dos conceptos de primer orden en su intento de comprender a los seres humanos y de sugerir maneras en las que éstos podían vivir mejor su vida.

El sistema ético del spinozismo equipara el conocer y el amar. El alma de Spinoza está sometida a tantas más pasiones cuantas más ideas inadecuadas tiene y, por el contrario, es tanto más activa cuantas más ideas adecuadas posee.

*Nuestra mente es en muchos casos activa y pasiva en muchos otros; en la medida que tenemos ideas adecuadas, somos necesariamente activos, y en cuanto tenemos ideas inadecuadas, somos necesariamente pasivos o pacientes.*

*Estamos más sujetos a padecer, mientras más ideas inadecuadas tenemos, y por el contrario, somos activos, mientras tenemos ideas adecuadas.*

*Si alguna cosa aumenta o disminuye, secunda o reduce la potencia de obrar de nuestro cuerpo, la idea de esa cosa aumenta o disminuye, secunda o reduce la potencia de nuestra alma. (Spinoza, 1984)*

En la *Ética* se distinguen tres afectos básicos: la *alegría*, mediante la cual el hombre pasa de una menor a una mayor perfección; la *tristeza*, en la que, inversamente, el hombre abandona un estado de mayor perfección; y el *deseo*, motor que incita al hombre a obrar a partir de una afección dada. La razón tiene que moderar las pasiones, ya que, como se ha dicho, éstas pierden su condición en cuanto nos formamos de ellas una idea clara y distinta.

*La alegría es el paso de un hombre de una menor perfección a otra mayor.  
La tristeza es el paso del hombre de una mayor perfección a otra menor.  
El amor es la alegría que acompaña la idea de una causa exterior.*  
(SPINOZA, 1984)

Spinoza ve en los afectos un fenómeno de la naturaleza, tanto en sus aspectos negativos como positivos. En su *Ética* no están separadas la imaginación de la razón, ni el deseo de la voluntad y la mente del cuerpo. De la misma forma que su *¡caute!* no puede estar separada de una razón apasionada que denomina *amor intelectual*. Su objetivo es argumentar en favor de la vida, oponiendo afectos positivos que pueden superar la tristeza y el odio (Carpintero 2005).

Para este autor los afectos y las pasiones son formas de relacionarse del sujeto con sí mismo y con los demás. En el análisis que hace de la importancia de los afectos busca también encontrar respuestas al origen de la tristeza ética y las circunstancias que llevan a la colectividad social a la obediencia política.

Aunque en la lectura de la *Ética* podemos encontrar que tiene en cuenta más de cuarenta tipos de afectos, tres son los fundamentales: el deseo, la tristeza y la alegría. Sobre la base de ellos se obtienen todos los demás.

*El Deseo es la esencia misma del hombre en cuanto es concebida como determinada a hacer alguna cosa por una afeción cualquiera dada en ella.*

*El deseo es el apetito con conciencia de sí mismo; y que el apetito es la esencia misma del hombre, un esfuerzo por medio del cual trata el hombre de perseverar en su ser.*

Para Spinoza el alma humana se esfuerza cuanto puede en conseguir aquello que la perfecciona y le causa alegría, y en evitar lo contrario. Incluso a nivel imaginativo y pasional existe en Spinoza una especie de “ética de la alegría”, por la sencilla razón de que “el deseo que nace de la alegría es más fuerte que el deseo que nace de la tristeza”. (Deleuze 2001)

La alegría la describe como un estado de expansión que se produce cuando el ímpetu de vida se encuentra incrementado, y la tristeza como un estado de aflicción que sucede cuando la potencia de vida se encuentra disminuida.

El deseo puede tener aspectos negativos, apoyados por las pasiones tristes, que nos llevan a una menor perfección, o bien pueden contribuir a desarrollar nuestra potencia a través de las pasiones de la alegría, que nos llevan a una mayor perfección.

*Entiendo por Afecciones las afecciones del cuerpo mediante las cuales se aumenta o disminuye, es secundada o reducida, la potencia de obrar de dicho Cuerpo, y a la vez las ideas de esas afecciones. (Spinoza)*

Este proceso de mayor perfeccionamiento lo realiza el sujeto por medio de una razón apasionada al someter el deseo a un proceso de conocimiento en diferentes planos: la imaginación, la razón y la intuición. En la medida que para Spinoza lo real es esencialmente racional, no concibe como opuestos lo real frente a lo imaginario, sino que opone la realidad de lo imaginario a la realidad concebida por el conocimiento racional o por el intuitivo.

En la *Ética*, obra cumbre de Spinoza, estudia, por tanto, al ser humano como imaginativo y racional, analiza con detalle su vida afectiva y pasional y la impotencia de la razón sobre ella y termina indicando los diversos medios por los cuales el hombre puede librarse de las pasiones y alcanzar la felicidad y la libertad.

Una vez reconocida la incapacidad de la razón sobre las pasiones, comienza a estudiar la utilidad de los afectos en orden a la felicidad.

Atilano Domínguez(2004) dice en la introducción del *Tratado político*:

*Los afectos humanos son la vivencia de la imaginación, es decir, las ideas de nuestras afecciones corporales. Son inciertos y azarosos, es decir que revisten el carácter de pasión, de algo que se nos impone del exterior y nos sorprende a cada paso, porque la imaginación capta consecuencias sin sus premisas, es decir, fenómenos sin sus causas. Se refuerzan y se debilitan, se mezclan y entremezclan, se comunican y difunden de las formas más extrañas y sorprendentes, sin que podamos evitarlo porque se rigen y gobiernan por las leyes de asociación de imágenes (semejanza, contigüidad y contraste), que son tan necesarias como las leyes de choque de los cuerpos.*

El neurocientífico Antonio Damasio (2005) abordó la importancia de las aportaciones de Spinoza a la comprensión de las emociones, los sentimientos y la razón en su obra *En busca de Spinoza*. Según él, este autor ya se planteó cómo controlar las emociones negativas y fortalecer las positivas. Y aunque carecía de conocimientos científicos, fue capaz de vislumbrar el futuro:

*Ambos tipos de emociones —las positivas y las negativas— existen y nuestra racionalidad depende del equilibrio entre ambas. Hoy la neurobiología nos da los instrumentos necesarios para comprender lo que ocurre en el cerebro y qué factores desencadenan esas emociones.*

*Spinoza parecía haber prefigurado las soluciones que los investigadores están ofreciendo ahora a propósito de varios de tales temas. Era sorprendente cuando Spinoza decía que “el amor no es otra cosa que un estado placentero, alegría acompañada por la idea de una causa externa”, separaba con gran claridad el proceso de sentir del proceso de tener una idea acerca de un objeto que puede causar una emoción” .(Damasio, 2005)*

*La alegría es una cosa; el objeto que causó la alegría es otra. Alegría o pena, junto con la idea de los objetos que la causaron, terminan por aparecer juntos en la mente, desde luego pero eran procesos distintos dentro de nuestro organismo. Spinoza había descrito una disposición funcional que la ciencia moderna revela como un hecho; los organismos están diseñados con la capacidad de reaccionar emocionalmente a diferentes objetos y acontecimientos.*

Spinoza propuso, asimismo, que el poder de los afectos es tal que la única esperanza de superar un afecto perjudicial (una pasión irracional) es superarlo con un afecto positivo más fuerte, un afecto desencadenado por la razón. Si tenemos en cuenta sus proposiciones no se puede refrenar o neutralizar un afecto excepto por un afecto contrario, que sea más fuerte que el afecto que se quiere refrenar. Spinoza recomendaba que combatiéramos una emoción negativa con una emoción más poderosa pero positiva producida mediante el razonamiento y el esfuerzo intelectual. Para su pensamiento era fundamental la idea de que el sometimiento de las pasiones ha de conseguirse mediante la emoción inducida por la razón, y no únicamente mediante la razón pura.

#### **EMOCIONES Y PENSAMIENTOS EN EL HORIZONTE DE UN PAISAJE IRREGULAR**

Las emociones forman parte del paisaje de nuestra vida mental y social. Al igual que los “accidentes geológicos” que cualquier viajero puede descubrir cuando vuela sobre el paisaje de nuestros pueblos, también nuestro paisaje interior está marcado por “conmociones del pensamiento”, que marcan nuestras vidas con accidentes, incertidumbres y reveses, que constituyen lo que Martha Nussbaum (2001) denominó “la inteligencia de las emociones”.

Tal vez fue Spinoza quien mejor entendió que era necesario integrar amar y conocer. Y aunque hoy el hedonismo y el eudomismo se han convertido en la ideología oficial y obligatoria de nuestras sociedades en las que, a modo de simulacro, se disfraza de emoción y obtención de placer el envilecimiento anímico del ser humano, mediante la disminución de nuestras capacidades volitivas, sensitivas, convivenciales y estéticas.

Los seres humanos no podemos vivir sin emociones y sentimientos. Pero en el mundo actual los medios de comunicación las recrean artificialmente, las manufacturan para venderlas como otra mercancía más. Es muy probable que en estas circunstancias nos encontremos

ante un verdadero déficit emocional masivo. Como dice la doctora Guillermina Baena: “La flor natural sustituida por la flor de plástico”.

Frente a ese simulacro hemos de sostener que las emociones son, en sí mismas, modos de visión o de reconocimiento del mundo. Nutrimos esta forma de percibir el mundo con nuestra pasión por el afecto, la amistad, la fortaleza y el coraje de perseguir metas que confieran sentido a la vida humana y que no se convierta en una parodia de la misma. Es el ánimo utilitarista y calculador del capitalismo quien pretende volcar todas nuestras energías en un determinado tipo de racionalidad que está opuesta al cultivo de la imaginación y la emoción.

La necesidad de combinar objetividad y sensibilidad tiene dificultades porque generalmente se cree que lo normal es la separación entre el conocimiento racional y la sensibilidad emocional.

Sin embargo no es así. El neurofisiólogo Antonio Damasio (2003) evidencia que el desarrollo del cerebro desarrolla e integra funcionalmente la emoción y el pensamiento. También las ideas de Martha Nussbaum (2003) muestran cómo se puede reconocer la inteligencia de las emociones cuando hacemos y evaluamos objetos y acciones externas a nosotros, proveen una fuente de juicios inteligentes acerca de elecciones complejas.

Por tanto, nuestros esfuerzos por comprender cualquier materia ética tienen que reconocer que las emociones son esenciales y centrales en esa tarea. Que éstas tienen un lugar decisivo en la cuestión sobre la cual gira cualquier ética, que no otra cosa, que interrogarnos acerca de cómo debemos vivir. Frente a quienes sostienen que las emociones son poco fiables y fuentes de distracción y que nada tienen que ver con la cognición, sostendremos que las emociones no son ciegos arrebatos de afecto, sino que están estrechamente relacionadas con las creencias sobre cómo son las cosas y lo que es importante.

*El amor, la compasión, el temor y otros sentimientos emparentados: todos ellos tienen a la creencia por base de un modo similar: todos ellos suponen la aceptación de determinadas concepciones de cómo es el mundo y qué tiene importancia. (Nussbaum, 2005)*

Para los mejores escritores que han escrito sobre la emoción en la tradición filosófica occidental (Platón, Aristóteles, Epicteto, Crisipo, Dante, Spinoza, Adam Smith) las emociones tienen una dimensión cognitiva. Muchos de ellos terminarán creyendo que el error está en que las emociones comportan juicios valorativos que caen fuera del control del agente, dando cuenta del carácter finito e imperfectamente controlado de la vida humana.

Por tanto, desde el punto de vista ético, determinados elementos importantes de la vida humana (amor, celos, temor, compasión) están en una permanente tensión con la posición ética.

Hacer frente hoy al mar turbulento en que se ha convertido la vida moderna, una percepción correcta de una situación práctica requiere una actividad emocional además de intelectual. No hemos de considerar, en este sentido, las emociones opuestas totalmente a la dimensión cognitiva del ser humano, como olas poderosas de afecto, agitaciones o sensaciones que se despiertan desde nuestra naturaleza animal.

Podíamos pensar muy al contrario, que las emociones que nos mueven tienen relación con nuestras creencias y juicios sobre el mundo. Algunos pensadores piensan asimismo que si pudiéramos eliminar las creencias eliminaríamos no sólo la razón de la emoción, sino a la emoción misma.

Desde otros ámbitos científicos se dice asimismo:

*Es probable que explicar la biología de los sentimientos, y de sus emociones estrechamente emparentadas, contribuya al tratamiento efectivo de las principales causas del sufrimiento humano, entre ellas la depresión, el dolor y la adicción a las drogas. Además, comprender qué son los sentimientos, cómo funcionan y qué significan es indispensable para la construcción futura de una teoría de los seres humanos más precisa que aquella de la que disponemos ahora. (Damasio, 2005)*

La comprensión de las emociones y los sentimientos es clave para la formulación de principios y políticas capaces, tanto de reducir las aflicciones como de aumentar la prosperidad de las personas.

El autor de *El error de Descartes*, sostiene que las emociones tienen consecuencias en la toma de decisiones en general y en el comportamiento social en particular. Según su trabajo, existe una relación estrecha entre emoción y razón, las emociones entran en la espiral de la razón, y podían ayudar al proceso de razonamiento en vez de perturbarlo como se creía de manera común. No sustituyen a la razón, pero en numerosas ocasiones el programa de acción emocional por ejemplo, del miedo, consigue mantener a raya a los humanos, fuera de peligro, sin que intervenga apenas la razón. El funcionamiento de las emociones a lo largo de la evolución permite a los seres humanos que reaccionen con inteligencia sin tener que pensar de manera inteligente. Su propuesta es que el sistema de razonamiento se desarrolló como una extensión del sistema emocional automático, en la que las emociones cumplían distintas funciones en el proceso de razonamiento.

*Cuando se eliminan por completo las emociones del plano del razonamiento, como ocurre con determinados estados neurológicos, la razón resulta ser todavía más imperfecta que cuando las emociones nos juegan malas pasadas en nuestras decisiones.*

En otras palabras, las emociones tienen una función importante que cumplir en la intuición ese rápido proceso cognitivo en el que llegamos a una conclusión concreta sin ser conscientes de todos los pasos lógicos intermedios. La emoción, por tanto, no se contrapone a la cognición, ya que considera Damasio que las emociones aportan información cognitiva, directamente y mediante los sentimientos. En *El error de Descartes* sostiene que los sistemas cerebrales que se ocupan conjuntamente de las emociones y la toma de decisiones, por lo general participan en la gestión de la cognición y el comportamiento sociales.

Nuestro razonamiento ético ha de contar, por lo tanto, con las emociones que ocupan en él un lugar importante. Las emociones están presentes de algún modo en el momento en que tenemos que realizar juicios acerca de lo verdadero y lo falso, acerca de lo bueno y lo malo que guían nuestras elecciones éticas.

Tanto desde el punto de vista fisiológico como filosófico y psicológico, las emociones contienen pensamientos y maneras de evaluar lo que nos ocurre, acerca de los daños que nos amenazan, acerca de aquello que puede mejorar o no nuestra vida.

*Téngase en cuenta que los sentimientos y las emociones son la expresión de la prosperidad o de la aflicción humana, tal como ocurren en la mente y en el cuerpo. Los sentimientos y las emociones son revelaciones del estado de la vida en el seno del organismo entero. (Damasio, 2005)*

Si la filosofía de Spinoza es una llamada a la preservación en el propio ser, en el *conatus*, la búsqueda de supervivencia y bienestar, muchas son las condiciones sociales actuales que empujan nuestro ser con las innumerables amenazas que condicionan la vida. Tal como nos aportan las investigaciones científicas, las emociones propiamente dichas (tristeza, alegría, miedo, simpatía y vergüenza) tienen una clara relación con la regulación de la vida a fin de evitar peligros o ayudar al organismo a enfrentarse mejor a las oportunidades, o indirectamente a facilitar las relaciones sociales.

Los seres humanos conscientes saben de deseos, emociones y sentimientos y dichos sentimientos aumentan su conocimiento de la fragilidad de la vida y lo convierten en un elemento para preocuparse por el lugar que ocupan en la iniciativa vital y la preservación en el propio ser.

Hemos de decir, para finalizar, que necesitamos progresar en la comprensión de las capacidades y necesidades inmateriales del ser humano, así como de las metas espirituales por fijar, para la situación actual y para una futura sociedad bien constituida.

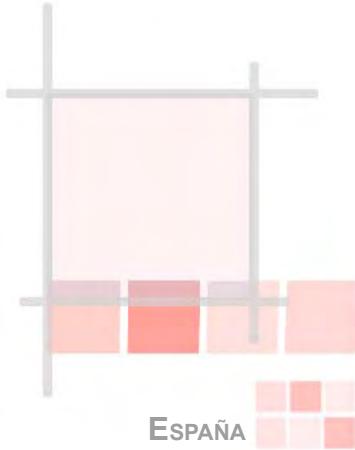
Necesitamos una base ética que nos lleve a aprender de Spinoza el ansia de vivir y de hallar la felicidad, de perfeccionar la inteligencia y buscar la sabiduría compartiéndola con los

demás. Spinoza vivió en una época en la que sufrió la excomunión por sus propias creencias, la tiranía de sistemas predemocráticos, y la percepción trágica de que los hombres confundían su esclavitud con su libertad. En nuestra época son otros los fantasmas que se esconden en nuestras sombras, son otros los motivos para tener cuidado. En cualquier caso, al igual que él, estamos obligados a mejorar la óptica de nuestras lentes y percibir con mayor claridad una realidad que, según el tratamiento que hagamos de nuestros propios afectos, puede contribuir a debilitar o a potenciar nuestras facultades anímicas, sensitivas y cognitivas.

#### LISTA DE REFERENCIAS

1. **CARPINTERO, E.**, 2006, *Spinoza: la prudencia de una razón apasionada*. Topía artículos. Argentina.
2. **COMISIÓN DE LA SEGURIDAD HUMANA**, 2003, *La Seguridad Humana ahora*. Multi-Language Services Inc, Nueva York.
3. **DAMASIO, A.**, 2005, *En busca de Spinoza. Neurobiología de la emoción y los sentimientos*. Drakontos. Editorial Crítica, Barcelona.
4. **DAMASIO, A.**, 2006, *El error de Descartes*. Editorial Crítica, Barcelona.
5. **DELEUZE, G.**, 2001, *Spinoza: Filosofía práctica*. Tusquets editores, Barcelona.
6. **DOMÍNGUEZ, A.**, 2004, “La política en la vida y la obra de Spinoza” en *Tratado político*. Alianza.
7. **FUENTES, C.; ROJAS ARAVENA, F.**, 2005, *Promover la Seguridad Humana: Marcos Éticos, Normativos y Educativos en América Latina y el Caribe*. Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales (FLACSO) UNESCO.
8. **HAQ, MAHBUB**, 1998, “Human rights, security, and governance”, *Peace & Policy of the Toda Institute for Peace and Policy Research: Dialogue of Civilizations for World Citizenship*, Vol. 3, Nº 2.
9. **INFORME SESPAS**, 2006, *Los desajustes en la salud en el mundo desarrollado*. Gaceta sanitaria, [http://www.sespas.es/fr\\_inf.html](http://www.sespas.es/fr_inf.html)
10. **MOUFIDA GAUCHA**, 2005, *Promover la Seguridad Humana: Marcos Éticos, Normativos*. UNESCO
11. **NUSSBAUM, M.**, 2001, *Upheavals of Thought, The intelligence of emotions*. Cambridge University Press. United Kingdom.
12. **NUSSBAUM, M.**, 2005, *El conocimiento del amor. Ensayos sobre filosofía y literatura*. Editorial Antonio Machado libros, Madrid.
13. **NUSSBAUM, M.**, 1997, *Justicia poética*. Editorial Andrés Bello, Barcelona.
14. **NUSSBAUM, M.**, 2003, *La terapia del deseo. Teoría y práctica en la ética helenística*. Editorial Paidós.
15. **SPINOZA, B.**, 1980, *Ética*, Editorial Nacional.
16. **UNESCO**. *Promover la Seguridad Humana: Marcos Éticos, Normativos y Educativos*. Universidad de Corea, 2004.
17. **WHYBROW, P.**, 2005, “El placer de la avaricia obsesiona a EE UU”. *The New York Times*.





## EL BLUES DEL ESLABÓN PERDIDO

Una visión evolucionaria de la inteligencia emocional

**Jordi Serra**

[jordi.serra@periscopi-bcn.com](mailto:jordi.serra@periscopi-bcn.com)

**Abstract:** *La inteligencia emocional vista como un instrumento de conocimiento del ser humano sobre sí mismo en su actual etapa evolutiva. Un interesante repaso sobre nuestras posibilidades evolutivas y el papel que en ellas desempeñan, desempeñaron y desempeñarán las emociones. Del neanderthal al posthumano de cilicio, un conciso e informativo análisis sobre el devenir de la humanidad y la transformación de su inteligencia.*

**Palabras clave:** inteligencia emocional, hombre de cilicio, cyborg, prehumano, posthumano, inteligencia artificial, evolución, Teoría de los sistemas evolucionarios, Teoría de Sistemas.

La inteligencia emocional (IE) es uno de los conceptos de moda del momento. Todo el mundo habla de ello, aunque en realidad bien pocos saben lo que es. Por ejemplo, y a tenor de lo que cuenta alguna publicidad, hay quien cree que es la nueva estrategia de gestión empresarial para exprimir al máximo a los trabajadores (pero teniéndolos contentos al mismo tiempo). Otros, a juzgar por lo que han leído en algún folleto, están convencidos que es la disciplina que les permitirá mejorar su autocontrol emocional. Algunos, por pura deducción, creen que es un tipo de inteligencia que se ocupa de las emociones (claro que tampoco tienen siempre claro qué es la inteligencia) y así hasta el infinito. Programas de televisión, debates radiofónicos, reportajes periodísticos y un sinfín de sitios Web bullen con datos, referencias y discusiones sobre el tema. Pero ¿de que hablamos?

En este artículo entenderemos la IE como la habilidad, capacidad o talento para percibir, valorar y gestionar las emociones propias o ajenas. Las razones para optar por esta definición son varias: por un lado, es lo suficientemente amplia para englobar aspectos que no todos los autores reconocen o aceptan, es vaga (como es de esperar en un campo que está en plena evolución y desarrollo) pero, al tiempo, es lo suficientemente específica.

La IE arranca del trabajo de Howard Gardner en su libro *The Shattered Mind*(1) de 1975. En esa obra formulaba la idea de múltiples inteligencias incluyendo la interpersonal y la intrapersonal. De todos modos, la autoría del concepto recae en Wayne Payne en 1985 que lo formula en su tesis doctoral(2). Sin embargo, la noción de IE no empieza a formularse hasta el trabajo de Peter Salovey y John Mayer a finales de los ochenta; en 1990 publican su artículo seminal *Emotional Intelligence*(3) que es donde se define el concepto como un tipo de inteligencia. A este trabajo siguen un número de artículos en donde definen un modelo de IE que se caracteriza por su capacidad para entender la información emocional y, también, para razonar con las emociones. En concreto, definen los cuatro rasgos que comprende la IE:

1. La capacidad para percibir emociones de forma certera.
2. La capacidad de usar las emociones para facilitar el razonamiento.
3. La capacidad de comprender los significados emocionales.
4. La capacidad de gestionar las emociones.

De todos modos es Daniel Goleman el que populariza el concepto a raíz de su libro *Emotional Intelligence: Why it can matter more than IQ*(4) que pronto se convierte en un éxito de ventas. De todas maneras, Goleman no sólo adaptó el trabajo de Salovey y Mayer para una audiencia más amplia, fue más allá atribuyéndole a la IE aspectos que no figuraban en la teoría original. Goleman cogió lo que se había producido desde la psicología y le añadió compo-

mentes de neurofisiología y ciencia del conocimiento. Así, fue Goleman el que situó el centro generador de emociones en nuestra mente reptiliana, concretamente en la amígdala; definió la relación entre el sistema nervioso simpático y parasimpático y sus efectos en nuestra gestión de las emociones y, finalmente, dedujo que la IE era el factor que explica porqué tener un alto cociente intelectual no asegura tener éxito en la vida. Otra contribución de Goleman fue la definición de cinco competencias emocionales:

1. La habilidad para identificar y nombrar los estados emocionales propios y para entender el nexo entre emociones, pensamiento y acción.
2. El talento para gestionar los estados emocionales propios, para controlar las emociones o para pasar de estados emocionales no deseados a otros más adecuados.
3. La facultad de poder entrar a voluntad en estados emocionales más propicios a la consecución de éxitos.
4. La aptitud de percibir, ser receptivo a —e influir en— los estados emocionales de otras personas.
5. La capacidad para iniciar y mantener relaciones interpersonales satisfactorias.

Estas competencias tienen, en la visión de Goleman, una estructura jerárquica que va de menos a más; así, sólo en la medida que se obtiene el grado deseado de dominio de la competencia primera se puede acceder a la segunda, y así sucesivamente hasta la quinta, que resume y da sentido a las anteriores.

Aunque Goleman se alejó de la ortodoxia científica que había presidido la investigación en este campo, contribuyó a dar un empuje renovado a la investigación y ha acabado beneficiando a algunos de sus impulsores originales como Mayer y Salovey. Con todo, su principal contribución radica en haber detectado que la IE puede jugar un papel crucial en los aspectos más habituales de nuestra vida cotidiana y, sobretodo, que todos podemos mejorar la gestión de nuestras emociones.

En la actualidad, se están desarrollando investigaciones muy interesantes en diversos campos de la IE: por un lado, está el debate sobre la posibilidad de cuantificar o medir la IE; por otro, la definición de la IE con base en un rendimiento específico o máximo o bien, en relación con un rendimiento medio; finalmente, está la aportación de los críticos para determinar hasta qué punto la IE es una parte de la inteligencia estándar o hasta que punto la IE es sólo otra etiqueta para hablar de personalidad.

### ¿PARA QUÉ LA IE?

Sea cual sea la evolución doctrinal de la IE, es evidente que la IE se ha desarrollado, según el autor, como un instrumento para lograr otros fines. En este sentido podemos identificar tres grandes grupos de objetivos o propósitos.

#### *Para tener éxito*

La IE como el mecanismo que nos permite controlar aspectos de nuestra personalidad que nos están afectando negativamente en nuestras relaciones, personales o profesionales. Goleman podría ser el abanderado de este grupo y, a juzgar por la multitud de libros, cursos y programas de autoayuda en este campo que han aparecido de un tiempo a esta parte, se puede afirmar que es un sector que goza de buena salud. De hecho, hay una corriente dentro de las técnicas de gestión más modernas que utiliza conceptos y métodos de la IE para optimizar el rendimiento de los miembros de una organización y, por tanto, maximizar su beneficio. Esto sería un caso extremo, pero es indudable que mucha gente vive con zozobra su incapacidad para establecer relaciones interpersonales de manera fluida y que ven sus expectativas, vitales y profesionales, limitadas por este hecho; por tanto, y en la medida que la IE pueda ayudarlas, es razonable pensar que seguirá habiendo una demanda para la IE centrada en este aspecto.

#### *Para conseguir paz*

Otra de las aplicaciones, quizás la más lúcida, ha sido como herramienta para ayudarnos a evitar, prevenir, gestionar y aminorar conflictos. Como ya se ha dicho, existe un amplio consenso sobre el hecho que nuestros mecanismos de respuesta a la agresión se hallan en nuestra mente más primitiva, en la amígdala, que reacciona de forma automática ante cualquier tipo de amenaza. La IE ha contribuido a entender los mecanismos que desencadenan este tipo de respuesta y cuáles pueden ser las mejores estrategias para atenuar su virulencia.

En Latinoamérica se ha desarrollado un trabajo de alto nivel relacionando la IE con el concepto de Seguridad Humana (tal y como propugnan las NU); en este sentido, destacan las aportaciones de Balbi y Baena (5). Es necesario mencionar que este enfoque ha sido utilizado tanto para planteamientos geopolíticos (resolución de conflictos civiles o regionales) como para acercamientos personales. Seguramente no es el terreno más ortodoxo para la IE, pero abre interesantes perspectivas de tratamiento —si no de resolución— a problemas que otras disciplinas y enfoques no han sabido encauzar.

*Para ser feliz*

Este es, sin duda, el planteamiento más clínico, ya que está íntimamente ligado a la percepción de la felicidad que tenga cada uno, aunque vendría a concretarse en la equivalencia de la felicidad con la gestión correcta o adecuada de nuestras emociones. Es el enfoque que entronca más con la investigación original en psicología aunque, de un tiempo a esta parte, ha tenido una cierta deriva hacia lo *new age* y la ciencia pop. Con todo, es evidente que es difícil censurar una actividad que puede ayudar a la gente a ser feliz o, como mínimo, a ser menos infeliz. Pero, a pesar de esto, conviene analizar el planteamiento de la IE para darse cuenta que encierra una premisa etnocéntrica y teleológica. De alguna manera, el axioma en el que se fundamenta la IE es que: nuestros problemas emocionales se derivan de la relación entre nuestras mentes reptiliana y superior, por tanto, debemos educar nuestra mente superior para que controle nuestra mente reptiliana. De este axioma podemos deducir que:

- a. Somos seres superiores con una vida social compleja que debería regirse por las funciones superiores de nuestro cerebro.
- b. Los vestigios de nuestra mente reptiliana, residuos de estadios evolutivos superados, distorsionan nuestra capacidad de relación en el estadio evolutivo actual.
- c. Debemos desarrollar técnicas y mecanismos que permitan a nuestra mente superior tomar control sobre la reptiliana y lograr así un estadio superior de armonía emocional.

Con todo, la pregunta debe ser: ¿es nuestra mente reptiliana la que nos hace infelices? Hay que darse cuenta que la inferencia última del axioma es que somos todo lo evolucionado que podemos ser, ¡que somos el pináculo de la evolución vaya! Pero, ¿lo somos?

Dediquemos algo de tiempo a considerar esta última cuestión.

**BUSCANDO EL ESLABÓN PERDIDO**

Durante muchos años se ha dedicado un gran esfuerzo a descubrir el eslabón perdido, el antepasado que marca la evolución de los primates a los homínidos o, si se prefiere, al *homo sapiens*. La paleontología, la biología y los expertos en evolución han dedicado muchas horas a esta búsqueda pero es sólo más recientemente que hemos sido conscientes de su futilidad.

Por un lado, una mejor comprensión del funcionamiento de la evolución nos ha hecho ver que la evolución no es finalista, sino posibilista, y que, por tanto, difícilmente puede haber un pináculo.

Actualmente, la visión que se da como mejor reflejo de la evolución no sería la de la pirámide, sino la de un árbol en el cual no seríamos el punto superior, meramente una hoja de una de las muchas ramas (6). Así en cada nivel el árbol de la evolución desarrolla estrategias alternativas en forma de ramas distintas, algunas prosperan y desarrollan hojas y frutos, otras fracasan, se secan y caen. Siguiendo con esta imagen, estar en una rama más arriba o más abajo del árbol no implica jerarquía o superioridad de ningún tipo; simplemente puede denotar la pervivencia de una estrategia exitosa.

Un segundo factor que ha agrietado nuestra autopercepción como vértice evolutivo es el entendimiento del motor de la evolución. Durante muchos años se creía que la evolución perseguía la optimización de la vida, dentro de esta visión, se pensaba que los estadios anteriores a la aparición de la primera forma de vida eran meros prolegómenos, ensayos a lo sumo, hasta que la chispa vital cuajó. Hoy día la teoría de sistemas evolucionarios(7) nos dice que el impulso evolutivo es el desarrollo de mejores formas de almacenar, procesar y transmitir información. Así, la aparición de formas de vida ha sido sólo una estrategia evolutiva que se ha demostrado superior para el propósito enunciado que, por ejemplo, la cristalización mineral. Pero la misma teoría nos hace ver que la estrategia seguida hasta ahora de seres basados en carbono y con transmisión de información vía genes, puede verse superada por seres basados en silicio y con transmisión de información vía bytes. Por tanto, no somos, no podemos ser el pináculo de la evolución, apenas somos un experimento que, a juzgar por las consecuencias de nuestras acciones, está a punto de demostrarse como fallido.

¿A dónde nos lleva todo esto?, pues a que no hace falta que busquemos al eslabón perdido ya lo hemos encontrado, somos nosotros(8). Si fuéramos lo racionales que se nos supone no nos veríamos afectados por los conflictos emocionales que nos turban tan a menudo, pero si fuéramos puramente instintivos tampoco tendríamos estos sentimientos de culpa, rabia o impotencia que nos asaltan a veces. No, estamos en un estadio intermedio en lo que no racional no se impone y lo instintivo no desaparece. Desde esta perspectiva, la IE difícilmente nos puede ofrecer un camino para solucionar completamente los conflictos emocionales, pero sí puede arrojar más luz sobre las causas de muchos problemas en este campo y, seguramente, darnos pautas para gestionar de una mejor manera situaciones conflictivas y sus consecuencias. Con todo, la superación definitiva de estos conflictos, y siempre dentro de esta teoría, sólo puede venir con un estadio evolutivo superior.

#### **EVOLUCIONAR, ¿A DÓNDE?**

Si aceptamos pues que nuestros problemas emocionales se derivan del hecho de hallarnos en un estadio evolutivo intermedio, sería bueno explorar las opciones —evolutivas— que se

abren delante nuestro. La Teoría de sistemas evolucionarios define los cuatro estadios que se dan en cualquier ciclo evolutivo:

1. **Emergencia**, que en este caso coincidiría con la aparición de los primeros homínidos y la evolución que aportan a los sistemas sociales heredados de los primates.
2. **Desarrollo**, que concordaría con la aparición del lenguaje simbólico que es la llave a todo nuestro crecimiento cultural posterior y el impulso de la agricultura que posibilita la acumulación de recursos y el nacimiento de las primeras ciudades. En este estadio se empiezan a desarrollar nuevos códigos más sofisticados para sistemas sociales mucho más complejos.
3. **Madurez**, que podríamos situar en la revolución industrial, en este punto la humanidad da un salto cualitativo como especie, no por una mutación o evolución que aumentara su potencial físico, sino por la utilización de la técnica como extensiones de las capacidades humanas. Las distintas comunidades humanas han alcanzado un alto grado de complejidad y precisan de un sofisticado y prolijo entramado de normas y códigos para gestionar su funcionamiento.
4. **Desestabilización**, el presente, la humanidad ha puesto en marcha fenómenos que suponen un serio riesgo para el mantenimiento de la biosfera y, de rebote, su propia supervivencia. Además, y aunque persiste un alto grado de diversidad en las distintas sociedades humanas, también está empezando a formarse una superestructura global que abarca todo el planeta. Por otro lado los avances en inteligencia artificial, robótica, nanotecnología e informática plantean la duda de si ya hemos creado el siguiente estadio evolutivo en forma de seres posthumanos basados en el silicio.

La teoría nos dice que, cuando un sistema (ya sea social, cultural, biológico o técnico) entra en el estadio de desestabilización, uno de los síntomas principales es la incapacidad de ese sistema para tolerar y gestionar la complejidad(9) creciente del sistema. Por tanto, conviene examinar qué indicadores podemos encontrar de intolerancia a la complejidad:

*El auge del fundamentalismo:*

Uno de los rasgos más habituales en momentos de cambio e incertidumbre es el retorno a las certezas del pasado. Cuanto más turbulento es el presente e incierto el futuro más tenemos la tendencia de buscar refugio en el ayer. Evidentemente, se trata de una visión romántica del pasado que es, más que nada, una reinterpretación de la historia. En este contexto los fundamentalismos medran y florecen porque ofrecen recetas simples a situaciones complejas (aunque el ser simples no garantiza que funcionen). Hoy día vemos el fundamentalismo crecer por doquier, los hay religiosos (de todo tipo de credo), ideológicos con nostalgia de fórmulas obsoletas, e incluso

sociales, pretendiendo retornos imposible a situaciones ya superadas. La variedad es grande pero todos se caracterizan por un mismo rasgo, prometen la felicidad con base en la adherencia acrítica a unos principios (morales, ideológicos o consuetudinarios). De alguna manera, sí que pueden proporcionar bienestar porque, en la medida que le suponen a uno el no tener que pensar o juzgar por sí mismo, evitan que se produzcan los conflictos entre nuestras mentes reptiliana y superior.

*El aumento de las neurosis:*

Este es un aspecto controvertido: por un lado, hay quien argumenta que —de hecho— lo que ha aumentado no son las neurosis en sí sino la percepción de las neurosis como una patología que se puede combatir. Es decir, no es que hayan más casos, simplemente que ahora la gente va más al psicólogo para curarse. Por otro lado, y esta es una postura más radical, hay quien argumenta que las neurosis más que una patología son uno de los signos de los tiempos, por tanto las consideran una consecuencia del estilo de vida actual y, todo lo más, las conceptualizarían como trastornos afectivos o emocionales o, incluso, como crisis de ansiedad. En cualquier caso, bien las consideremos meros trastornos o bien creamos que sólo ha aumentado su percepción, lo cierto es que se han vuelto más comunes y la conciencia de su existencia ha crecido extraordinariamente. Es más, el mismo hecho de que haya quien lo considere como uno de los rasgos del estilo de vida contemporáneo ya indica que se ha producido un cambio: ya no tenemos o conseguimos nuestro bienestar o equilibrio emocional como en épocas pasadas.

*La dependencia creciente de factores, elementos y estructuras que ni comprendemos ni controlamos (totalmente):*

Una de las consecuencias del aumento de sofisticación de nuestras vidas y nuestras comunidades es que se han vuelto tan complejas que ya no controlamos su funcionamiento. De hecho, de un tiempo a esta parte se habla de sucesos caóticos, fenómenos que ocurren sin que sepamos a ciencia cierta cual es su causa o, mucho menos, como gestionarlos o solucionarlos. Sucesos locales generan crisis globales y nuestro bienestar depende de factores tan aleatorios como el índice Dow Jones (del que por cierto casi nadie sabe lo que mide) o la reelección de un determinado líder político. En nuestra vida cotidiana vivimos rodeados de ítems y aparatos que apenas sabemos operar pero de los cuales dependemos. Nuestra existencia se basa en una apariencia de control que es continuamente puesta a prueba por los elementos y circunstancias. De todos modos, lo que es realmente preocupante es que somos la primera especie que ha alcanzado el dudoso honor de ser capaces de autoeliminarnos, todos los retos que más amenazan nuestra supervivencia son consecuencia

directa de nuestras acciones: el cambio climático, el agujero de ozono, la reducción de biodiversidad, el agotamiento de recursos naturales, nuevas pandemias, etc.

Es decir, que es posible argumentar que efectivamente estamos en el estadio de desestabilización y que, por lo tanto, un salto evolutivo en forma de bifurcación caótica 10), puede estar al caer. Llegados a este punto la pregunta a hacerse es, ¿a dónde nos puede llevar este salto evolutivo?

De acuerdo con la teoría tenemos tres opciones que nos llevan a tres escenarios:

1. El salto nos lleva a un estadio evolutivo inferior:

En este escenario, involucionamos a un estadio “prehumano”, hay que suponer que las circunstancias de la bifurcación implican algún tipo de cataclismo sistémico que nos afecta como especie y que sólo los especímenes que han involucionado a prehumanos pueden subsistir en el nuevo entorno. Por lo tanto, hemos de conjeturar que la nueva especie no ha desarrollado instrumentos de comunicación abstracta, ni mecanismos para acumular recursos a largo plazo, ni tiene modo de transmitir información intergeneracional que no sea vía genes. Esta especie prehumana deberá estar adaptada a los cambios que se hayan producido en la biosfera y aunque comparativamente más primitivos que el homo sapiens pueden tener ante sí una expectativa de pervivencia en el planeta más larga que la de los humanos.

De entrada puede parecer una perspectiva poco halagüeña para nosotros pero hay que tener en cuenta dos factores: primero, los nuevos prehumanos no tendrán conciencia de nuestra existencia previa y, segundo, si tienen un cerebro y una estructura social más simple, no se verán afectados por los conflictos emocionales que perturban nuestra existencia. Dicho de otra manera, es muy probable que tengan más equilibrio emocional que nosotros y, a su manera, sean más felices.

2. El salto nos lleva a un estadio equivalente

Aquí hablamos de un salto en paralelo, las circunstancias que rodean la bifurcación hacen posible saltar a un nivel evolutivo equivalente al actual. Por tanto, podemos estar hablando de algún tipo de catástrofe que diezma la raza humana y que daña severamente sus capacidades(11) pero que, al mismo tiempo, no la afecta como especie. Un caso así, una reducción substancial de la población, junto con una menor (o mucho menor) capacidad tecnológica, pero con la conciencia y el conocimiento de lo ocurrido intactos, sería como una segunda oportunidad para la humanidad. Nues-

tro potencial evolutivo puesto nuevamente a prueba para ver si de verdad somos el único ser que tropieza dos veces con la misma piedra.

Efectivamente, la capacidad de extraer lecciones de lo ocurrido es la cuestión clave en este escenario. Tener conciencia de los errores del pasado —para no repetirlos— y buscar nuevas opciones determinará el éxito o el fracaso de la humanidad en este supuesto. En lo que atañe a la IE, esto también es una nueva oportunidad para buscar entornos sociales que favorezcan nuestro equilibrio emocional. Pero hay que ser conscientes de que, si nuestra mente no evoluciona, la relación dialéctica entre el sistema simpático y el parasimpático se mantendrá; es decir, que nuestra biología seguirá jugando en nuestra contra, con lo cual tampoco se puede esperar una mejora radical.

### 3. El salto nos lleva a un estadio evolutivo superior

Este es el escenario en que evolucionamos a un estadio posthumano. Se pueden conjeturar diversas hipótesis que nos llevan a una situación así, por ejemplo, las circunstancias de la bifurcación hacen que sólo los *cyborg*(12) que han conseguido integrar los mejores rasgos humanos y cibernético sobreviven; también podríamos especular con un escenario donde la única forma de preservar la humanidad ha sido volcar la personalidad de sus especímenes en sistemas operativos o robots; finalmente, también podemos aventurar que los nuevos posthumanos son seres basados en silicio evolucionados a partir de formas de inteligencia artificial que han adquirido algún rasgo humano.

Sea como sea, en este escenario ser sólo humano son malas noticias, por primera vez en la historia el *homo sapiens* podrá saber como se sintieron los *neandertales*. La esperanza es que los nuevos posthumanos recojan lo mejor de nuestra herencia, quizás nuestra creatividad o nuestra capacidad para lo lúdico pero, en cualquier caso, será oficial: la humanidad es una vía muerta evolutiva.

Las buenas noticias es que los nuevos seres posthumanos serán mucho más racionales que nosotros, y ya no tendrán que lidiar con los impulsos de una mente reptiliana. Serán más equilibrados y sus sociedades más armónicas, ya que las emociones no enturbiarán su juicio como hacen con el nuestro. ¿Serán más felices? Probablemente. Aunque el propio concepto de felicidad será revisado y estará más relacionado con una cuestión de equilibrio y equidad que con un sentimiento subjetivo. Lo que es bastante seguro es que los posthumanos considerarán que su estado es mucho

más deseable que el de los humanos, pero claro, nosotros también creemos que estamos mejor que los *neandertales*, ¿no?

## EPÍLOGO

Por diversas razones, me resultaría muy difícil llegar a alguna conclusión respecto a los temas que se han tratado aquí, por ello me parece más oportuno acabar con un epílogo.

Una primera razón tiene que ver con el hecho que la mayoría de extremos sobre los que he construido esta disquisición se sustentan en principios que pueden verse revisados a corto plazo. En efecto, tanto la IE como la teoría de sistemas evolucionarios, son cuerpos teóricos muy fluidos en este momento y es razonable esperar nuevas conclusiones en los próximos años.

Por otro lado, más que el propósito de sentar cátedra me ha movido el interés por cuestionar, por formular preguntas. A menudo he llegado a la conclusión que las preguntas pueden ser más atractivas que las respuestas y que éstas sólo valen en la medida que permitan acceder a nuevas y más estimulantes preguntas. Aquí me he permitido compartir algunas de las preguntas que me suscitan dos campos que ya son interesantes de por sí pero que me resultan aún más atractivos entrelazados.

Finalmente, espero que aquellos que se sientan disgustados por los escenarios presentados, comprendan que nuestra única opción para perdurar como especie es iniciar un profundo proceso de cambio y modificación de nuestros estilos de vida. En este momento puede que ya hayamos puesto en marcha los mecanismos evolutivos que provocarán nuestro reemplazo por una nueva especie.

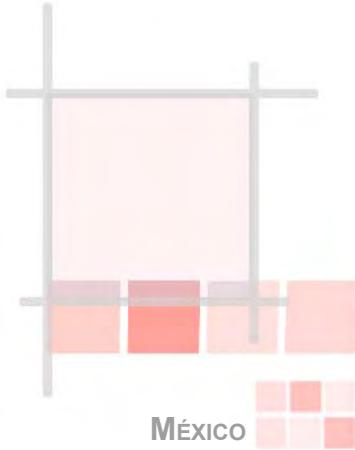
Creo que la IE puede ser uno de los elementos que nos ayude a tomar conciencia de cómo somos realmente por un lado, y, por otro, contribuya a pilotar una transición a un nuevo modelo de organización social que genere menos ansiedad y estrés, lo que, bien mirado, tampoco es poca cosa.

## LISTA DE REFERENCIAS

1. GARDNER, H., 1975, *The Shattered Mind*. Knopf, New York.
2. PAYNE, W.L., 1985, *A study of Emotion: Developing Emotional Intelligence; Self-Integration; relating to Fear, Pain and Desire*, The Union for Experimenting Colleges and Universities, Cincinnati OH.
3. SALOVEY, P. Y MAYER, J.D., "Emotional Intelligence", en *Imagination, Cognition and Personality*, núm. 9, 1990.
4. GOLEMAN, D., *Emotional Intelligence: Why it can matter more than IQ*, Bantam Books, New York, 1995.

5. BAENA, G. (ed.), *Seguridad Humana e infraestructura emocional*, Editorial Metadata, Proyecto PA-PIME Laboratorio de Estudios del Futuro DGPA-UNAM, p. 308. Disponible en línea en el sitio de Metadata: <http://www.metadata.org.mx/seguridadhumana>. Contiene artículos de Balbi y Baena.
6. En este sentido se ha expresado, entre otros, el paleontólogo Eudald Carbonell, en <http://aula.elmundo.es/aula/noticia.php/2004/05/20/aula1084984776.html>. Hay una entrevista donde expone este punto de vista.
7. Para aquellos interesados en profundizar en esta teoría ver: Huston, J., “Which Way is Up?” en *Journal of Futures Studies*, vol. 10, núm. 2, Noviembre 2005, que contiene una aplicación de esta teoría sobre sistemas sociopolíticos.
8. Seguramente el primero en formular esta aseveración fue el microbiólogo americano de origen francés René Dubos. Ver: *So Human an Animal: How We Are Shaped by Surroundings and Events*, Scribner Book Company, Transaction Publishers, New York, 1968.
9. Para los propósitos de este artículo, entenderemos la complejidad como los flujos de información que el sistema no puede codificar, es decir: adquirir, almacenar, procesar y transmitir. Desde esta perspectiva, más complejidad implicará más arbitrariedad y incertidumbre. Para más información sobre este punto recomiendo esta lectura: Devezas, T.C. y Corredina, J.T., “The nonlinear dynamics of Technoeconomic systems: An informational interpretation”, en *Technological Forecasting and Social Change*, núm. 69, 2002.
10. Según la Teoría del Caos cuando un sistema dado se vuelve demasiado inestable se bifurca, es decir, salta caóticamente a otra configuración de sistema y sólo el examen de las propiedades del nuevo sistema nos dirá si se ha alcanzado un nivel superior, equivalente o inferior.





# LA SEGURIDAD HUMANA

En un mundo desigual

**Sandra Kanety Zavaleta Hernández**

[sandrakanety@yahoo.com.mx](mailto:sandrakanety@yahoo.com.mx)

**Abstract:** Aunque el mundo ha tenido importantes avances en materia de desarrollo humano, también es cierto que ha tenido retrocesos significativos que, lamentablemente, son los que determinan la injusta y disímil sociedad internacional. Para muchos, las amenazas a su seguridad están relacionadas directamente con la cotidianeidad de su vida: desempleo, pobreza, hambre, deterioro ambiental, etc. Hoy, más que nunca, la Seguridad Humana está seriamente amenazada por la desigualdad que existe entre las personas, las comunidades, las naciones.

**Palabras clave:** Seguridad Humana, seguridad alimentaria, seguridad política, seguridad ambiental, seguridad en salud, seguridad personal, seguridad comunitaria, seguridad económica, desarrollo humano, amenazas, desigualdad, neoliberalismo, pobreza.

En la actualidad, se perciben diferentes manifestaciones de la multiplicidad de cambios en la dinámica de la sociedad internacional y del impacto que éstos pueden tener en la vida de las personas. Es en este contexto de mundialización y neoliberalismo en donde son más evidentes los avances y los retrocesos humanos.

Ambos procesos, lejos de procurar un efecto de homogeneización en los ámbitos humanos, producen, aunque pueda parecer paradójico, el efecto contrario. Hoy más que nunca son palpables múltiples fenómenos que atentan contra la propia existencia del hombre: pobreza (no sólo de ingreso, sino humana), exclusión social, marginación, exaltación de xenofobias, hambre endémica, deterioro ambiental, violencia, etc.

Aunque indudablemente el mundo ha tenido avances positivos en materia de desarrollo y Seguridad Humana, también es innegable que padece desigualdades insostenibles.

Por un lado, la humanidad ha elevado su nivel de desarrollo; hoy, por ejemplo, las personas se sienten más seguras frente a la lejanía de un holocausto nuclear; los avances científico-tecnológicos posibilitan que la calidad de vida de los seres humanos sea mejor; los descubrimientos en la medicina han podido prolongar la esperanza de vida; también han podido erradicar enfermedades mortales que cobraron la vida de millones de personas en épocas pasadas; la mayoría de los territorios hoy son Estados independientes; etc.

Pero por otro, sin duda, aún vivimos en una sociedad internacional en donde prevalecen condiciones infrahumanas y deplorables de vida. Más de 1200 millones de personas en el mundo sobreviven con alrededor de un dólar diario (lo que es considerado por el Banco Mundial como pobreza extrema, de acuerdo con las líneas de pobreza establecidas por esta misma organización internacional); 850 millones de seres humanos padecen hambre; en África, por ejemplo, 79 de cada 100 niños no logran sobrevivir más de 5 años; etc. (IDH 2005)

De esta forma, la sociedad internacional se caracteriza por padecer excesivos contrastes. Millones de personas en el mundo padecen hambre cuando existe suficiente alimento para dotar diariamente a cada ser humano con más del requerimiento calórico mínimo necesario; los niños de los países en desarrollo mueren antes de cumplir cinco años por diferentes causas que están relacionadas con la pobreza en la que viven, cuando en los países desarrollados los adelantos médicos les permiten tener una esperanza de vida de hasta los 80 años, en promedio.

A principios de la década de los noventa la Organización de las Naciones Unidas (ONU) centró más su atención en problemáticas relacionadas, directamente, con la vida cotidiana de las personas. Así es como, en 1994, el término “Seguridad Humana” hace su aparición en documentos importantes de la Organización. Fue entonces que el Programa de Naciones

Unidas para el Desarrollo (PNUD) elaboró su Informe de Desarrollo Humano (IDH), titulado “Nuevas dimensiones de la Seguridad Humana”, en el cual se definiría esta nueva concepción de la seguridad.

### ¿QUÉ ES LA SEGURIDAD HUMANA?

Definir “Seguridad Humana” no es tarea fácil. Así como la “libertad” o el concepto mismo de “seguridad nacional”, la “Seguridad Humana” se percibe más por su ausencia que por su presencia.

Como lo expresa el IDH de 1994, Seguridad Humana es un concepto en construcción. Es pertinente a todas las personas del mundo, ricos y pobres, lo que implica que todos los seres humanos estén libres de amenazas o inseguridades. Afirma que es una preocupación universal por la vida y la dignidad humanas; que sus componentes son interdependientes y que los efectos de sus amenazas son de alcance global.

De acuerdo con Ernesto López (2001, p. 379) la Seguridad Humana aparece recurrentemente vinculada a dos asuntos: el desarrollo y la paz. Transitando por esta vía, se ha llegado a una conceptualización que la liga a dos esferas: la libertad respecto del peligro y la libertad respecto de la necesidad. La primera hace referencia a los asuntos que ponen en riesgo la vida y también las posesiones de las personas, así como a los umbrales mínimos que condicionan la calidad de aquella. La guerra, los delitos contra las personas y contra la propiedad, la inseguridad ciudadana en sus variadas formas, así como el deterioro medioambiental, son algunas de sus manifestaciones más frecuentes. La libertad respecto de la necesidad hace referencia a amenazas crónicas como el hambre, la enfermedad, el desempleo, la exclusión social, la falta de oportunidades educativas o el deterioro en el plano de los derechos.

Para el Nodo Latinoamericano del Proyecto Millennium (2003) Seguridad Humana puede entenderse como el conjunto de circunstancias y condiciones que brindan el ámbito organizacional y funcional, social, político, económico, cultural y natural en el que cada individuo puede desarrollarse, crecer, vivir con calidad, perseguir y lograr sus metas en equilibrio permitiendo el ejercicio pleno de la libertad con responsabilidad otorgándole la posibilidad de ser él en sí mismo y de pertenecer, armónicamente, a una sociedad integrada al mundo.

La Seguridad Humana, pues, es un concepto antropocéntrico (su centro es el ser humano), universal (es preocupación e interés de todos los habitantes del planeta), interdependiente, preventivo y holístico. Es la seguridad de las personas en todos los aspectos de sus vidas.

## AMENAZAS A LAS SIETE ESFERAS DE LA SEGURIDAD HUMANA

De acuerdo con el IDH (1994) la Seguridad Humana se compone de siete esferas que funcionan como modelo práctico para clasificar sus amenazas más importantes:

1. Seguridad económica.
2. Seguridad política.
3. Seguridad alimentaria.
4. Seguridad ambiental.
5. Seguridad en salud.
6. Seguridad comunitaria.
7. Seguridad personal.

Aunque de cada una de ellas se podría hacer una investigación amplísima, haré únicamente algunas acotaciones breves respecto a cada una.

### 1. Seguridad económica

Se refiere a que las personas disfruten de ingresos que provengan de fuentes como el empleo productivo y bien remunerado o, aunque no es lo ideal, de un sistema de seguridad o apoyo financiado por el Estado (es decir, con recursos públicos). Es simplemente el acceso seguro a un ingreso adecuado y justo, a empleo digno y estabilidad laboral.

En la actualidad, el 75% de la población mundial no cuenta con un empleo estable; la mayoría no goza de prestaciones (que por ley le corresponden) y los salarios son mal remunerados.

La industria del vestido es de las más significativas en este sentido. Por ejemplo, un trabajador laborando la misma jornada, los mismos días, realizando el mismo trabajo o uno similar en esta industria, puede ganar menos o más, dependiendo del país en donde labore. En los noventa, en Japón el sueldo era de 10.64 dólares por hora; en Canadá, de 9.14 dólares; en Estados Unidos, 8.13 dólares; mientras que en México, 1.08 dólares; en Brasil, 0.73 centavos de dólar y en Bangladesh, únicamente 0.16 centavos de dólar.

Según datos de la ONU (IDH 1994, 1997 y 2003), las mujeres perciben hasta 40% menos salario en comparación con los hombres por las mismas horas de trabajo y los mismos empleos. Caso grave es también el de personas con capacidades diferentes en donde más

del 80% de los discapacitados están desempleados. Ello conlleva no sólo a privaciones materiales, sino al desgaste moral y emocional, a la exclusión social, etc.

## 2. Seguridad política

La *seguridad política* es uno de los pilares constitutivos más importantes de la Seguridad Humana. Se refiere, básicamente, a que todas las personas puedan vivir y desarrollarse en un entorno que les garantice respeto a sus derechos esenciales.

Lo que puede entenderse como seguridad de Estado, por ejemplo, muchas veces ha servido como pretexto para pasar por alto y violar los derechos de su población. En este sentido, la Seguridad Humana no pasa por encima de éstos, sino que de ellos se compone.

Se refiere, entonces, al respeto a los derechos humanos, a que el Estado no lleve a cabo represión, exclusión, tortura, entre otros, así como a las relaciones, estructuras y procesos que tienen que ver con el manejo del conflicto entre grupos sociales, por medio de la creación y distribución de poder (Nef, 2001).

La **Declaración Universal de los Derechos Humanos** (1948) expresa que sólo puede realizarse el ideal del ser humano libre, exento de temor y de la miseria, si se crean condiciones que permitan a cada persona gozar de sus derechos económicos, sociales y culturales, tanto como de sus derechos civiles y políticos.

El IDH (1994, p. 37) considera que uno de los indicadores más útiles de la inseguridad política en un país es la prioridad que un gobierno le asigna a la fuerza militar, ya que los gobiernos usan a veces a los ejércitos para reprimir a su propia población. Si un gobierno está más preocupado por su plantilla militar que por su población, ese equilibrio se demuestra en la relación entre gasto militar y gasto social.

Por ejemplo, Cristina Rosas (1995) asegura que las tácticas de guerra contemplan la existencia de fuerzas de despliegue rápido, lo que implica que el concepto de “gran ejército” sea sustituido por pequeños contingentes con tecnología bélica sofisticada y de gran precisión. Es así como muchos países reducen el número de sus tropas pero destinan mayor presupuesto público a la costosa investigación militar, cuando dicho gasto podría estar orientado a esferas de la propia Seguridad Humana.

Es indudable que el gasto excesivo en el sector militar menoscaba de manera significativa la seguridad de las personas. Eritrea (país con bajo desarrollo humano, que ocupa el lugar número 161 en el IDH 2005) es un caso alarmante. Destina el 19.4% de su PIB al sector militar y sólo 3.2% al sector salud; Yemen (lugar número 151 con bajo desarrollo humano en

el IDH 2005) registró un gasto público en la esfera militar de 7.1% del PIB y únicamente 1% en salud; Omán (número 71 clasificado como país con medio desarrollo) destina el 12.2% al gasto militar y el 3.1% a educación; cuando hay países que intentan guardar un equilibrio racional en su presupuesto estatal o países que destinan mayoritariamente sus recursos a esferas propias de la Seguridad Humana, como Dinamarca (país con alto desarrollo humano ocupando el lugar número 14) que destina 1.5% de su PIB al gasto militar, 7.3% a salud y 8.3% a la educación (IDH 2005).

Aunque hay muchos argumentos tanto de gobiernos y empresas transnacionales como de empleados a favor de la industria bélica o de guerra por los empleos que generan, las derramas económicas y hasta el argumento más usado en los países altamente armados como herramienta de disuasión de ataques enemigos, son endebles comparados con las laceraciones físicas y emocionales que dejan las armas.

Refugiados y desplazados son también un indicador importante de la inseguridad política. En la actualidad hay más de 20 millones de desplazados internos (es decir aquellos que no cruzan sus fronteras nacionales al desplazarse de su lugar de origen) y más de 25 millones de refugiados políticos en el mundo (IDH 1994).

### 3. Seguridad alimentaria

Por su parte, la *seguridad alimentaria* implica que todos los seres humanos tengan alimento suficiente y adecuado en cualquier momento, sin importar carestía, abastecimiento, producción, políticas e, incluso, estrategias de mercado. Es el derecho a alimento.

La definición más adecuada de seguridad alimentaria, a mi parecer, es la que presenta en su obra el Dr. Edmundo Hernández-Vela (2002, pág. 1086), en la cual se plantea como *el conjunto de estrategias, políticas, normas, medidas y acciones tendientes a garantizar a la población el abasto y acceso permanentes, incluso en presión de contingencias ambientales o de cualquier otra índole, en cantidad, variedad, composición, calidad y precio suficientes, adecuados y satisfactorios de los alimentos y complementos requeridos para su cabal salud y bienestar y su pleno desarrollo y evolución, tanto individual como social.*

La seguridad alimentaria pasó de ser una capacidad a un derecho. En 1980 la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO por sus siglas en inglés) consideraba la seguridad alimentaria como la capacidad de la población para producir o adquirir alimentos en forma suficiente y apropiada para tener una vida activa, saludable y, al mismo tiempo, asegurar y proteger de forma consistente los recursos necesarios para sos-

tener sus medios de vida. Hoy día es la misma Organización que considera el alimento como un derecho fundamental de todo ser humano.

En la actualidad hay suficiente comida en el mundo para dotar a cada habitante del planeta con 200 a 300 kilocalorías más del mínimo necesario (2200), empero, una gran parte de la población mundial no tiene acceso a alimentos, no por la cantidad de producción, sino por la distribución. Además, no todos los problemas de la alimentación emanan del hambre, sino de la inadecuada o nula nutrición. En África subsahariana, por ejemplo, el 30% de la población está desnutrida; en Asia meridional, una cantidad similar nace con bajo peso debido a la mala alimentación que tienen las madres durante la gestación.

#### 4. Seguridad ambiental

En la Carta Mundial de la Naturaleza aprobada en 1982 por la ONU, *seguridad ambiental* se define como un conjunto de principios, normas, estrategias, políticas, directrices, criterios, medidas, acciones, incluso de carácter mora, a nivel nacional, internacional, individual y colectivo, público y privado, con el objeto de proteger la naturaleza promoviendo la cooperación para cumplir dicha meta. Se trata de la protección de la Tierra, contra los efectos perjudiciales y potenciales, para la salud humana, la diversidad biológica, para mantener el equilibrio y calidad de la naturaleza y la conservación de los recursos en bien de las generaciones presentes y futuras.

Contrario a lo que suele afirmarse, la naturaleza no es infinita e imperecedera. El hombre debe entender que depende de un medio ambiente sano y adecuado para su desarrollo y hasta para su propia supervivencia.

El sistema económico neoliberal se caracteriza por la explotación inmoderada de recursos humanos y naturales. Ello, aunado al rápido crecimiento demográfico en el planeta, amenaza más que nunca la vida humana. Todos los años se pierden entre 8 y 10 millones de acres de bosques en el mundo, lo que equivale a la superficie de Austria; en los últimos 50 años al sur del Sahara aproximadamente 65 millones de hectáreas de tierra productiva se han convertido en desierto; la salinización afecta a más del 25% de las tierras en Asia central y a más del 20% en Pakistán; con sólo el 4.6% de la población mundial, Estados Unidos produce un cuarto de las emisiones totales de gases de invernadero; actualmente sólo queda el 45% de los bosques tropicales en el mundo; etc. (IDH 1994, 1997, 2005).

## 5. Seguridad en la salud

Tener *seguridad en materia de salud* no sólo implica un estado libre de situaciones de inseguridad ocasionadas, principalmente, por la existencia de enfermedades, sino el acceso constante a servicios de salubridad adecuados. Hoy día, el rubro de la salud no escapa a la embestida neoliberal. Al aplicar políticas económicas neoliberales, los Estados con frecuencia realizan un recorte a su presupuesto nacional castigando la esfera social. Si el Estado no cumple su responsabilidad de proporcionar salud a su población, otros actores cubrirán ese vacío, por ejemplo, organizaciones privadas, que más allá de no tener vocación de servicio, lucran con la propia vida.

Aunque la mala salud no es un problema exclusivo de los países en desarrollo, los pobres son los que están más expuestos a la mala salud por el medio ambiente en el que viven, viviendas inadecuadas (la mayoría de las veces ubicadas en zonas marginadas, insalubres y peligrosas), carencia de servicios sanitarios, nulo acceso a fuentes de agua potable, la malnutrición o la falta de alimento, etc. Son los pobres quienes tienen acceso restringido a los servicios de salud.

Es también en los países en desarrollo que las principales causas de defunción se deben a enfermedades contagiosas y parasitarias. Éstas son responsables de la muerte de 17 millones de personas por año; de ellas, 6.5 millones mueren debido a infecciones respiratorias; 4.5 millones a enfermedades diarreicas; 3.5 millones a la tuberculosis. Lo peor del asunto, es que todas estas enfermedades pueden prevenirse y, además, en prácticamente todos los países desarrollados, están erradicadas, o al menos, controladas.

Por otra parte, es en estos últimos que se sufren enfermedades que se relacionan, también, con su ritmo de vida como padecimientos del sistema circulatorio, cáncer, obesidad, calvicie, etcétera (IDH, 1994 y 2004). Aunado a ello, las grandes farmacéuticas destinan casi la totalidad de su presupuesto a contrarrestar estas enfermedades, no así padecimientos de los países pobres.

Alrededor de 3 millones de mujeres mueren cada año durante el parto, convirtiendo un milagro de vida en muerte; mientras Italia o Cuba tienen 606 y 594 médicos por cada 100,000 habitantes, respectivamente, países como Malawi o Burundi sólo registran un médico por la misma cantidad de personas; Mientras Alemania e Islandia destinan más del 8% de su PIB a la salud pública, Azerbaiján destina menos del 1% de su PIB (IDH, 2005).

El Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida (SIDA), por ejemplo, reduce al máximo la Seguridad Humana. De acuerdo con la Organización Mundial de Salud (OMS), Bostwana reducirá su esperanza de vida a 33 años debido a esta enfermedad, mientras que en condiciones normales es de 61. Aunque es una enfermedad mortal, pueden mitigarse sus crueles

efectos con un tratamiento adecuado pero, lamentablemente, el costo asciende hasta los 25 000 dólares por año, cantidad que pocos pueden costear. (FPNU, 2002)

## 6. Seguridad comunitaria

La *seguridad comunitaria*, como afirma Nef (2001, pág. 45), se refiere a las relaciones, estructuras y procesos de interacción entre personas y las redes de relación, jerárquicas o funcionales que facilitan la cohesión y la convivencia.

La mayoría de las personas se sienten seguras por medio de la participación en un grupo, una familia, una comunidad, una organización, una etnia, etc., que le brinde identidad cultural y un conjunto de valores que lo identifique con otros (IDH 1994).

Cuando este sentimiento de identidad y pertenencia se debilitan, por problemas como la pobreza o el desempleo, se producen conflictos entre los individuos. De acuerdo con el IDH (1994), aproximadamente el 40% de los países tienen dentro de su territorio al menos cinco poblaciones étnicas de tamaño considerable y, por lo menos, una de éstas vive en conflicto permanente por el padecimiento de racismo, discriminación, pocas oportunidades laborales, etc., generando estallidos de violencia que sólo dejan a su paso miles de muertes.

Pobreza no es sólo falta de un buen ingreso. Se es pobre, también, si se carece de arraigo histórico y cultural. Como lo afirma Atencio Bello (1996, pág. 27), las urgencias adaptativas para lograr la mera supervivencia le han dejado, (a algunos), desde el comienzo mismo de esta historia, muy poco espacio para cultivar su autoconciencia como familia... no se siente perteneciente a su cultura, ni a la historia, ni a una memoria familiar; por lo que se hallan muy expuestos a la más superficial de las aculturaciones. (Lamentablemente) este tipo de pobreza cultural... tiende a perpetuarse y reproducirse a sí misma.

Un Estado débil amenaza constantemente su seguridad comunitaria pues limita el desarrollo de su autonomía cultural. Weisskopf (1997, pág. 69) afirma que mientras más dependa el país de la ayuda extranjera de una clase u otra, mayores serán los efectos sobre la vida social y cultural. El capitalismo... amenaza especialmente a la autonomía cultural de los países pobres a causa del fuerte interés que tienen las empresas (transnacionales) por transmitir la clase de mentalidad consumidora que estimule el mercado para sus productos. La misma clase de efecto de demostración que predispone la demanda de los países pobres a favor de las mercancías y servicios extranjeros, sirve también para favorecer la importación de estilos y modas... a expensas de la autonomía cultural nacional.

Así, poco a poco, la identidad propia se va perdiendo en el individuo, en su familia, en su comunidad, así como en sus instituciones.

Inseguridad comunitaria manifiesta, en pocas palabras, la imposición de patrones consumistas neoliberales y poco a poco se va generando un proceso de destrucción de la identidad comunitaria, mediante la aplicación masiva de dependencia material, espiritual y cultural de los pueblos. Así, la pérdida de identidades culturales propias, la invasión, la explotación, la desinformación forman parte de las estrategias para imponer una cultura única (Enrique Arnanz y Miguel Ardid, 1996).

Las guerras no se producen únicamente entre Estados; al interior de ellos también ocurren grandes masacres. Movimientos separatistas, guerras civiles, exterminios étnicos, son los conflictos que todos los días padecen miles de personas aún dentro de su territorio. Es la propia dinámica del sistema económico imperante la que enfatiza estas disputas por la falta de oportunidades, el subdesarrollo, la exclusión, la competencia, etc. De esta forma, en lugares donde se ha reducido tanto la cultura e identidad propias, se han fragmentado las comunidades aislando personas, minimizando, también, su capacidad de acción colectiva y ocasionando, finalmente, la muerte de miles de seres humanos. En Bosnia, por ejemplo, entre 1992 y 1995 fueron asesinadas 200 000 personas y en Rwanda alrededor de 800 000 (IDH 1994).

### 7. Seguridad personal

La *seguridad personal* puede verse amenazada por tortura física, guerra, conflictos étnicos, enfrentamientos entre grupos sociales, acoso sexual, violación, explotación infantil, prostitución, maltrato e, incluso, amenazas contra uno mismo como el suicidio, el consumo de drogas, etc.; en pocas palabras, cualquier manifestación de la violencia.

La inseguridad en la vida cotidiana, por ejemplo, es un indicador potencial. Asesinatos, robos o asaltos, accidentes, etc. Acoso sexual en los trabajos, despidos, hostigamiento, entre otros. El maltrato físico y psicológico a los niños; la explotación, la prostitución son también amenazas urgentes que vulneran su seguridad personal. Por ejemplo, un niño que desde temprana edad es obligado a trabajar, en condiciones clandestinas, con un salario raquítico y padecimientos físicos por el trabajo pesado en comparación con su edad y peso, crecerá con resentimiento social, sin estudios y tendrá, entonces, pocas posibilidades de obtener una mejor calidad de vida.

El consumo de drogas es considerado una amenaza a la seguridad personal, entre otros factores, por los graves padecimientos que ocasiona en la salud humana, la desintegración familiar, la violencia en las sociedades, etc.

La inseguridad personal que viven diariamente algunas personas está relacionada, también, con las armas, como las minas antipersonales. En Angola, este tipo de minas mata a 10 personas al día y mutila a otros tantos. Este país tiene una población de 12,127,071 habitantes pero en su territorio hay más de 15 millones de minas; es decir, hay en promedio más de una mina por habitante convirtiéndolo en el Estado más minado del mundo. Ello, por supuesto, tiene consecuencias que se evidencian en la Seguridad Humana de los angoleños. Clasificado en el lugar 160 del IDH del 2005, es uno de los países más pobres del mundo. Debido a la remoción de minas antipersonales, destina el 4.7% de su PIB a la esfera militar, el 2.1% a salud y el 2.7% a educación, pero lo que más absorbe presupuesto público es su servicio de deuda que supera el 10% del PIB. Tiene una esperanza de vida de sólo 40 años y aproximadamente el 35% de su población adulta es analfabeta.

#### **NEOLIBERALISMO, DESIGUALDAD Y SEGURIDAD HUMANA**

En distintas partes del mundo se aprecian niveles inaceptables de privaciones de la vida de la gente. De los 4,600 millones de habitantes de los países en desarrollo, más de 850 millones son analfabetos, casi 1000 millones carecen de acceso a fuentes de agua mejoradas y 2,400 millones no tienen acceso a servicios sanitarios básicos. Cerca de 325 millones de niños y niñas no asisten a la escuela... Estas privaciones no se limitan a los países en desarrollo. En los países miembros de la OCDE (Organización de Cooperación y Desarrollo Económico) más de 130 millones de personas padecen pobreza de ingreso, 34 millones se encuentran desempleados y la tasa media de analfabetismo funcional de adultos alcanza el 15% (IDH, 2001, págs. 11-12).

Aunque, como se mencionó en un principio, ha habido grandes progresos en la humanidad, países desarrollados y países en desarrollo no progresan al mismo ritmo. De hecho, pareciera que el adelanto de unos es debido al atraso de otros.

Como afirma categóricamente el Dr. Hernández-Vela (1995, pág. 39), la sociedad internacional se distingue por la desigualdad, el atraso, la injusticia y la falta de oportunidades, materializados en la pobreza y la exclusión, y todas las consecuencias que de ésta se derivan, padecidas por la mayoría de la población del planeta.

El orden internacional cada vez es más complejo, por la multiplicidad de elementos que lo integran, pero su naturaleza sigue siendo simple: la del hombre y del dominio del hombre por el hombre.

De manera deplorable, el ser social, pasa a ser una mercancía más del mercado; en un mundo donde todo y todos tienen un precio, un valor comercial.

Con todo este telón de fondo, hoy, más que nunca, es indispensable la participación de todos los actores en la construcción de la Seguridad Humana. El Estado, las organizaciones (internacionales, regionales, locales), las empresas transnacionales y no menos importante, la sociedad civil, deben conjuntar esfuerzos para garantizar un entorno armónico, más equilibrado y justo en donde todas las personas del mundo puedan vivir y desarrollarse plenamente con libertad y dignidad.

#### LISTA DE REFERENCIAS

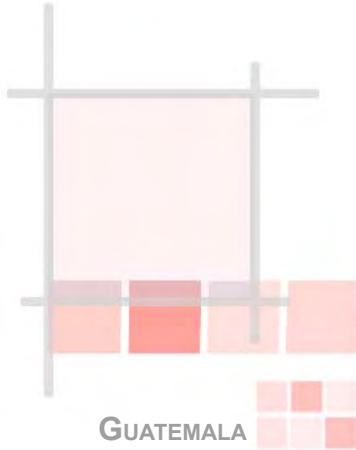
1. **ARNANZ, E., ARDID, M.**, 1996, *La pobreza en el mundo*. Editorial Aguilar, España.
2. **ATENCIO, HERACLIO**, 1996, *Pobreza, reto del siglo XXI*. Editorial Alfadil, Venezuela.
3. **FPNU**, 2002, *Estado de la población mundial: población, pobreza y oportunidades*. FPNU-ONU, Nueva York.
4. **HERNÁNDEZ-VELA, EDMUNDO**, 1995, "El orden internacional en un mundo incierto", en *Relaciones Internacionales*. UNAM-CRI, octubre-diciembre, No. 68, pp. 39-44.
5. **HERNÁNDEZ-VELA, EDMUNDO**, 2002, *Diccionario de Política Internacional*. Editorial Porrúa, México.
6. **LÓPEZ, ERNESTO**, 2001, "La agenda de la Seguridad Humana: el caso del MERCOSUR" en *Seguridad Humana, prevención de conflictos y paz*. Rojas, F., Goucha, M. (coords.). UNESCO-FLACSO, Chile.
7. **NEF, JORGE**, 2001, "Seguridad Humana y vulnerabilidad mutua", en *Seguridad Humana, prevención de conflictos y paz*, Rojas, F., Goucha, M. (coords.). UNESCO-FLACSO, Chile.
8. **ONU**, 1945, *Carta de las Naciones Unidas*.
9. **ONU**, 1948, *Declaración Universal de los Derechos Humanos*.
10. **PNUD**, 1994, *Informe sobre Desarrollo Humano. Nuevas dimensiones de la Seguridad Humana*. Mundi-Prensa, Madrid.
11. **PNUD**, 1997, *Informe sobre Desarrollo Humano. Desarrollo humano para erradicar la pobreza*. Mundi-Prensa, Madrid.
12. **PNUD**, 2001, *Informe sobre Desarrollo Humano. Poner un adelanto tecnológico al servicio del desarrollo humano*. Oxford University Press, Nueva York.
13. **PNUD**, 2003, *Informe sobre Desarrollo Humano. Los objetivos de Desarrollo del Milenio: un pacto entre las naciones para eliminar la pobreza*. Mundi-Prensa, Madrid.
14. **PNUD**, 2004, *Informe sobre Desarrollo Humano. La libertad cultural en el mundo diverso de hoy*. Mundi-Prensa, Madrid.
15. **PNUD**, 2005, *Informe sobre Desarrollo Humano. La cooperación internacional ante una encrucijada: ayuda al desarrollo, comercio y seguridad en un mundo desigual*. Mundi-Prensa, Madrid.
16. **ROSAS, CRISTINA**, 1991, "Una carrera armamentista: una agenda olvidada". *Relaciones Internacionales*. UNAM-CRI, mayo-agosto, No. 51, pp. 42 - 46.
17. **WEISSKOPF, TOMAS**, 1997, "Capitalismo, subdesarrollo y el futuro de los países pobres en *La economía y el orden mundial en el año 2000*, Bhagwati, J. (coord.). Editorial Siglo XXI, México.

## LISTA DE FUENTES

1. **AMIN, SAMIR**, 1997, *Los desafíos de la mundialización*. Editorial Siglo XXI, México.
2. **BHAGWATI, JAGDISH** (editor), 1997, *La economía y el orden mundial en el año 2000*. Editorial Siglo XXI, México.
3. **CLARK, IAN**, 1997, *Globalization and fragmentation: international relations in the twentieth century*. Editorial Oxford University Press, New York.
4. **FPNU**, 2001, *El estado de la población mundial 2001: población y cambio del medio ambiente*. FPNU-ONU, Nueva York.
5. **LAIDI, KAKI**, 1997, *Un mundo sin sentido*. Editorial FCE, México.
6. **NARAYAN, DEEPA**, 2000, *La voz de los pobres. ¿Hay alguien que nos escuche?* Banco Mundial, editorial Mundi-Prensa, México.
7. **ROJAS ARAVENA, FRANCISCO Y MOUFIDA GOUCHA** (editores), 2001, *Seguridad Humana, Prevención de Conflictos y Paz*. UNESCO-FLACSO, Chile.







## INFRAESTRUCTURA EMOCIONAL

El reto de construirla en sociedades posconflicto.  
El caso de Guatemala

**Carlos Alberto Sarti Castañeda**

[carlos\\_sarti@propaz.org.gt](mailto:carlos_sarti@propaz.org.gt)

**Abstract:** Reflexión basada en la experiencia de trabajo de la Fundación Propaz, institución que surge en marzo de 2003 como producto de la “nacionalización” del Programa “Cultura de Diálogo: desarrollo de recursos para la construcción de la paz (OEA-PRO-PAZ)”, que impulsó la OEA en Guatemala (de 1996 a febrero de 2003). Analiza un proceso institucional de construcción de paz y fortalecimiento de la democracia y la esfera pública en el marco del posconflicto guatemalteco (1996-2006). Plantea una visión impresionista sobre el posconflicto actual. Luego retorna a ver el fondo histórico de la conflictividad en Guatemala, para finalmente describir la experiencia de construir la paz y la democracia en el posconflicto.

**Palabras clave:** construcción de la paz, esfera pública, democracia, posconflicto, infraestructura emocional, interdependencia, conflicto, cultura para la paz, mediación de conflictos, globalización, dictadura, guerrilla, vía armada, revolución, posconflicto.

No se trata de competir sobre qué país es más inseguro, más violento, más deshumanizado o más neurótico, porque la globalización nos está haciendo cada vez más homogéneos, a la par de que mundializa las diferencias. Por eso compartimos las mismas amenazas, las mismas lacras, los mismos traumas, los mismos vacíos y también las mismas búsquedas, esperanzas y dilemas, aunque las formas de expresión sean diferentes.

Con todo, en sociedades como la guatemalteca, que emerge de un conflicto armado interno de más de 30 años, en el cual se cometieron masacres y otras barbaridades que deshumanizaron la convivencia social y política (haciéndonos perder, entre otros, nuestra capacidad de empatía), el trauma psicosocial es mayor y por tanto la “cura” es más difícil. “Las heridas sociales tan profundas y extendidas, como las nuestras necesitan la verdad como desinfectante; la justicia para suturar, y la reparación para una correcta convalecencia”. (Gutiérrez, 2006)

Guatemala ha llegado a niveles de inSeguridad Humana realmente alarmantes, pues hemos tocado los límites de la convivencia civilizada. Vivimos de frustración en frustración, ya no queremos ni mirar los periódicos y seguir leyendo sobre esa danza de muerte y superficialidad. Todos los días algún poder nos avasalla, nos molesta, se burla de nosotros y si nos convoca, nos engaña.

Por lo demás, las violencias permean todo tipo de relacionamiento social. Al respecto de las violencias que circundan nuestra convivencia como guatemaltecos, Raúl de la Horra señala:

*Están a la vuelta de la esquina, en los pasillos de las oficinas ministeriales, en las fincas y en las aldeas. Están en las instituciones públicas y privadas, en las prisiones, en el periódico que leemos cada mañana. Están en las barriadas, en los autobuses, en los embotellamientos de tráfico. Están en casa, en nuestra familia, escondidas debajo de la alfombra, en nuestros gestos, en nuestros hábitos. Por eso es que ya ni las vemos. Es como si transitáramos por un mundo donde el color único fuera la violencia y, por falta de contraste, ese color sería prácticamente invisible a nuestras percepciones. (De la Horra, 2006)*

En efecto, día a día las noticias dan cuenta de niños con tiros de gracia, feminicidio, limpieza social, matanzas en cárceles, secuestros; desesperanza de los jóvenes porque el sistema no les ofrece nada, ni siquiera empleo seguro, por eso el incremento de los suicidios juveniles. La corrupción es el aceite articulador del Estado, armamentismo, multiplicación de empresas de seguridad privada y de guardaespaldas. Los linchamientos son una manera perversa y degradante de ejercer justicia. La incapacidad policial debe ser reforzada por el ejército, con lo cual se militariza de nuevo la lucha contra la inseguridad. El Estado no controla

la totalidad del territorio nacional, restringiendo de esta manera la soberanía del país. Más de la mitad de guatemaltecos están en favor de la pena de muerte. Hay empresas que descalifican a los solicitantes de empleo si en su hoja de aplicación escriben que viven en “zonas peligrosas” de las ciudades.

Por lo demás, el amarillismo de los medios de comunicación es un insulto a la sensibilidad humana, lo cual repercute en mayores niveles de miedo y endurecimiento de las emociones destructivas. Clínicas de psicólogos y terapeutas llenas, con un consecuente incremento masivo de la venta de antidepresivos. El miedo es la emoción más generalizada en el país. Vivimos una espiral de violencia incontenible, pues también algunos sectores han convertido la inseguridad en un negocio millonario.

El gobierno y representantes de los grupos dominantes, vía la prensa y otros medios de comunicación, llaman a cruzadas contra el “populismo”. A la par se glorifica el esfuerzo individual sobre la solidaridad; así, salir de la pobreza es una tarea individual, y se esconden las condiciones estructurales que la generan y alimentan. Incluso se desarrollan campañas para resaltar los valores individuales por sobre las condiciones sociales. Por lo demás, sectores de poder, al ver que futuros resultados electorales no les serán favorables, comienzan a hablar del peligro de “la dictadura de las mayorías”.

Con todo, hay algunos avances en el sistema político, pero éstos no califican la situación, sólo la matizan.

Lo que sí se está consolidando es la resistencia del pueblo guatemalteco: movimientos sociales de diverso tipo, lucha y movilizaciones por los recursos naturales, la tierra, contra la pobreza, por el derecho al empleo, vivienda y salud. También contra la violencia, por los derechos humanos y la seguridad democrática, contra el “feminicidio”. Por lo demás, los pueblos indígenas se organizan, participan y proponen, con lo cual su protagonismo y autonomía aumenta día a día.

Estas manifestaciones de lucha demuestran que se agota la pasividad y la aceptación de todo. La gente se resiste a ser vencida y aplastada, aunque en sus primeras fases tenga matices anárquicos y violentos. Si hay movimientos hay vida, y de allí está surgiendo el rescate del humanismo, como cólera hoy, como tolerancia mañana. Muchas personas y movimientos están buscando romper con la condicionalidad del contexto que mediatiza y ahoga. A favor está también la diversidad étnico-cultural del país, que obliga a la interdependencia creativa y a la búsqueda conjunta.

Tenemos, entonces, enormes dificultades, heridas abiertas, inercias históricas, “penas congeladas” y condicionantes estructurales, pero también resiliencia, bocetos, experiencias inéditas, resistencia y la fuerza de las ideas y de la cultura.

## PARTE I: LA EXPERIENCIA

### EL FONDO HISTÓRICO: LA CONFLICTIVIDAD GUATEMALTECA

Históricamente las relaciones entre los guatemaltecos y entre sus sectores más representativos han sido conflictivas. La conquista y la colonización exacerbaron tales circunstancias, aunque es claro que ya en la época prehispánica existían conflictos y conflictividades entre los pueblos indígenas. De tal manera, predomina la percepción de recelo y desconfianza mutua. La polarización a que esto da lugar va generando mecanismos de escalamiento que, en numerosas ocasiones, desplaza los problemas reales u originarios de las disputas y prevalece el puro prejuicio racial, ideológico o económico. Es así como en la conflictividad guatemalteca se puede observar con qué facilidad se pasa de la discrepancia a la disputa y de ésta al antagonismo, la hostilidad y la violencia.

Las actitudes y comportamientos que encontramos en el relacionamiento público actual se sustentan en las condiciones estructurales sobre las cuales se construyó este país y en la herencia política que las organiza. Las bases estructurales polarizantes fueron, y siguen siendo, la desigual distribución de la riqueza, el racismo y la discriminación, la exclusión política y la dependencia externa.

Debido a esta base económica y a la experiencia histórica que se genera, las relaciones entre el Estado y la sociedad guatemalteca han sido, en general, relaciones fragmentadas y antagónicas, en las cuales predomina el interés particular y sectorial sobre el interés nacional y la búsqueda del bien común. En la espiral de su enfrentamiento, el cierre de espacios de participación, la exclusión y el racismo, condicionaron que algunos sectores sociales y políticos se plantearan la sustitución revolucionaria del sistema económico y el régimen político. Se inicia así el conflicto armado interno a principios de los años sesenta, el cual llevó a que parte de la conflictividad se tratara de resolver por medio de las armas.

La agudización de la polarización social y política a que dio lugar el enfrentamiento interno condicionó que el Estado (atrincherado en el ejército) y amplios sectores de la sociedad se percibieran mutuamente como entidades totalmente distintas y antagónicas. En efecto, en los momentos más agudos del combate, el Estado guatemalteco libró una guerra contra su propia sociedad y, en la otra cara de la moneda, parte de la sociedad se rebeló contra su Estado.

El enfrentamiento armado (1960-1996) tuvo consecuencias trágicas en las personas, en las comunidades y en el cuerpo social en su conjunto. La guerra destruyó el tejido social y cultural, la comunicación, la solidaridad y la aceptación mutua entre los guatemaltecos. Es más, su duración a lo largo de tres décadas produjo daños en el cuerpo, la mente y el espíritu de los guatemaltecos, dando lugar a un trauma colectivo que condiciona todo nuestro relacionamiento económico, social, político y cultural.

La firma de los Acuerdos de Paz en diciembre de 1996 se constituye en una oportunidad para modificar la inercia negativa de la conflictividad. En efecto, los Acuerdos de Paz plantean la construcción de la paz y la reconciliación, la búsqueda de nuevos caminos de relacionamiento intersectorial vía la reforma del Estado y la apertura de espacios de participación y diálogo para construir consensos entre éste y la sociedad.

Sin embargo, la oportunidad histórica de modificar el fondo histórico de la conflictividad guatemalteca pronto mostró sus limitaciones. Entre otras razones condicionantes de la limitación que han tenido los Acuerdos de Paz, podemos señalar las siguientes:

- Los Acuerdos se dan en un momento coyuntural adverso, pues coinciden con el fortalecimiento del neoliberalismo como política orientadora del Estado.

Así, mientras los Acuerdos de Paz planteaban el fortalecimiento del Estado y una política pública orientada hacia el gasto social, los cánones neoliberales que han sustentado todos los gobiernos posconflicto tratan de reducir el Estado y restringir el gasto social. Por lo demás, al plantear los Acuerdos que las reformas se harían en el marco del Estado de Derecho prevaleciente, la única opción de profundizarlos pasaba por reformas constitucionales, pero esta opción fue derrotada. Recuérdese que en 1999 se convocó a una consulta popular para ratificar los cambios constitucionales que permitieran un contexto legal más favorable al cumplimiento de los Acuerdos de Paz. Por diversas razones, ganó el **No**, perdiéndose así la posibilidad de profundizar los Acuerdos.

- La correlación de fuerzas que permitió la negociación del conflicto armado y el planteamiento de un proceso de reformas estructurales no tuvo la fuerza necesaria para mantener dicho balance en el marco del posconflicto. Así, los Acuerdos de Paz no tienen el soporte político necesario para su profundización. La derrota de la consulta popular y la falta de respaldo político han condicionado que los Acuerdos pierdan su potencial transformador y se acomoden a los vaivenes de la política tradicional.

De tal manera, el posconflicto se convierte en un híbrido en el cual se articulan propuestas y posibilidades nuevas con la inercia del trasfondo histórico y las lacras del enfrentamiento armado.

Este escenario exacerba las contradicciones políticas, sociales e interculturales. Es precisamente en este contexto que el Programa OEA-PROPAZ comienza a trabajar en Guatemala.

## POSCONFLICTO: DESARROLLO DE RECURSOS PARA LA CONSTRUCCIÓN DE LA PAZ

El objetivo central del Programa OEA-PROPAZ, que dio origen a la Fundación Propaz en 2003, fue desarrollar recursos humanos, organizaciones y procesos comprometidos con la construcción de la paz. Es decir, fortalecer a personas, instituciones, espacios y mecanismos que se constituyeran en infraestructura social para la paz.

Para abordar e incidir en la fase posconflicto, el Programa OEA-PROPAZ asumió como base conceptual-metodológica las enseñanzas que Juan Pablo Lederach impartiera directamente al personal de la institución, las cuales fueron enriquecidas en sucesivas visitas de acompañamiento y con la lectura de sus obras.

El Programa OEA-PROPAZ realizó, como primera tarea, la contextualización de los postulados de Juan Pablo Lederach al caso guatemalteco. Se inició así un diálogo permanente entre la teoría y la experiencia práctica que permitió un abordaje creativo que sentó las bases para nuevas elaboraciones.

Con fines operativos se asumió la construcción de la paz como “el pleno orden de etapas y abordajes necesarios para transformar el conflicto y llevarlo al establecimiento de relaciones y resultados pacíficos y sostenibles”. (Lederach, 1994) No se trata, entonces, de concebir la construcción de la paz como ausencia de conflictos, pues éstos son inherentes a la vida social, sino de encauzarlos por medio de abordajes y prácticas pacíficas, de carácter acumulativo.

El punto de partida de esta visión es que un conflicto no debe simplemente resolverse, pues las causas profundas subyacen y pueden emerger de nuevo si hay condiciones propicias para ello. Salvo en contados casos, la solución de un conflicto permite superar definitivamente las causas que lo originan. Lo más probable es que si no se solucionan las causas de fondo éstas emerjan de nuevo. Esto es lo que sucede en situaciones de posconflicto, cuando no se han transformado las causas y circunstancias de la conflictividad.

De tal manera, no bastaba la firma de los Acuerdos de Paz, había que tener una propuesta para el tratamiento del posconflicto, pues es, en este contexto, que se deben transformar las relaciones conflictivas a nivel personal y social para que sean sostenibles y se condensen como cultura de paz. Por eso la transformación debe expresarse en cambios de actitudes y comportamientos y prácticas intersectoriales basadas en la *interdependencia*, pues lo que se busca es la transformación con articulación nacional.

De tal manera, el principal reto de la fase posconflicto es *tratar* las relaciones conflictivas, que en nuestro caso alude a casi la totalidad de las relaciones sociales, políticas, culturales y económicas que mantenemos los guatemaltecos. Juan Pablo Lederach (1994) lo puntualiza de la siguiente manera:

*El conflicto en tanto se basa en relaciones, nace en el mundo del significado y de la percepción humana, cambia constantemente por la continua interacción humana, y él mismo cambia a la misma gente que le da vida y al ambiente social en el que se crea, evoluciona y quizás termina.*

Como se comprenderá, el tratamiento de las relaciones sociales en el posconflicto es enorme. Por tanto, sobre la base de un diagnóstico y los postulados de construcción de paz señalados, el Programa OEA-PROPAZ orientó su trabajo hacia la generación de condiciones para un nuevo tipo de relacionamiento entre Estado y sociedad civil, tal cual proclamaban los Acuerdos de Paz.

El aporte del Programa siempre se concibió como parte de un esfuerzo mayor desarrollado por los actores y sectores directamente interesados en la construcción y consolidación de la paz.

El diagnóstico sobre la conflictividad guatemalteca realizado por OEA-PROPAZ destacaba que las partes beligerantes del conflicto y sus bases sociales de apoyo estaban deformadas por el autoritarismo, el racismo, la exclusión y el maltrato. Por eso no sorprendió encontrar actitudes intolerantes y polarizadas. Era sobre esta base individual, social y de cultura política que se debía iniciar el tratamiento de las relaciones sociales en conflicto.

En lo que respecta a las emociones destructivas inherentes a los procesos de construcción de paz, podemos señalar que el *caracol emocional* de los guatemaltecos tiene en el fondo oscuro la conquista y el conflicto armado; en sus rotaciones intermedias las crisis y la condicionalidad global. Como parte de la espiral, la resiliencia y la esperanza articuladas en las luchas de nuestro pueblo y, en la salida, los futuros posibles y construibles.

#### **VISIÓN DE CAMBIO**

Ya como Fundación Propaz, se vio la necesidad de articular la experiencia acumulada en una visión de cambio que orientara el proceso de acompañamiento del posconflicto. Esta visión quedó plasmada en la Planificación Estratégica de la Fundación Propaz, 2005 – 2008.

La visión de cambio parte de considerar que la construcción de la paz no debe ser vista sólo como una etapa en el tiempo, es también un concepto social dinámico que enlaza y articula la paz con la democracia y el fortalecimiento de la esfera pública.

La construcción de la paz en cada país está directamente relacionada con el tipo de conflicto del cual surge, la envergadura y amplitud social que tuvo y el tiempo de duración del mismo. Y esto es así, porque la construcción de la paz implica restablecer relaciones rotas o deterioradas y crear nuevas instituciones y procesos a través de los cuales se ensayen

nuevas formas de relacionamiento ciudadano. (Sarti, 2002) Dicho proceso articulado se desenvuelve en una *dinámica histórica de larga duración*, desigual y combinada.

Se inscribe dentro de una perspectiva holística y sistémica; esto es, orientada a considerar la complejidad de factores que intervienen en el cambio social, las posibles demoras (en cuanto al alcance del resultado deseado), los adecuados puntos de apalancamiento (es decir, los puntos estratégicos que se pueden fortalecer para lograr, mediante esfuerzos reducidos, cambios mayores o sistémicos) y los patrones, estructuras y modelos mentales que hay que transformar. En este marco, la Fundación Propaz se plantea acompañar este proceso desde un enfoque de cambio de personas, sectores e instituciones.

Asumimos, entonces, que los cambios en el proceso de construcción de la paz y el fortalecimiento de la democracia son el resultado histórico de la *interrelación colaborativa/conflictiva* entre actores y sectores sociales, políticos, económicos y culturales de diversa naturaleza. La relación conflictiva/colaborativa se da porque los actores y sectores son portadores, asimismo, de diversos intereses y posiciones, que a veces coinciden y, en otras ocasiones, compiten o tratan de excluirse mutuamente. De esta manera, para la Fundación Propaz, el *cambio social* es una construcción dinámica permanente, con altibajos, crisis, retrocesos y avances parciales.

Así, el abordaje de la conflictividad social pasa por atender desde problemas sociales específicos que permitan el cambio de relaciones en conflicto, hasta problemas estructurales, pasando por patrones de comportamiento y modelos mentales. Y todo esto desde una lógica de articulación del corto, mediano y largo plazo, considerando que los resultados buscados no se dan de la noche a la mañana sino tienen un carácter acumulativo.

No obstante las dificultades y condicionalidades históricas, el trabajo de articulación y puente entre Estado y sociedad al que se dedica la Fundación Propaz, es un trabajo posible y satisfactorio. Precisamente, el enorme reto que plantea el país es el que nos hace trabajar con mística y sacrificio, pues hemos constatado en estos años que, a pesar de la inercia histórica y la conflictividad, hay cambios: de actitudes, comportamientos y visiones en los diferentes sectores con respecto al país, la democracia y el desarrollo. Estos cambios de actitud se constituyen en semillas de las cuales puede surgir un cambio que, aunque no se refiera directamente a las estructuras políticas y económicas, se refiere a las estructuras mentales, base sobre la cual se introducen importantes transformaciones sociales que de una u otra forma pueden generar cambios en los otros niveles. Así, nuestra experiencia práctica y conceptual y la reflexión sobre los procesos que acompañamos, también nos permiten constatar que se puede incidir en procesos estructurales desde el terreno del cambio de actitudes y comportamientos ciudadanos y estatales.

La visión de cambio de la Fundación Propaz y el doble y articulado trabajo en el ámbito personal y social puede ilustrarse por medio del rombo de transformación (imagen cuya idea original parte de Juan Pablo Lederach, pero que fue adaptada por OEA-PROPAZ y analizada por la Fundación Propaz.

### ROMBO DE TRANSFORMACIÓN

Cualquier organización social o instancia estatal comprende a las personas que la integran y sus *actitudes y comportamientos* ante las otras personas; las *habilidades* que tienen, o no, para relacionarse con los otros y entre sí; los *procesos* en los cuales interactúan, y las *estructuras* que dan soporte a las personas y a los procesos en que se desenvuelven.

De tal manera, la Fundación Propaz se planteó acompañar e incidir en cuatro ámbitos específicos de transformación: *actitudes, habilidades, procesos y estructuras*.

#### *En el ámbito de las actitudes y valores*

La Fundación Propaz busca que los diferentes actores comprendan mejor los costos sociales de la conflictividad, modifiquen conductas y posiciones intransigentes, cambien de actitud ante quienes consideran sus adversarios y visualicen la interdependencia y un destino común compartido por las y los guatemaltecos, sin que esto suponga abandonar intereses personales y sectoriales.

Mediante la transformación actitudinal y valorativa, la Fundación busca reforzar una nueva visión sobre el país, el proceso de democratización y búsqueda de gobernabilidad, el rol participativo y consciente de la ciudadanía y, más específicamente, una nueva visión sobre los conflictos, los cuales pueden transformarse constructivamente y representar una oportunidad para el cambio social.

#### *En el ámbito de las habilidades*

La Fundación Propaz pretende fortalecer o crear nuevas habilidades (manejo de conceptos teóricos y técnicas) que permitan a las personas con las cuales interactuamos un mejor desempeño de sus roles y funciones, principalmente en el manejo de conflictos públicos y conflictividades.

Supone que la participación pública de personas y sectores será más constructiva si las nuevas actitudes y comportamientos van acompañados por habilidades para encontrar caminos y proponer alternativas creativas.

*En el ámbito de los procesos*

La Fundación Propaz se propone crear condiciones para que se desarrollen procedimientos que faciliten la discusión, concertación o negociación de problemas que generan conflictos públicos. Al facilitar procesos de acercamiento y diálogo, la Fundación Propaz busca fortalecer o evidenciar la *interdependencia*, fomentar mayor comunicación, tender puentes, generar confianza entre las partes, propiciar el acceso a reglas del juego concertadas e identificar temas y agendas comunes. Crear y fomentar procesos de articulación constructiva entre Estado y sociedad. Supone vincular roles, funciones y actividades en forma integrada. Implica también velar por la sostenibilidad de los procesos una vez concluya la función facilitadora de la Fundación.

*En el ámbito de las estructuras*

Aquí se trata de generar espacios y fortalecer instancias y organizaciones para que participen en la esfera pública. Al dar asistencia técnica para crear y/o fortalecer estructuras, se busca consolidar mecanismos y espacios constructivos para afrontar la conflictividad y/o los conflictos específicos. Por lo demás, el fortalecimiento organizacional permitirá que las estructuras asistidas se basen en relaciones democráticas que promuevan la participación en la gestión pública.

El énfasis en las estructuras, con sostenibilidad y prácticas colaborativas, se basa en la necesidad que tiene la democracia de conjuntar en espacios públicos a actores y sectores con intereses divergentes, pero abiertos al diálogo y la búsqueda de consensos. Estas cualidades se cultivan en estructuras democráticas basadas en procedimientos participativos para la toma de decisiones.

En síntesis, construir infraestructura social para la paz y la democracia, tarea cardinal de la Fundación Propaz, ha sido posible a través del trabajo de acompañamiento e incidencia en los cuatro ámbitos en los cuales se pueden dar cambios y transformaciones de personas, sectores e instituciones. Y, a largo plazo, cambios societales y culturales.

**ESFERA PÚBLICA: ESCENARIOS DEL CAMBIO Y LA TRANSFORMACIÓN**

Desde la lógica de la articulación entre construcción de paz y democratización, sobre la base de los ámbitos de transformación y la reflexión sobre su quehacer, la Fundación Propaz amplió su visión de cambio y transformación con el concepto de esfera pública. Entendida ésta como una red de espacios en los cuales convergen individuos, sectores e intereses antagónicos, los cuales, en la medida en que se encuentren en un terreno neutral e imparcial, logran

desenlaces constructivos en términos de diálogo, concertación, prevención y resolución de conflictos y participación ciudadana en la elaboración de políticas públicas. La opción de focalizar el trabajo no es reduccionista, pues el cambio y transformación también se da en la familia, la escuela, la empresa, las iglesias, la comunidad étnico-cultural y en otros contextos de participación social. Lo que se buscaba era la delimitación de un espacio de trabajo acotado en el cual se pudiera trabajar con mayor nivel de incidencia.

En esa línea, la Fundación se define como una institución de servicio público orientada al fortalecimiento de la esfera pública, dotándola, además, de mecanismos procesales y metodológicos para la relación constructiva entre los actores y sectores que convergen en ella.

Por su naturaleza, la Fundación incursiona en el campo sociopolítico y étnico-cultural. Por eso, desde nuestra especificidad institucional, coadyuvamos a la construcción y fortalecimiento de una esfera pública plural y de un Estado multiétnico, pluricultural, multilingüe y con equidad de género. En este campo, privilegiamos el tratamiento de tensiones y *conflictos públicos*, es decir, aquellos en los cuales estén involucradas instancias y organizaciones del Estado y la sociedad.

Es precisamente en el marco de la esfera pública y su fortalecimiento donde se deben hacer los mejores esfuerzos para la construcción de infraestructura social para la paz y la democracia.

#### UNA EXPERIENCIA RECIENTE

La reflexión que sobre su trabajo ha hecho la Fundación Propaz llevó a reconocer que se debería ampliar la comprensión que se tenía sobre la profundidad del trauma psicosocial que dejó el conflicto armado. Es decir, poner más atención en los aspectos psicológicos inherentes a la dinámica social; las emociones destructivas que prevalecen; los rasgos culturales del autoritarismo; el aporte del enfoque de género y la incidencia de la cosmovisión de los pueblos indígenas en la construcción de la paz y la democracia.

Constatar estos déficit de enfoque y visión llevó a la Fundación Propaz a nuevas búsquedas sobre cómo complementar nuestra visión de cambio, buscando los sentimientos y emociones que están detrás de los comportamientos individuales y colectivos de la gente con la que trabajamos. Como parte de esa búsqueda se ha comenzado a desarrollar un módulo de sensibilización, capacitación y asesoría sobre lo que, provisionalmente, llamamos “rasgos de la cultura política guatemalteca”. Cabe mencionar que, por supuesto, estos rasgos no son exclusivos de la sociedad guatemalteca, ya que es posible encontrarlos en otros contextos y países. Sin embargo, dado el énfasis sensibilizador de nuestro acompañamiento y para su mejor comprensión, los destacamos como rasgos de nuestra cultura política.

Así, la intención del módulo es ilustrar que todas y todos los guatemaltecos, independientemente de haber sufrido directamente la violencia, estamos afectados por el fondo histórico de conflictividad y, más recientemente, por el conflicto armado. Es más, la interiorización del trauma condiciona que lo sigamos transmitiendo a las nuevas generaciones en el contexto del predominio descarnado del capitalismo neoliberal, con lo cual se agregan nuevas aristas traumáticas a la convivencia social guatemalteca.

El módulo parte de algunos rasgos (o demonios) de la cultura política guatemalteca: los prejuicios, la desconfianza, el miedo, el aguante-explosividad que nos caracteriza, el sectarismo, la desvalorización de las emociones y los sentimientos, el ver la crítica como amenaza, la polarización, nuestra poca capacidad para el diálogo, etc. Como siempre, destacamos también los valores, prácticas y costumbres positivas de nuestro modo de ser.

También se sensibiliza sobre la condicionalidad global con sus luces y sombras: privilegio de los objetos sobre los sujetos, manipulación mediática, justificación de la guerra, el hambre y la muerte. A la par, la emergencia de una nueva conciencia y compromiso ciudadano mundial, expresado en redes de reflexión y acción global alternativa y la emergencia de nuevos movimientos sociales solidarios y cuestionadores del *status quo*.

Explicitamos, luego, que dada esta condicionalidad histórica y los rasgos de la coyuntura estratégica nacional y global, los espacios de esfera pública que se generan son espacios públicos dolidos, afectados y con muchas carencias procesales. Así, encontramos en la esfera pública individuos y sectores con una mentalidad y acción polarizada en la que predominan los intereses sectoriales sobre el bien común. Encontramos también, pero son los menos, personas abiertas, tolerantes y en busca de salidas a los problemas de nuestra cotidianidad conflictiva.

En síntesis, el módulo constituye un recorrido sobre nuestra condicionalidad como seres sociales, en la cual coexiste una dialéctica de *confrontación/colaboración*. Esta situación en vez de verla como buena o mala, hay que verla como el punto de partida sobre el cual, con el concurso de todas y todos, debemos construir nuestro futuro de tolerancia y reconciliación sostenible.

## PARTE II: LA PROPUESTA

### ¿QUÉ ENTENDEREMOS POR INFRAESTRUCTURA EMOCIONAL?

*“Los principios clave son la compasión y el conocimiento”.*  
**Dalai Lama**

Para proponer una noción operativa sobre lo que entenderemos por infraestructura emocional partiremos del concepto de inteligencia emocional de Daniel Goleman, sintetizado de la siguiente manera por Alain Renaut:

*Es una manera distinta de ser inteligente. No es la típica inteligencia de la que hablamos en la escuela y que se puede medir mediante coeficientes. Tiene que ver con el cómo gestiona uno sus emociones y las de los demás. Hay cinco partes: el autocontrol, es decir, conocer los propios sentimientos y utilizarlos para tomar decisiones acertadas. Luego está la gestión de las emociones, principalmente las negativas, de manera que los estados de ansiedad no conduzcan a hacer cosas de las que arrepentirse. La tercera es la motivación: funcionar con objetivos, permanecer optimistas a pesar de los contratiempos y fracasos. La cuarta es la empatía: saber lo que los demás sienten sin necesidad de palabras, porque la gente casi nunca expresa sus sentimientos con palabras; nos lo dicen con el tono de voz, con sus muecas. Y, finalmente, la percepción social: identificar las claves para interactuar, saber tratar a la gente para que se sienta mejor.*

Sobre la base del concepto de Goleman, la experiencia de trabajo en Fundación Propaz y el enfoque que asumimos al respecto del cambio y la transformación de personas y sus relaciones, consideraremos que la infraestructura emocional se refiere **a la articulación de un conjunto de identidades, comportamientos, actitudes y habilidades, individuales y sociales, indispensables para un funcionamiento colectivo armónico, que busque el bien común en cualquier organización o estructura social.**

La infraestructura emocional comprende, entonces, todos aquellos comportamientos, lealtades, emociones, ternuras, creencias espirituales y saberes que le permiten a un individuo ser una mejor persona y un mejor ciudadano. Articula, entonces, sentimientos nobles, espíritu crítico, memoria histórica y visión prospectiva orientada hacia la construcción de la paz y la democracia, desde una lógica acumulativa y con un claro horizonte de búsqueda de equilibrio y armonía social.

La infraestructura emocional permite reaccionar con madurez ante los dilemas a que nos enfrentamos todos los días en distintos ámbitos: trabajo, familia, colectivos sociales y cultura-

les, iglesia, barrio, partidos políticos, etc. Lo que se busca es la transformación con sostenibilidad en las conductas personales y socioculturales en procesos y estructuras.

Más que un nuevo nivel de *saber*, se trata de tener mayor *claridad* sobre cómo, en el marco de determinada estructura de poder funcionamos como individuos, sociedades y culturas. La infraestructura emocional, así concebida, no es sinónimo de “iluminación” sino de “serenidad” personal y grupal.

La base de la infraestructura emocional debe ser la *humildad* para cambiar y reconocerse en el otro. A largo plazo debe consolidarse y expresarse como *cultura emocional* y no sólo como infraestructura o capital.

### EN EL MARCO DEL POSCONFLICTO

La construcción de infraestructura emocional debe ser vista como una propuesta de alcance medio que nos ayuda a crear sentido y enfoque a determinados procesos de formación individual y de dinámicas sociales y culturales en el marco de la articulación entre construcción de la paz y la consolidación de la democracia. Se trata de dar un paso más allá de la construcción de infraestructura social para la paz, pues ésta se refiere prioritariamente a actitudes y habilidades político-ideológicas que permiten un compromiso con la paz. La propuesta consiste, entonces, en la posibilidad de desatar fuerzas y voluntades en el marco de procesos de mayor envergadura, como lo son la profundización de la paz y la consolidación de la democracia. (Sarti, 2002)

La paz a la que se articula la infraestructura emocional debe ser entendida de manera amplia, no sólo como paz negativa o ausencia de violencia, sino, como dice Galtung (2003), como paz positiva o “despliegue de la vida”. Nos proponemos entonces contribuir a la construcción de infraestructura emocional como soporte para desplegar la vida y vivir en forma segura.

Juan Gutiérrez (Galtung, 2003, 11), al ampliar el concepto de Galtung, nos dice que el despliegue de la vida hay que verlo como “anchura y profundidad de vida. Anchura en la medida en que no vive para sí misma, sino que se liga con otras vidas prestándoles apoyo, apoyándose en ellas y constituyendo así un tejido formado por hechos que son sus hebras y sus nudos, estructuras que le dan sostén y cultura que lo alienta”.

Concebimos también la construcción de infraestructura emocional como soporte de una democracia que vaya más allá de las elecciones y de los pactos elitistas o corporativos. Una democracia ligada a la participación y responsabilidad ciudadana, con una esfera pública amplia y plural, que despliegue las potencialidades de la interculturalidad. Una democracia

que no mate, sino promueva la vida y la Seguridad Humana, con equilibrio ecológico. Una democracia que sepa escuchar y tome en cuenta las disidencias. En síntesis, una democracia ética que no dañe a nadie.

Con todo, el despliegue de infraestructura emocional no puede, ni debe resolver todos los conflictos sociales y políticos propios de la posguerra. En ese sentido, no debe ser vista como la búsqueda de la armonía total, pues siempre habrá nuevas fuentes de tensiones y conflictos, pero sí como una visión de transformación que trata de encauzar comportamientos personales y colectivos en visiones, procesos y prácticas no violentas, incluyentes y armónicas.

Interdependencia intersectorial como sumisión de unos a otros, o como conflictividad, siempre ha habido. Sin embargo, no siempre ha habido conciencia de ella en términos de igualdad y aceptación de los otros. Por eso, consideramos que *la conciencia sobre la interdependencia*, en términos de igualdad y compromiso comunes está en la base de la posibilidad de desarrollar infraestructura emocional en cualquier sociedad y a distintos niveles.

La noción de interdependencia parte del principio de que todo fenómeno es producto de una compleja red de relaciones que involucran a todo el conglomerado social. De tal manera, nuestro bienestar como individuos y sectores y la gobernabilidad y equilibrio de la sociedad, están íntimamente interrelacionados con el bienestar de los demás individuos y sectores.

La interdependencia supone que hay intereses sectoriales, grupales o personales encontrados, pero también que están interconectados. Por tanto, en el proceso de su desarrollo deben expresarse y realizarse de manera complementaria y no excluyente. Es más, la aceptación de la interdependencia puede generar un clima propicio para que todos los intereses sectoriales se articulen en un cauce común que permita el equilibrio político, social y económico en determinado país y a nivel global. Sin embargo, lo que sucede actualmente en nuestro país es todo lo contrario. En efecto, por la condicionalidad de la estructura de poder, los intereses sectoriales tienden a excluirse mutuamente. Por eso su interdependencia es conflictiva y se basa en la desconfianza e intolerancia de unos hacia otros.

Las tendencias globales de poder hegemónico también van a contrapelo de la búsqueda de mayor conciencia sobre la interdependencia. Al glorificar el individualismo y menospreciar las opciones colectivas, las tendencias dominantes agudizan el aislamiento sectorial y el temor a los otros.

Por eso, en sociedades posconflicto debemos tomar en cuenta que comenzaremos a trabajar con personas llenas de emociones destructivas; y que es, a través de este filtro confrontativo, que se articulan las posiciones e intereses de los distintos sectores. Se trata, entonces, de percepciones y narrativas en conflicto que distorsionan, cada cual a su favor, la realidad en la cual conviven. Así, su accionar estará orientado por su “verdad”.

Tener en cuenta el contexto debe ser una tarea permanente, pues la infraestructura emocional no es un estado que se alcanza de una vez y para siempre, lo más seguro es que, por influencia de la estructura de poder, habrá estancamientos, crisis y retrocesos. No hay un sistema inmunológico que “blinde” el umbral alcanzado.

Construir infraestructura emocional no es una tarea fácil, pues, como señalamos, la sociedad en la que queremos actuar está condicionada por una estructura de poder adversa a la interdependencia y complementariedad. Así, los procesos y estructuras en los que actuamos y las bases económicas de sustentación están cargadas de *poder* que influye en el proceso de cambio y transformación de personas y colectivos que proponemos.

Con todo, es en este marco que cobra sentido el reto de construir infraestructura emocional. El trabajo de la Fundación Propaz nos hace ser optimistas, pues, como hemos señalado, en los últimos años, a pesar del contexto del posconflicto y sus miserias, constatamos cambios personales y colectivos que, paulatinamente, irán generando condiciones para un cambio cualitativo de las emociones destructivas y poder excluyente.

Sin embargo, nuestro optimismo no nos hace ignorar la cruda realidad socioeconómica de Guatemala. Estamos conscientes de que si no hay cambios estructurales que apunten y generen un contexto propicio al cambio, no hay certeza de que los cambios actitudinales no puedan ser reversibles. En ese sentido, los niveles de pobreza de nuestro país, con el grado de degradación de la condición humana a que han llegado, no son el mejor contexto para comenzar a trabajar en infraestructura emocional.

### ¿POR DÓNDE COMENZAR?

Partir de la persona, pero, en el horizonte de cambiar y transformar la sociedad, pues una persona emocionalmente equilibrada se termina de constituir en la trama relacional de su sociedad. Se busca la formación de mejores individuos y de mejores ciudadanos. Comenzar por el individuo pero el cambio buscado debe superar una actitud autocomplaciente (“soy una buena persona”) y/o la búsqueda sólo de “autoestima” personal.

Promover la autoestima está bien, pero esto es limitativo, pues ésta es “la base del egoísmo que concede una prioridad absoluta al propio bienestar dejando de lado el bienestar de todos los demás (es decir, la preocupación sincera y auténtica por el bienestar ajeno) como un fin en sí mismo”. (Goleman, 2003, 92 y 96). La pura agitación personal sólo conduce a falsas expectativas que se disipan rápidamente ante los primeros contratiempos.

Proponemos, entonces, incidir en el cambio individual con el objetivo de lograr una “masa crítica” de personas actuantes dentro de los procesos y estructuras de poder, que entienden

su responsabilidad social en cuanto el destino de sus países y del mundo entero, **pues no se trata de construir “islas emocionales”, sino procesos liberadores de la energía y creatividad de individuos y sociedades.**

De tal manera, la infraestructura emocional debe basarse en un nivel sano de “autoestima”, sin perder el contacto con la realidad y sin separarse de ella. La responsabilidad individual asumida socialmente debe comenzar por la empatía por los demás para que los podamos comprender en sus miserias y fortalezas. De lo que se trata es **de “salir de sí para los otros”**.

Construir infraestructura emocional es importante como opción individual, social y cultural, pero cobra mayor importancia y vigencia actual, pues se constituye en una respuesta a los crecientes niveles de inSeguridad Humana que se dan en nuestros países. Por eso, coincidimos con la doctora Guillermina Baena Paz cuando propone que debemos “ejercer nuestra libertad con responsabilidad y compromiso social y formar individuos que desarrollen una inteligencia para la Seguridad Humana, que los dote de una infraestructura emocional adaptativa para evitar la trágica profundidad de las amenazas dominantes”. (Baena Paz, 2005, 308)

#### “ALFABETIZACIÓN EMOCIONAL”

Tomamos el concepto de “alfabetización emocional” propuesto por Goleman (2003) para enfatizar que el trabajo de creación de infraestructura emocional debe abordarse desde la perspectiva de certezas y prácticas anteriores en el contexto del posconflicto guatemalteco. Así, proponemos seguir la metodología planteada en el rombo de transformación de Fundación Propaz, profundizándola y ampliándola. De acuerdo con este planteamiento, hay que trabajar en el *ámbito personal*, la transformación de actitudes, supuestos, prejuicios y comportamientos y en el *ámbito sociocultural*, con intereses, posiciones, visiones de país, cosmovisiones y tradiciones culturales.

En la práctica se abordan en forma simultánea, pues no se trata de cambiar a todos los hombres y mujeres y después a la sociedad. Tampoco es viable sólo el cambio social que deje de lado el estado emocional de los individuos.

#### *Ámbito personal*

**Objetivo.** Por medio de la sensibilización, capacitación y reflexión, tratar de desarrollar un nivel sano de autoestima y confianza individual, a partir del cual se inculque la necesidad de actuar con responsabilidad social.

**Actitudes y habilidades.** Generar procesos orientados a la transformación de hábitos confrontativos, pues la motivación rige el comportamiento. Tratar de que las personas desarrollen un sentido de interdependencia, adaptabilidad, creatividad, el saber escuchar, el valor de asumir un compromiso, ser optimista ante la adversidad y los retrasos del cambio social. Aprender a ponerse en los zapatos de los otros para favorecer consensos, inculcar paciencia.

#### *A nivel social*

**Objetivo.** Promover el auge de organizaciones sociales y culturales, empresas e instancias estatales que desarrollen y fomenten empatía y compromiso con los demás. Que estas instituciones tengan conciencia crítica y valoren positivamente la interdependencia.

**Actitudes y habilidades.** Promover el diálogo y la concertación, así como el conocimiento de sus mecanismos. Fortalecer personas y organizaciones con capacidad de análisis y disponibilidad de participar en procesos de acercamiento y diálogo. Que tengan, además, conciencia sobre la interdependencia, sensibilidad étnico-cultural y de género, así como una comprensión clara de la actual Inseguridad Humana a todo nivel.

**Visión de cambio y transformación.** Fomentar en organizaciones, empresas e instancias estatales, conciencia social, actitud crítica, conocimiento histórico, apertura al cambio, pensamiento sistémico y prospectivo, que permita repensar el sentido del desarrollo.

Como vemos, se trata de generar condiciones para un cambio emocional acumulativo y sostenido. Esto puede lograrse a través de procesos de sensibilización, capacitación y formación para fomentar o crear nuevas actitudes y comportamientos emocionalmente equilibrados y que se apliquen nuevas habilidades en el marco de procesos de interacción social. A mediano plazo, la institucionalización de estructuras que propugnen el cambio y la transformación y, a largo plazo, la sedimentación de estas experiencias en un cambio cultural emocional mayor, que lleve a la armonía y el equilibrio, tal cual plantea la cosmovisión maya.

Se trata, entonces, de promover y facilitar espacios de interacción social en los cuales las nuevas actitudes y habilidades emocionales sean puestas a prueba en el relacionamiento colaborativo/conflictivo, inherente a la dinámica social pública. Precisamente, es en la esfera pública donde se debe practicar el cambio y la transformación emocional. Sólo así se lograrán mayores niveles de paz y gobernabilidad, con base en el equilibrio sostenido en las relaciones estado-sociedad.

Lo anterior no significa un camino ascendente sin tropiezos, hay dificultades, obstáculos y riesgos inherentes a los contextos nacional e internacional en los que actuamos. También interpretaciones que buscan el desarrollo de “capital emocional privado” en función de la

ganancia, sin que importe el entorno social del que provienen dichos trabajadores. Esta tendencia plantaría la formación o reclutamiento de trabajadores pasivos que, por ejemplo, no hagan huelgas y no participen en movilizaciones sociales en defensa de su medio ambiente, la Seguridad Humana o la soberanía de su país.

Esta y otras opciones llevarían a la creación de una *elite emocional* diferenciada del común de los mortales y a la formación de ciudadanos “*emocionalmente correctos*”. Ni qué decir lo que supondría a nivel planetario, una elite emocionalmente correcta en función del mantenimiento del sistema.

El riesgo es que estas interpretaciones no están interesadas en desarrollar infraestructura o capital emocional en sentido amplio, sino de hacer más “sutil” la dominación.

Por eso la infraestructura emocional también se construye y potencializa en el marco de una serie de rupturas, crisis y movimientos antisistema portadores de los nuevos valores y virtudes emocionales. Por tanto, la construcción y fortalecimiento de infraestructura emocional para la paz y la democracia es, en esencia, un acto libertario.

#### A MANERA DE CONCLUSIÓN

La coyuntura estratégica actual, tanto a nivel nacional, regional o mundial, está cargada de enormes dificultades, pero también de esperanzadoras posibilidades para la generación y desarrollo de infraestructura o capital emocional.

A veces, en la coyuntura cotidiana, como la de ahora, el panorama internacional está cargado de aires de guerra y es apreciado desde la mira de un misil. En nuestros países la convivencia social está crispada y aumentan los niveles de ingobernabilidad. Se habla incluso de “estados fracasados”.

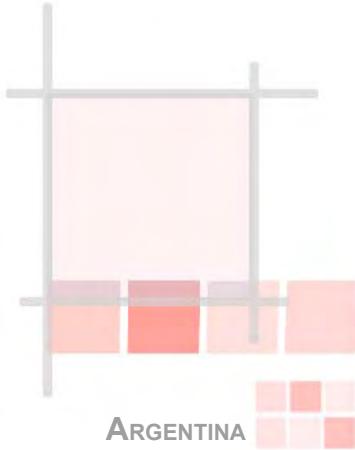
El panorama, con razón, llama al pesimismo, pero si elevamos la mirada prospectiva, en el horizonte veremos que siguen, y crecen, las posibilidades para la generación y consolidación de infraestructura o capital emocional. Por eso, en nuestro trabajo debemos hacer nuestra la sentencia de Gramsci: “*Con el pesimismo de la inteligencia y el optimismo de la voluntad*”.

#### LISTA DE REFERENCIAS

1. **BAENA PAZ, GUILLERMINA**, 2005, “¡Cuidate!, una propuesta de infraestructura emocional para proteger nuestra Seguridad Humana”, en *Seguridad Humana e infraestructura emocional*. Editorial Metadata, Proyecto PAPIME Laboratorio de Estudios del Futuro DGPA-UNAM, p. 308. Disponible en línea en el sitio de Metadata: <http://www.metadata.org.mx/seguridadhumana>

2. **DALAI LAMA**, 2000, *El arte de vivir en el nuevo milenio: una guía ética para el futuro*. Editorial Grijalbo Mondadori, Barcelona, España, p. 161.
3. **DE LA HORRA, RAÚL**, 2006, "Violencias Invisibles". *Diálogo*, No. 49, FLACSO. Guatemala, junio de 2006, p. 1.
4. **FUNDACIÓN PROPAZ**, 2005, *Planificación Estratégica 2005-2008*, p. 17.
5. **GALTUNG, JOHAN**, 2003, *Paz por medios pacíficos. Paz y conflicto, desarrollo y civilización*, Centro de Investigación por la Paz, Fundación Gernika Gogoratuz y Working Papers Munduan, Oslo.
6. **GOLEMAN, DANIEL**, 2006, *Emociones destructivas. Cómo comprenderlas y dominarlas*. Ediciones B, Argentina.
7. **GUTIÉRREZ, EDGAR** (2006), 'Vigenica del REMHI', *El Periódico*. Guatemala, 24 de abril de 2006, página editorial.
8. **LEDERACH, JUAN PABLO**, 1994, *Construyendo la paz: reconciliación sostenible en sociedades divididas*, Borrador final presentado a la Universidad de las Naciones Unidas, Tokio, Japón, 95 p.
9. **RENAUT, ALAIN**, 1998, *El futuro de la ética*, Galaxia Gutenberg. Editorial Círculo de lectores, Barcelona.
10. **SARTI, CARLOS**, 2002, 'Construcción de la paz, resolución de conflictos y fortalecimiento de la esfera pública', *Nuevos Caminos para la Resolución de Conflictos*, Unidad para la Promoción de la Democracia de la Organización de los Estados Americanos, Guatemala, p. 30.





# HACIA EL FUTURO, EL HOMBRE

Visión antropológica del constructor de la paz

**Miguel Armando Garrido**

[magarrido@arnet.com.ar](mailto:magarrido@arnet.com.ar)

[www.centropaz.com.ar](http://www.centropaz.com.ar)

**Abstract:** *Se pretende abrir un análisis sobre la visión antropológica del constructor de la paz. El autor destaca la importancia del dinamismo de crecimiento del ser humano, para lograr la construcción de posibles escenarios de futuro para nosotros y nuestra posteridad.*

**Palabras clave:** antropología, constructor, visión, dinamismo, crecimiento, talento, redes, futuro, paz.

*“No dudemos jamás de la capacidad de tan sólo un grupo de ciudadanos insistentes y comprometidos para cambiar el mundo”.*

**Margaret Mead**

Para poder movernos con libertad y autenticidad, es conveniente sentar en la mesa a las personalidades que nos ayudaron a construir la visión antropológica del ser humano constructor de la paz:

- Margaret Mead.
- Gregory Bateson.
- Claude Lévi-Strauss.
- André Rochais y su organización PRH.
- Tehilard de Chardin.
- Abraham Maslow.
- Krishnamurti.
- Mario Lopez Martinez.
- Guillermina Baena Paz.
- Eduardo Balbi.

Ellos nos dieron una visión del hombre y de la humanidad que existe en todo ser humano.

#### **VISIÓN**

¿Qué es la Visión?

La visión es “la acción y efecto de ver” (1).

¿Cómo ve el mundo el hombre de paz?:

En continua evolución...

¿Cómo ve el mundo la mujer de paz?

Preguntándose: ¿Cuánto más habría que hacer para proteger a mujeres, niños, ancianos, pueblos hambrientos y necesitados de democracia, de paz, de desarrollo, de crecimiento?

¿Cómo ven el mundo los constructores/ras de paz?

Como una tarea constante, como una obra inacabada.

En su construcción apelamos a la antropología, como ciencia del hombre, específicamente a Claude Lévi Strauss, donde nos enseña: “Me es difícil concebir —escribía Rousseau— cómo en un siglo en que tanto se presume de bellos conocimientos, no se encuentren dos hombres...”. (Levi Strauss: p.- 37)

Las palabras de Rousseau siguen teniendo vigencia hoy, porque el hombre no se ha encontrado con toda su humanidad y menos con otros hombres.

Además, decía Rousseau: “Cuando se quiere estudiar a los hombres, hay que mirar cerca de uno; pero para estudiar al hombre hay que aprender a mirar a lo lejos; hay que empezar por observar las diferencias para descubrir las propiedades”. (Levi Strauss: pág.37)

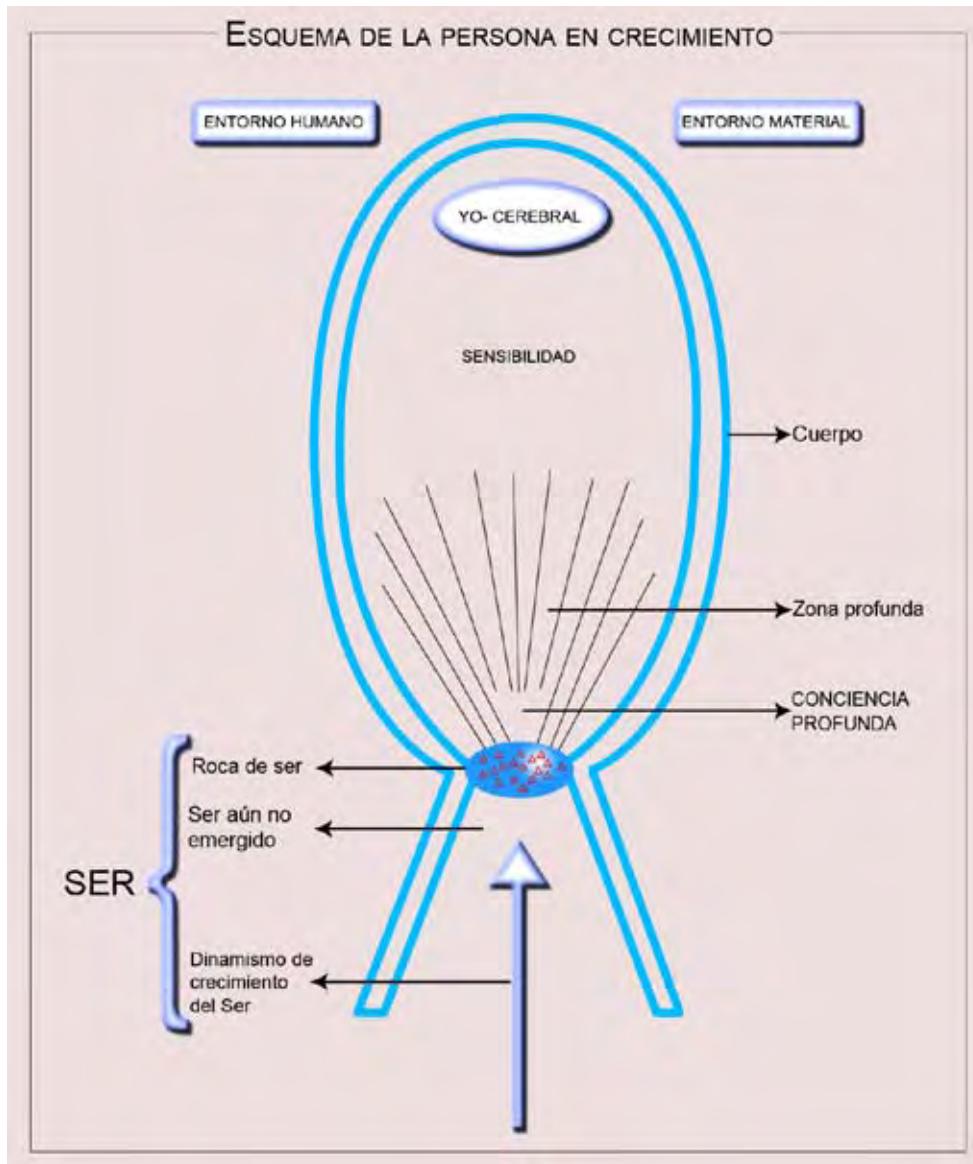
El fundador de las Ciencias del Hombre, que además era filósofo, teórico político y social, músico y botánico, ha sido contundente: “...el hombre tiene que aprender a mirar cerca de uno mismo, aprender a mirarse a sí mismo; pero también aprender a mirar lejos, mirar todos los horizontes posibles, todas las culturas en que vive; para poder descubrir las diferencias que lo enriquecen como humanidad misma”.

En esa búsqueda por encontrar la llave que permita al hombre mirarse a sí mismo, como si tuviera un faro interno, que permita descifrarse y comprenderse, en ese recorrido nos encontramos con la obra de André Rochais.

#### ¿ANTROPOLOGÍA DEL CONSTRUCTOR O CONSTRUCTORA DE LA PAZ?

Nosotros para la construcción de la paz, seguimos los pasos dejado por el Padre André Rochais.

## ESQUEMA DE LA PERSONA EN CRECIMIENTO



La visión antropológica de André Rochais (La persona y su crecimiento, pág. 56).

- Entorno humano.
- Entorno material.
- Cuerpo.
- Yo Cerebral.
- Sensibilidad.
- Zona profunda.
- Conciencia Profunda.
- Ser.
- Roca de Ser.
- Ser aún no emergido.
- Dinamismo de crecimiento del ser.

La persona está constituida por el conjunto de cinco instancias: el ser, el yo cerebral, el cuerpo, la sensibilidad y la conciencia profunda.

Además posee dos entornos que lo condicionan: el entorno humano y el entorno material.

La Fundación PRH, germen del Padre André Rochais (Prebítero de la Iglesia Católica Apostólica Romana), sigue la obra de su fundador y elabora documentos, libros y notas que originalmente fueron redactadas por su fundador. Entre esas notas, se destaca “Como facilitar el Crecimiento de las Personas”, en ella precisa:

El ser es el lugar:

- de la identidad,
- del actuar esencial,
- de los lazos más esenciales.

Ese Ser está animado por un Dinamismo de Crecimiento (Flecha ascendente) que hace que las Potencialidades del Ser se desplieguen naturalmente:

Cuando el ambiente Material y el ambiente Humano no son un obstáculo y sobre todo, si estos ambientes le son favorables.

También es importante el Desarrollo del Yo-Cerebral:

- en su inteligencia, facultad de comprender,
- en su libertad, facultad de decidir,
- en su voluntad, facultad de movilizar la energía del cuerpo para actuar.

Son importantes también el Desarrollo de la Sensibilidad y el Desarrollo del Cuerpo, porque somos espíritu y cuerpo.

Agreguemos una última precisión: El Crecimiento de la Persona, de que tratamos aquí, no es un crecimiento anárquico de las cuatro instancias (yo-cerebral, cuerpo, sensibilidad y ser), es un crecimiento ordenado.

- En primer lugar está el Ser, porque él es la sede de la identidad de la persona y de su destino.
- A continuación viene el Yo-Cerebral porque es él quien gobierna. Pero en este gobierno de la persona, debe ponerse al servicio del Crecimiento del Ser.
- Después viene el Cuerpo, porque si su desarrollo es bueno, él proveerá a la persona de las energías que necesita para emprender y vivir su actuar esencial.
- La sensibilidad también es importante aunque ocupe la última posición.
- Hasta ahora el acento ha sido puesto en la mayoría de las ocasiones sobre el Desarrollo de la Inteligencia, por la escolaridad obligatoria y la prolongación de los estudios, y sobre la buena salud del cuerpo. Este Desarrollo de la Inteligencia y este mejoramiento de la salud son cosas excelentes, aunque el acento tenga que ponerse en otro lugar.

Queda en efecto, explotar la increíble riqueza de este **yacimiento de potencialidades y de creatividad del Ser**. Esto merece una inversión seria de energías por parte del individuo (algunos ya lo hacen), y también por parte del estado.

A la larga el Estado saldrá ganado, porque una formación centrada sobre el Crecimiento del Ser:

- liberará las nuevas energías y la creatividad, y esto enriquecerá la Nación,
- curará múltiples males sociales: alcoholismo, droga, delincuencia, agresividad, enfermedad, apatía, etc.

- y hará progresar hacia una armonía social al tiempo que refuerza todas las características individuales”.

Para el Centro de Investigación para la Paz, de la Facultad Regional Resistencia, Universidad Tecnológica Nacional (Argentina), Nodo Chaco de la Red Escenarios y Estrategia en América Latina, el constructor de la paz debe cabalgar sobre la Visión del Ser Humano que cree y potencia el Dinamismo de Crecimiento.

### DINAMISMO DE CRECIMIENTO

¿Qué es el Dinamismo de Crecimiento?

“Es una fuerza incoercible innata que impulsa a la persona conscientemente, o a pesar suyo, a llegar a ser lo que es potencialmente”. (La persona y su crecimiento)

Es decir, es:

- una fuerza,
- incontenible,
- connatural y como nacido con el mismo sujeto,
- que impulsa,
- a la persona conscientemente,
- o a pesar suyo,
- a llegar a ser lo es potencialmente.

Potencialmente somos, lo que es obvio en nosotros, nuestros talentos naturales.

Es conveniente tener siempre presente, la “Parábola de los Talentos”:

*Porque es como un hombre que, yendo de viaje llamó a sus siervos, y les confió su hacienda.*

*A uno dio cinco talentos, a otro dos y a otro uno; a cada uno según sus capacidades, y se fue. El que había recibido cinco talentos marchó en seguida a trabajar con ellos y ganó otros cinco. Asimismo, el de dos ganó otros dos. Pero el que había recibido uno solo fue, cavó en la tierra, y guardó allí el dinero de su Señor.*

*Después de mucho tiempo, volvió el amo de aquellos siervos y les tomó cuenta.*

*Llegó el que había recibido cinco talentos y presentó otros cinco:*

*—Señor, me entregaste cinco talentos; he aquí otros cinco que he ganado.*

*El amo le dijo:*

*—Bien, siervo bueno y fiel! Has sido fiel en lo poco; te confiaré lo mucho. Entra en el gozo de tu Señor.*

*Se presentó también el de dos talentos y dijo:*

*—Señor, me entregaste dos talentos; mira he ganado otros dos.*

*Díjole su amo:*

*—Bien, siervo bueno y fiel! Has sido fiel en lo poco; te confiaré lo mucho. Entra en el gozo de tu Señor.*

*Se acercó también el que sólo había recibido un talento y dijo:*

*—Señor, sé que eres duro, que cosechas donde no has sembrado y recoges donde no has esparcido. Tuve miedo y fui y escondí tu talento en la tierra. He aquí lo tuyo. Su amo le respondió:*

*—¡Siervo malo y perezoso! Sabías que quiero cosechar donde no he sembrado y recoger donde no he esparcido. Debías, pues, haber entregado mi dinero a la banca para que al volver yo, retirase lo mío con interés. Quitadle, pues, el talento y dádselo al que tiene diez. Porque a todo el que tiene se le dará y le sobraré, pero al que no tiene, aun lo que tiene se le quitará. Y a ese siervo inútil arrojadlo a las tinieblas exteriores. Allí habrá llanto y crujir de dientes. (La Biblia, San Mateo 25: 14-30).*

Hay que aprender a no enterrar los talentos.

¿Qué son los talentos?

La Real Academia Española, nos da tres conceptos. (Diccionario Durvan):

- en la antigüedad: moneda imaginaria de los antiguos griegos y romanos,
- conjunto de dones con que Dios enriquece a los hombres,
- brillante capacidad intelectual.

Nosotros rescatamos “los conjuntos de Dones con que Dios enriquece a los hombres”.

Indudablemente todos traemos consigo nuestros talentos, que son dones:

- de investigador,
- de creativo,
- de comunicador,
- de conductor de equipos –de masa,
- de trabajador manual,
- de trabajador intelectual,
- de artista,
- de músico,
- de escritor,
- de constructor de obras, de ambientes,
- de Constructor de la Paz.

Todos tenemos impresión dígito pulgar distinta (observar nuestro cuerpo y manos), por ende naturalmente tenemos talentos distintos, es algo maravilloso. Existen tantos talentos como seres humanos habitan nuestro mundo.

Que el miedo no te lleve a enterrar tus talentos naturales.

### **MIEDO**

¿Qué es el miedo?

Nos dice Krishnamurti: “El movimiento de la certidumbre a la incertidumbre es lo que yo llamo miedo”. (1995)

¿Y dónde radica la habilidad de un Constructor de la Paz? En saber vivir, ante las situaciones conflictivas, ante la incertidumbre; que es una de las características del conflicto.

Frente a la incertidumbre, el operador debe apoyarse en tierra firme:

- a) en sus talentos
- b) y en su necesidad de superarse y de superar la incertidumbre.

Con respecto a la necesidad de superarse ha dicho Juan Pablo II: “Hay en el hombre la necesidad de superarse a sí mismo. Sólo superándose a sí mismo, el hombre es plenamente hombre”. (1994).

El Constructor de la Paz tiene que recordar que tiene talentos naturales y que con esfuerzo, dedicación, vocación y amor por la Paz, se sale de situaciones inciertas.

#### **CUESTIÓN PRÁCTICA DE DINAMISMO DE CRECIMIENTO**

Si además nos apoyamos en la fuerza, en la potencia interior que habita en nosotros, que se llama Dinamismo de Crecimiento, nuestra convicción frente a la incertidumbre o frente al conflicto es otra. Quienes deben conducir las situaciones conflictivas, han de ser nuestras convicciones profundas, por construir escenarios de Paz, tanto en el presente como en el futuro. Asimismo, el Dinamismo de Crecimiento coloca en el Constructor de la Paz un lenguaje motivador y potente para lograr dicha construcción. Ese Dinamismo que todos poseemos y del cual debemos tomar conciencia, ese Dinamismo que nos hace crecer, desarrollarnos y progresar, para ayudar a otros a construir una orbe en Paz y Creatividad infinita, para sí, para toda la humanidad y para generaciones venideras.

El Centro de Investigación para la Paz de la Facultad Regional Resistencia de la Universidad Tecnológica Nacional, de Argentina, ha construido el Curso “¿Cómo generar dinamismo de crecimiento en los grupos de trabajo”. Dicho curso ha sido difundido en escenarios políticos, empresariales y académicos. El resultado a que arribamos ha sido de una gran riqueza durante su impartición. Tomaremos como ejemplo el trabajo de investigación en el mundo de los negocios.

#### **MARCO PRÁCTICO EN ENTIDAD FINANCIERA**

En nuestra página [www.centropaz.com.ar](http://www.centropaz.com.ar), en el ícono investigación, se encuentra un trabajo práctico de uno de los integrantes del Centro de Investigación para la Paz, Daniel Pablo Valenti, llamado “Paz Estructural en Entidades Financieras”.

Valenti explica cómo usando las técnicas de Negociación y Mediación para la Solución de Conflictos Empresariales, con la visión Antropológica de trabajar sobre el Dinamismo de Crecimiento de las Personas:

- Se logró resolver satisfactoriamente 270 casos de reclamación judicial de devolución anticipada de depósitos, de acciones iniciadas contra la Entidad Financiera.
- Además el esquema se constituyó en ejemplo, imitado después por varios Bancos del Sistema Argentino.

- Se incorporaron en la cultura organizacional principios y valores que dan prioridad a la resolución de controversias con métodos no confrontadores.
- Al terminar la crisis Argentina del Corralito (significaba que los ahorristas no podían sacar todos sus ahorros, sino lo que disponía el Banco central de la Republica Argentina), los depósitos privados habían crecido notablemente.
- En el plano internacional en el marco del denominado “Encuentro de Dos latitudes”, organizado por la Facultad de Ciencias Políticas de la Universidad Nacional Autónoma de México y el Nodo Futuro México del Proyecto Millennium de Organización de las Naciones Unidas, se presentó este trabajo ante funcionarios, docentes y alumnos de posgrado de las diferentes carreras de La Facultad.

#### ¿CUÁLES SON LAS CERTEZAS DEL CONSTRUCTOR DE LA PAZ?

El Constructor de la Paz, es conveniente que se maneje con algunas certezas, Estas son:

- Ser eminentemente positivo.
- Ser un ser humano de fe.
- Creer con absoluta convicción en la construcción de la paz.
- Creer en el Ser Humano.
- Creer en el dinamismo de crecimiento.
- Creer en la potencia que genera y despierta la paz.
- Creer que la Paz siempre es posible.

#### LA HUMANIDAD TIENE DERECHO A UN FUTURO EN PAZ

Aprender a construir redes de Conocimiento con un Valor Esencial, Paz en la persona y en el tejido social. Redes que tengan generosidad de socializar el conocimiento y aportar nuevas tecnologías.

Aprender a disfrutar el gusto de conocer otras culturas y enriquecernos con su acervo.

Cultivar sociedades de aprendizaje continuo, en valores y cultura para la Paz.

#### SOCIEDADES EN REDES

Es conveniente que esta visión antropológica, sea difundida en las Redes del Conocimiento que se construye a través de la Paz.

Es necesario que estas sociedades en redes que se están construyendo en todo el mundo adquieran un lenguaje común en la construcción de la paz.

Hoy los escenarios en redes están contruidos y necesitan ser dinamizados, como lo vienen haciendo Eduardo Balbi en Escenarios y Estrategias y en los Nodos diseminados en toda América Central y América del Sur.

### CONSTRUYENDO ESCENARIOS FUTUROS

¿Para qué construir escenarios futuros?

- Para transformar el mundo, o la parte que pisamos en este hermoso mundo, para nosotros y las generaciones futuras.

Eduardo Raúl Balbi expresa: “La redacción de escenarios es sólo el principio. Usándolos para imponer políticas es el único camino para que sean útiles”. (1997).

Por su parte la Dra. Guillermina Baena Paz, (2004) ha dicho: “El método de escenarios es anticipatorio, en tanto ofrece un mapa cognitivo del futuro que contiene una serie de opciones de futuro (escenarios) posibles, cada una de las cuales tiene asignada una probabilidad, objetiva o subjetiva, de ocurrencia. Por ello, porque presenta diversas posibilidades y en consecuencia no tiene un elevado grado de especificidad, ha sido descrito como un método único y alternativo al resto de métodos y técnicas de anticipación”.

Partiendo de las afirmaciones de Balbi y de Baena Paz, es posible construir seis posibles escenarios:

#### 1. Medios de Difusión:

- Radio, el Centro de Investigación para la Paz, lo viene generando desde el 2004, con el aporte científico del Dr. Mario López Martínez, Enciclopedia de Paz y Conflicto del Instituto de Paz y Conflicto de la Universidad de Granada.
- T.V.
- Diario.
- Publicaciones que difundan el fenómeno Paz y No Violencia.
- Editar libros que generen la Cultura de la Paz.

## 2. Eventos Culturales:

- De músicas autóctonas.
- Espacios de arte y pintura.
- Esparcimiento para niños y adolescentes (juegos deportivos).
- Conferencias y disertaciones sobre Paz y No Violencia.
- Difusión de símbolos de Paz (Bandera de Naciones Unidas, Cruz Roja y Media Luna Roja de la Paz, etc.).

## 3. Constitución de Redes:

- Conexión de redes universitarias que difundan a través de Centro o Institutos, la investigación científica del fenómeno Paz y No Violencia (el Centro de Investigación para la Paz de la Facultad Regional Resistencia de la Universidad Tecnológica Nacional, se encuentra en Red con el Centro de Pacificación Social de la facultad de Derecho y Ciencias Sociales y Políticas de la Universidad Nacional del Nordeste, y con el Centro de Estudios de Conflictos por la Paz de la Universidad Nacional de Villa María, Córdoba, todos Centros creados en la Republica Argentina).
- Construir soportes unificado en Internet, para la Difusión de la Cultura para la Paz, siguiendo los lineamientos de la Cátedra UNESCO de Naciones Unidas.

## 4. Espacios Universitarios, a través de:

- Programas de Paz, Desarrollo, Conflicto, Mediación, Negociación.

## 5. Espacios con Dirigentes Políticos y Sociales:

- Difusión de talleres de Oratoria y Ética del Cuidado, de Comunicación, de Resolución de Conflictos Sociales.

## 6. Espacios con Dirigentes Empresariales, para que conozcan los estilos de Negociación Integrativa y Colaborativa, que preservan las relaciones y el cuidado del sistema negocial y del medio ambiente.

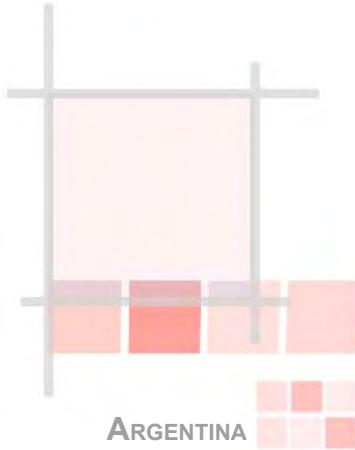
Aconsejamos que los textos en que se desarrollan dichos espacios sean escritos con un lenguaje que anteponga la dignidad humana, valores de paz, justicia social y desarrollos, y que esos valores se vuelvan tangibles, sin perder de vista el grado de coherencia y unidad de criterio, como recomiendan Balbi y Crespo.

Esta es nuestra preocupación esencial, generar espacios de construcción de paz para el Tejido Social. Ello es posible y realizable. Sólo se necesita convicción y mirada superior para generar Escenarios de Paz.

#### LISTA DE REFERENCIAS

1. **BAENA PAZ, GUILLERMINA**, 2004, *Prospectiva Política. Guía para su comprensión y practica*. Editorial Metadata, en coedición con la Universidad Nacional Autónoma de México. Libro electrónico en línea en: <http://www.metadata.org.mx/nodofuturomexico>
2. **BALBI, EDUARDO**, *Metodología de Investigación de Futuros (prospectiva). Aportes y Contribuciones desde Latinoamérica. Estado de Futuro 2002: Sumario Ejecutivo*. Tomo III. En formato electrónico CD. Buenos aires. Argentina.
3. **BALBI EDUARDO Y MARIA F. CRESPO**, 1997, *Capturando el Futuro*. Editorial Formato, Buenos Aires, Argentina.
4. **DICCIONARIO DURVÁN DE LA LENGUA ESPAÑOLA**, 1979, bajo los auspicios de D. Ramón Menéndez Pidal, Director de la Real Academia Española. Editorial Durván, Bilbao, España.
5. **JUAN PABLO II**, 1994, *Cruzando el umbral de la esperanza*. Plaza y Janés Editores, Chile.
6. **KRISHNAMURTI, JIDDU**, 1995, *Sobre el Miedo*, Editorial Edaf, Barcelona. España.
7. **LÉVI STRAUSS, CLAUDE**, *Antropología Estructural, Mito–Sociedad-Humanidades*. Editorial Siglo XXI, Madrid, España.
8. **PRH-INTERNACIONAL**, 1997, *La Persona y su Crecimiento. Fundamentos Antropológicos y Psicológicos de la formación PRH*. Pág. 56. Traducción del Francés. Imprenta Reynes. Madrid. España.
9. **SANTA BIBLIA**, 1964. Ediciones Paulinas. Madrid. España, pp. 1179-1180. San Mateo 25: 14-30.





## SENSIBILIDAD Y SOLIDARIDAD SOCIAL

Efectos de su descapitalización

**Néstor Hugo Carballido**

[nhcarba2001@yahoo.com.ar](mailto:nhcarba2001@yahoo.com.ar)

[nhcarba@fibertel.com.ar](mailto:nhcarba@fibertel.com.ar)

**Abstract:** *En este ensayo pretendemos poner en evidencia cómo la descapitalización de la sensibilidad y solidaridad social ante los niños desnutridos de hoy afectará el futuro de una importante franja social que será incapaz de competir en cualquier actividad que desee emprender, por haber sido incapaces, los adultos, de atender este flagelo social que parece interesar a muy pocos, pero que está y estará hipotecando la calidad de vida y la esperanza de un mundo mejor de los desnutridos de hoy. La focalización del tema estará orientada a plantear, como preguntas con respuestas inciertas, los impactos de transformación social que este problema tendrá en un horizonte temporal a 15 o 20 años.*

**Palabras clave:** efectos, las causas raíces, descapitalización social, sensibilidad y solidaridad social, desnutrición infantil, focalización, impactos de transformación, matrices de impacto cruzado de efectos, mapas de riesgo y de oportunidad, estrategias.

Cuando a través de nuestra Red EyE-Escenarios y Estrategia, realizamos las dos Rondas Delphi para elaborar nuestro informe sobre “Seguridad Humana”, en el relevamiento de las respuestas, opiniones y propuestas de los participantes en cada uno de los Campos de estudio que propusimos, surgió como idea, la formación de capital humano como reconocimiento a la creatividad humana para supervivir, concepto que visualizaban como muy ligado al **capital financiero**, cuyo futuro, sin el capital humano, es totalmente incierto. En síntesis, consideraron que el Capital Social, debería ser la suma sinérgica del Capital Humano y el Capital Financiero.

En nuestro informe final, quedó definido nuestro concepto sobre Seguridad Humana en estos términos:

*Es el conjunto de circunstancias y condiciones que brindan el ámbito organizacional y funcional social, político, económico, cultural y natural sustentable en el que cada individuo puede desarrollarse, crecer, vivir con calidad, procrear en concordancia con el crecimiento demográfico esperable, perseguir y lograr sus metas en equilibrio con ese ámbito. Este ámbito le permite el ejercicio pleno de la libertad con responsabilidad, y le otorga la posibilidad de ser él en sí mismo, y a la vez pertenecer armónicamente a una sociedad integrada al mundo.*

Quedó entonces claramente establecida nuestra concepción antropocéntrica de la Seguridad Humana: **El ser humano es el núcleo central de este concepto.**

Una de las definiciones de “Indiferencia” expresa que es **“el estado anímico en que no se siente inclinación, ni repugnancia, por algo determinado”.**

Algunas de las ideas afines a la indiferencia son la despreocupación, el egoísmo y la insensibilidad.

La evidente falta de sensibilidad y solidaridad social (indiferencia) de ese mismo capital humano que mencionábamos, especialmente en los niveles decisorios de las administraciones pública y privada y de gran parte de la sociedad, ha demostrado a través de los años que, con mayor o menor incidencia, se ha ido deteriorando hasta alcanzar significación de “descapitalización” ante situaciones acuciantes padecidas por amplias franjas poblacionales marginadas, desplazadas, excluidas y no educadas, que, entre otras manifestaciones, han impactado en la desnutrición social tanto de madres en proceso de gestación como en los niños nacidos en esos ámbitos.

¿Por qué se produce esa “descapitalización percibida” que ya se está convirtiendo en manifiesta? En mi modesto concepto, parecería que se ha tomado “a pie juntillas” el concepto antropocéntrico que hemos enunciado en nuestra definición de Seguridad Humana: el **ser humano** es el **núcleo central** de este concepto. Tan en núcleo central nos hemos convertido, que por el mismo egoísmo humano, sólo nos ocupamos de nosotros mismos y de nuestro entorno familiar cercano, pero somos de alguna manera, y cada vez más, indiferentes al resto, sea porque envidiamos a, o queremos lograr lo mismo que, los que poseen creencias ostentosas bien o mal habidas, o ignoramos o no nos conmovemos ante quienes nada tienen, material, espiritual o culturalmente, y que conforman una vasta legión de marginados, desplazados o excluidos sociales, entre los que se encuentran las madres en proceso de gestación y los niños de 0 a 5 años desnutridos, a los que deberíamos agregar los niños, los adolescentes y los jóvenes destruidos física y psíquicamente por los efectos de la drogadicción en cualquiera de sus manifestaciones.

¿Cuál es el interés general que se tiene para solucionar, paliar o siquiera minimizar los efectos perniciosos que padecen los marginados, desplazados y excluidos sociales, atacando las causas raíz de los efectos actualmente visibles?

Tengo la sensación de que sólo constituyen interés para estudios, estadísticas, encuestas, informes de organizaciones internacionales, recomendaciones, etc. Pero considero que ha llegado la hora de terminar con los diagnósticos, ponernos en serio a identificar las causas raíz de este flagelo social de la desnutrición infantil y asumir el compromiso de erradicarlas. Éste es el foco en el que deberíamos centrar nuestra atención, para revertir la descapitalización del capital humano, y para erradicar la indiferencia social, creo que viene a cuento algo que hace tiempo vi en un videocasete con una exposición de un capacitador mexicano, cuyo nombre no recuerdo, que se dirigía a un nutrido grupo de futuros dirigentes, en donde el expositor los invitaba al compromiso, y que sintéticamente lo describía de manera muy práctica y comprensible.

Le preguntó al auditorio si conocían la diferencia entre “involucrarse” y “comprometerse”. Ante ello se produjo un profundo, aunque breve silencio. Y entonces lo describió con este ejemplo práctico:

“La diferencia está en dos de los componentes del apetitoso ‘desayuno americano’: los huevos revueltos y el tocino frito”.

Nuevo silencio.

Y continuó: “Para que todos podamos comer *huevos revueltos*, las gallinas han puesto huevos y siguieron caminando con su vida. **Sólo se involucraron.**”

Pero para degustar *el tocino frito*, los chanchos, voluntaria o involuntariamente tuvieron que morir. **Se comprometieron**".

Y finalizó con la pregunta desafiante: "¿En qué grupo quieren estar: en el de las gallinas (**solo involucrarse**) o en el de los chanchos (**comprometerse** en alma y vida)?".

De eso se trata: de **DARNOS CUENTA** de lo que está ocurriendo y asumir **COMPROMISO**.

**Compromiso** con la salud, la educación y la generación de empleo genuino, reinsertando a los actuales marginados, desplazados y excluidos sociales. Seriamente. Hay que educarlos para que "desaprendan" el facilismo a que los han llevado por clientelismo político a recibir magros subsidios sin contraprestación más allá del voto complaciente o el "piquete" peticionante y tumultuoso, y para que "reaprendan" que capacitándose podrán reinsertarse en el ámbito laboral formal, para recobrar su dignidad, ganarse el sustento para sí y su familia, tener cobertura social, alimentar saludablemente a sus hijos, educarlos, etc., etc.

#### LA DESNUTRICIÓN

**El concepto de desnutrición es amplio:** (Britos, S. "Un mal con raíz social", Diario "LA NACIÓN" de Argentina del 05/04/06. El autor es Nutricionista y Director Asociado del Centro de Estudios sobre Nutrición Infantil).

En algunas circunstancias, cuando se habla de desnutrición, se hace referencia tanto a situaciones de déficit de algunos nutrientes en la alimentación —aún cuando tales carencias no se manifiesten sintomatológicamente— como a una insuficiencia alimentaria global, que se evidencia en una pérdida de peso o en una crónica monotonía alimentaria que torna más lento el crecimiento.

Es menester enfatizar que los problemas alimentarios no son las únicas ni las principales causas de desnutrición.

Hay causas tanto o más profundas que desembocan en desnutrición como efecto, que conforman rasgos distintivos de la descapitalización del capital humano, tales como los malos cuidados en salud, las infecciones reiteradas, un medio ambiente adverso, insensible a esta realidad o un entorno familiar y afectivo que, por desconocimiento o ignorancia, brinda pocas oportunidades de estimulación de quienes lo padecen y son víctimas inocentes de tal circunstancia.

La forma más clásica, universal y económica de diagnosticar desnutrición es pesando y midiendo a los niños, por ejemplo en los centros de atención de salud. Los hospitales

públicos, aún cuando quienes lo soliciten no tengan cobertura social, deberían brindarles tal diagnóstico.

Existen normas internacionales y nacionales ampliamente aceptadas para comparar el peso de un niño y determinar si armónicamente está creciendo o no, y lejos de pretender convertir este ensayo en un trabajo de investigación científica y especializada, es necesario considerar ciertos aspectos que nos permitirán comprender un poco más la problemática que estamos abordando.

Al año de edad, un niño debería pesar unos 10 kilos.

Si pesa entre 7,5 y 8,8 Kg., se ubica en el nivel I de desnutrición (técnicamente un niño en situación de riesgo nutricional).

Si pesa menos de 7,5 y hasta 6 kilos está en un grado II, mucho más comprometido.

Las normas de atención de salud debieran establecer la obligatoriedad de distribución de leche fortificada con hierro en estos casos, como está normado en varios países de Latinoamérica.

¿Cuál es el grado de compromiso para que las normas se cumplan inexorablemente? ¿Cómo y quiénes controlan su cumplimiento? ¿Por qué, entonces, tantos niños desnutridos? Hay repetidos casos de corrupción por “comercialización” de esa leche fortificada destinada a planes sociales, que se venden en comercios, a la vista de todos. ¿Indiferencia social?

Los desnutridos de grado III, que han perdido más del 40 por ciento de su peso, ya requieren un tratamiento hospitalario.

En la edición 2002-2003 del Panorama Social de América Latina se analizan temas relacionados con varios de los Objetivos de Desarrollo del Milenio. ¿Pasaremos algún día, con compromiso, del análisis a los hechos reversiones de este flagelo que nos lleva inexorablemente a hipotecar el futuro de una amplia franja de nuestras sociedades que en 15 ó 20 años serán incapaces de competir en nada?

En tres de los cinco capítulos del documento, los dedicados a un examen de la magnitud y evolución de la pobreza, el hambre y las desigualdades de género se analizan las posibilidades de que los países de la región cumplan las metas aprobadas por los Estados Miembros de las Naciones Unidas para el año 2015. ¿Hasta cuándo seguiremos analizando posibilidades? ¿Pasaremos algún día, con compromiso, del análisis a los hechos reversiones de este flagelo que nos lleva inexorablemente a hipotecar el futuro de una amplia franja de nuestras sociedades que en 15 ó 20 años serán incapaces de competir en nada?

Entre los capítulos en que se evalúan los avances logrados en la consecución de dichos objetivos, se destaca el dedicado al tema del hambre, para cuya elaboración se contó con el apoyo del Programa Mundial de Alimentos de las Naciones Unidas.

En él se ofrecen antecedentes sobre la magnitud y evolución de la subnutrición y la desnutrición infantil en 24 países de América Latina y el Caribe en la última década y sus principales determinantes. ¿Pasaremos algún día, con compromiso, del enunciado de antecedentes a los hechos reversiones de este flagelo que nos lleva inexorablemente a hipotecar el futuro de una amplia franja de nuestras sociedades que en 15 ó 20 años serán incapaces de competir en nada?

En lo que se refiere a pobreza e indigencia, se presentan las estimaciones más recientes para los años 2001 y 2002, correspondientes a once países de América Latina. ¿Pasaremos algún día, con compromiso, de las estimaciones a los hechos reversiones de este flagelo que nos lleva inexorablemente a hipotecar el futuro de una amplia franja de nuestras sociedades que en 15 ó 20 años serán incapaces de competir en nada?

A partir de ellas se concluye que el proceso de superación de la pobreza se encuentra estancado en la región desde 1997, pese a lo cual muchos países siguen teniendo posibilidades de reducir la pobreza extrema a la mitad hasta el año 2015, de acuerdo con lo establecido en los Objetivos de Desarrollo del Milenio. ¿Pasaremos algún día, con compromiso, de conclusiones vanas y declamatorias, a los hechos reversiones de este flagelo que nos lleva inexorablemente a hipotecar el futuro de una amplia franja de nuestras sociedades, que en 15 ó 20 años serán incapaces de competir en nada?

En el capítulo sobre gasto social se presenta información sobre 18 países de América Latina, que permite examinar la evolución de éste en la década pasada y especialmente en el último quinquenio. El análisis se centra en los efectos que tuvo la desaceleración del crecimiento económico a partir de 1998, en lo que respecta a la magnitud del gasto público social por habitante y su relación con el producto interno bruto. ¿Pasaremos algún día, con compromiso, de los informes y evaluaciones literarias a los hechos reversiones de este flagelo que nos lleva inexorablemente a hipotecar el futuro de una amplia franja de nuestras sociedades que en 15 ó 20 años serán incapaces de competir en nada?

Al respecto, hay dos conclusiones que destacan: según la primera de ellas, la reducción del crecimiento en la región frenó la importante expansión del gasto social que se había registrado en casi todos los países entre 1990 y 1997, pero la mayor prioridad otorgada al gasto social, expresado como porcentaje del PIB, evitó que éste disminuyera aún más en términos per cápita; la segunda se refiere a la importancia que reviste el hecho de que se le haya dado mayor prioridad a los gastos destinados a “capital humano” (educación y salud), en compa-

ración con los otorgados a las restantes partidas, sobre todo a seguridad social, lo que se tradujo en mayores efectos redistributivos del gasto público social. ¿Pasaremos algún día, con compromiso, del enunciado declamatorio de conclusiones vanas, a los hechos reversores de este flagelo que nos lleva inexorablemente a hipotecar el futuro de una amplia franja de nuestras sociedades que en 15 o 20 años serán incapaces de competir en nada?

En el capítulo sobre género se indica que en América Latina la situación de pobreza afecta a más mujeres que hombres y que la mayoría de los indigentes son mujeres jefas de hogar. Según los análisis realizados, la pobreza aumentaría en 10 puntos por lo menos en 8 países de la región si no se contara con su aporte monetario. ¿Pasaremos algún día, con compromiso, de la descripción de situaciones afligentes, a los hechos reversores de este flagelo que nos lleva inexorablemente a hipotecar el futuro de una amplia franja de nuestras sociedades que en 15 ó 20 años serán incapaces de competir en nada?

Los hogares monoparentales, encabezados en su mayor parte por mujeres, se ven afectados también por otras desventajas vinculadas con la falta de valoración del trabajo doméstico no remunerado, que no recibe reconocimiento social. Las mujeres de la región han alcanzado niveles de escolaridad superiores a los hombres y las que forman parte de la población activa tienen en promedio más años de instrucción, pero son las principales víctimas del desempleo, la discriminación salarial y la escasez de tiempo. Esto es válido en los grandes números de las estadísticas, pero, ¿Pasaremos algún día, con compromiso, del enunciado de ventajas o desventajas, a los hechos reversores de este flagelo que nos lleva inexorablemente a hipotecar el futuro de una amplia franja de nuestras sociedades que en 15 ó 20 años serán incapaces de competir en nada?

El progreso registrado en la participación política y en la ocupación de cargos que suponen la adopción de decisiones sigue siendo demasiado lento, salvo en los países en los que se han aplicado políticas de acción positiva.

En esta oportunidad el capítulo sobre la agenda social se centra en un análisis de la situación laboral y las políticas de empleo en América Latina. La información recopilada mediante una encuesta que se envió a los ministerios de Trabajo revela una gran heterogeneidad en lo referente a edad mínima legal para trabajar, salario mínimo, formas de contratación y derechos a sindicalización y huelga. Y seguimos hablando de aspectos formales, pero, ¿Pasaremos algún día, con compromiso, del análisis de la situación laboral y las políticas de empleo, a los hechos reversores de este flagelo de la desnutrición que nos lleva inexorablemente a hipotecar el futuro de una amplia franja de nuestras sociedades y que en 15 o 20 años serán incapaces de competir en nada?

Pese a algunos avances logrados en el campo legislativo, siguen observándose graves problemas en el cumplimiento de la normativa vigente. En este capítulo se examinan también las principales políticas que rigen el mercado de trabajo, tanto pasivas como activas, y destinadas fundamentalmente a solucionar los agudos problemas de desempleo, baja calidad del empleo y subempleo.

En tanto, muchos de los países de Latinoamérica continúan sin poder atraer inversiones productivas. Todo, entonces, seguirá igual, con tendencia a empeorar. ¿Pasaremos algún día, con compromiso, del enunciado vano de los graves problemas en el cumplimiento de la normativa vigente, a los hechos reversiones de este flagelo de la desnutrición infantil, que nos lleva inexorablemente a hipotecar el futuro de una amplia franja de nuestras sociedades que en 15 ó 20 años serán incapaces de competir en nada?

Al respecto, se destacan algunas iniciativas interesantes y, por último, en la sección dedicada a la agenda social internacional, se presenta una reseña de los principales acuerdos adoptados en la Cumbre Mundial sobre el Desarrollo Sostenible, conocida también como "Rio+10" (Johannesburgo, Sudáfrica, agosto del 2002). ¿Pasaremos algún día, con compromiso, de las enunciativas reseñas de acuerdos internacionales adoptados, a los hechos reversiones de este flagelo de la desnutrición infantil, que nos lleva inexorablemente a hipotecar el futuro de una amplia franja de nuestras sociedades que en 15 ó 20 años serán incapaces de competir en nada?

Creo que con esta muy breve reseña, se ponen en evidencia una serie de causas raíces, tales como:

- Incremento de magnitud y evolución de la pobreza, el hambre y las desigualdades de género.
- Aumento de magnitud y evolución de la subnutrición y la desnutrición infantil en 24 países de América Latina y el Caribe.
- Incremento de la pobreza e indigencia.
- Impracticabilidad de la superación de la pobreza.
- Ínfima magnitud del gasto público social por habitante en relación con el producto interno bruto.
- Reducción del crecimiento económico en la región.
- Escasa o nula prioridad asignada a los gastos destinados a "capital humano" (educación y salud).
- Afectación incremental de la pobreza sobre las mujeres que sobre los hombres.
- Mayor cantidad de indigentes, que son mujeres jefas de hogar.

- Falta de valoración del trabajo doméstico no remunerado, sin reconocimiento social.
- Mujeres víctimas del desempleo, la discriminación salarial y la escasez de tiempo.
- Heterogeneidad en lo referente a edad mínima legal para trabajar, salario mínimo, formas de contratación, y derechos a sindicalización y huelga.
- Escasas e ineficaces políticas que rigen el mercado de trabajo, tanto pasivas como activas, y destinadas fundamentalmente a solucionar los agudos problemas de desempleo, baja calidad del empleo y subempleo.
- Compromisos incumplidos de la agenda social internacional.
- Que producen como efecto la descapitalización del capital humano por falta de sensibilidad y solidaridad social, sin percibirse, al menos en lo inmediato, una reversión de estas causas que impactarán en el futuro próximo de manera alarmantemente negativa.

¿Pasaremos algún día, con compromiso, de la identificación de las causas raíz, a los hechos reversores de este flagelo de la desnutrición infantil, que como efecto visible nos lleva inexorablemente a hipotecar el futuro de una amplia franja de nuestras sociedades que en 15 ó 20 años serán incapaces de competir en nada?

La desnutrición infantil, tema focal de este ensayo, se traduce en peso y talla inferior a lo normal, que puede conducir a una serie de enfermedades carenciales (por falta de vitaminas, proteínas o minerales), bajan las defensas haciendo más vulnerable al menor a contraer a todo tipo de patologías, o derivar en graves problemas de aprendizaje o trastornos fisiológicos y funcionales por incompleta interconexión neurológica que debió producirse, con buena alimentación, en sus primeros cinco años de vida.

¿Y qué les parece si a todo lo enunciado le agregamos la vasta legión de niños, adolescentes y jóvenes deteriorados física y psíquicamente por ser víctimas del devastador efecto de la drogadicción?

#### **LA PROBLEMÁTICA ARGENTINA**

En Argentina, por caso, uno de cada cinco niños sufre de desnutrición, tiene problemas de crecimiento y trastornos neurológicos, según un informe difundido por el Centro de Estudios Sobre Nutrición Infantil, consultor de la Organización Mundial de la Salud (OMS).

Además, de acuerdo con datos oficiales del Instituto Nacional de Estadística y Censo (INDEC) de agosto, 7 de cada 10 niños nacen en un hogar pobre, y 4 viven en la indigencia.

La desnutrición en 2001 afectaba a entre el 11 y el 17 por ciento de los niños, cifra que este año aumentó al 20 por ciento. Estas cifras se traducen en que hay unos 2.108.237 menores que no tienen cubiertas sus necesidades más básicas de alimentación. ¿No es esto indiferencia estatal y social?

Ello explica que en el curso de una semana en los inicios del año 2006, se conocieran en Tucumán seis casos de fallecimiento de niños afectados de grave desnutrición. Las últimas víctimas fueron dos bebés de seis y nueve meses que pesaban sólo 2.5 y cinco kilogramos, respectivamente. El primero de ellos se llamaba Jesús C., y falleció un jueves, luego que desde el martes de la semana anterior no se le suministrara leche. El segundo se llamaba Santiago O., y murió un sábado, tras haber tomado durante un mes entero solamente mate cocido. ¿Saben qué significa todo esto? Tan sólo una noticia, que “ya pasó”. La indiferencia dirigencial y social, individual y colectiva, persiste y se agrava día a día.

Si bien la infancia es el sector más vulnerable, la pobreza en Argentina afecta a todos por igual. Las cifras oficiales dicen que el 26 por ciento de las personas son indigentes, vale decir **unas 10 millones de personas no acceden a una alimentación básica**. Este dato es de un informe de mayo 2005 del Sistema de Información, Monitoreo y Evaluación de Programas Sociales (SIEMPRO) de la Presidencia de la Nación. Esta cifra representa nada más ni nada menos que el 25% de la población total del país. Y la indiferencia persiste.

Además, según las estadísticas del INDEC (Instituto Nacional de Estadísticas y Censo), el 55 por ciento de los argentinos es pobre, es decir, 20 millones de personas. La falta de trabajo lleva al hambre y la desnutrición de madres en proceso de gestación y niños por nacer, al hacinamiento, a la posibilidad de contraer todo tipo de enfermedades. A esto hay que sumarle, en muchos casos, la imposibilidad de acceder a centros de salud por no contar con cobertura social (aunque los hospitales públicos son gratuitos y están obligados a prestar atención primaria de la salud, se tenga o no cobertura social) que, combinado e incrementado con la falta de información o educación, hace que muchos padres no se den cuenta de que ellos mismos o sus hijos están desnutridos o enfermos, sin reacción práctica de los sistemas sociales responsables para que ello no ocurra.

Según el Ministerio de Salud, la mortalidad infantil es de 18.4 por mil nacidos vivos. **La tasa es el doble que la de los países del Primer Mundo**, pero al mismo tiempo, es más alta que las de Costa Rica, Cuba, Chile o Uruguay. El problema de estas cifras es que **al ser un promedio nacional se ocultan las diferencias entre las distintas regiones**: las tasas más altas son las Provincias de Chaco y Formosa, donde la mortalidad es de 30 por mil nacidos vivos.

El panorama de otras zonas del país no es tan diferente. En los suburbios de Resistencia, la capital de la provincia de Chaco, los datos dan escalofríos: 100 mil de los 300 mil habitantes viven en asentamientos precarios tipo villas de emergencia, 150 mil van a comedores comunitarios para recibir algún tipo de alimentación, 100 mil viven con menos de un peso diario (¡treinta centavos de dólar estadounidense!) y el 90 por ciento debe recurrir al ineficiente sistema de salud público. ([www.clarin.com.ar](http://www.clarin.com.ar))

De otros trabajos que he realizado, pude hacer algún análisis sobre el tema, en particular al trabajar con matrices de impactos cruzados de efectos vinculados a ciertos campos de estudio de la Seguridad Humana, y construir luego los Mapas de Riesgos y de Oportunidades, de los que surgió como un aspecto muy importante tomar en cuenta que la **imposibilidad de competitividad de quienes sufrieron desnutrición infantil**, influye fuertemente como **riesgo**, en:

#### *Primera prioridad*

**Como detonante negativo hacia límites críticos de riesgo**, sobre:

- Adopción de adecuadas medidas para la implementación de sistemas de premios y castigos.
- Articulación gradual de los sistemas de alerta temprana y prevención de conflictos por venir.
- Atenuación de las brechas por desigualdades sociales.
- Creación de empleo genuino.
- Inversiones más racionales en lo social.
- Lenta recomposición de la credibilidad social.
- Mayor racionalidad en las demandas sociales.
- Mejoramiento de los niveles de alfabetización para incorporarse a la capacitación continua y posteriormente al mercado laboral formal.
- Normalización de los sistemas sociales actualmente colapsados.
- Paternalismo estatal discrecional para algunos sectores “prebendarios”.
- Persistencia de la intolerancia social de quienes no son capaces de competir en lo laboral y en lo educativo.
- Persistencia de la manipulación estatal de la información y datos estadísticos.
- Radicación y reapertura de fuentes productivas por mejores reglas de juego.
- Satisfacción gradual de algunas necesidades básicas en:

### *Segunda prioridad*

#### **Como multiplicador de riesgos, sobre:**

- Reconstrucción creciente de la seguridad jurídica y en

### *Tercera prioridad*

#### **Como atenuador de riesgos, sobre:**

- Recuperación incipiente de la transparencia de los actos públicos y privados.
- Este Mapa de Riesgos no es nada más que la enunciación de los efectos visibles percibidos, de persistencia y ocurrencia hasta y en el horizonte temporal al año 2025, y si hiciéramos el esfuerzo de un muy sencillo ejercicio intelectual, veríamos cómo estos efectos guardan absoluta pertinencia con las “causas raíces” que hemos enunciado.

¿Se pueden prevenir los conflictos por venir derivados de estos efectos visibles? La respuesta es absolutamente Sí.

¿Se pueden erradicar o minimizar los efectos perniciosos percibidos, de las “causas raíces” enunciadas? La respuesta vuelve a ser ABSOLUTAMENTE Sí.

Y si ello persiste en **los efectos de la descapitalización de la sensibilidad y solidaridad social ante los niños desnutridos de hoy y los impactos de transformación social** que ello producirá, creo que podemos afirmar, sin temor a equivocarnos, que nuestro futuro está hipotecado.

¿Le sumamos los niños, adolescentes y jóvenes deteriorados física y psíquicamente por los efectos devastadores de la droga en cualquiera de sus manifestaciones?

#### **LOS IMPACTOS DE TRANSFORMACIÓN SOCIAL**

¿Cómo saber cuáles son esos Impactos de Transformación?

En una negociación entre dos partes, habiéndose llegado a una solución consensuada, es muy frecuente que haya otros “actores” que pueden aparecer en la escena, reclamando también por sus “derechos” (porque mis “derechos” de alguna manera los han perjudicado).

¿Qué es lo que pretenden? La misma solución que con el primero, y entonces demandan también, una cierta cantidad de dinero (u otro elemento portador de valor) cada uno a manera de resarcimiento por los agravios o perjuicios padecidos.

El Impacto de Transformación es lo que indica si una acción adoptada y que parece buena para solucionar un conflicto, lo es realmente, o si uno se está metiendo “en camisa de once varas” ante “los por venir”.

Recurriendo a los desarrollos de Remo Entelman en su “Teoría de Conflictos”, debemos reflexionar sobre, e internalizar, lo que él denomina **la prevención causal**.

Se trata del análisis de los procesos dinámicos en desarrollo en los que operan intereses contrapuestos de diversos actores, que buscan lograr sus respectivos objetivos, y dicha contraposición, de hecho, puede llegar a conformar una situación de conflicto que debería ser evitada.

Por eso, hablar de prevención implica suponer que es posible modificar alguno o todos los factores de una situación dada, sustituyendo la dinámica en curso mediante la anulación de las causas probables de dicho conflicto, y para ello se requiere de “compromiso”.

La prevención tiene por objeto la concepción e implementación de una serie de acciones a emprender a partir del aquí y ahora, para anular las causas (causas raíces) que conducen a un sistema social hacia la transformación, por los efectos visibles, desde las “luchas confortables” a verdaderos “conflictos”, muchos de los cuales terminan siendo violentos.

En el tema que nos ocupa, puede ser el resultado de la imposibilidad de competir — en 15 o 20 años— en cualquier ámbito social, de los niños desnutridos de hoy, sin mencionar a los ya deteriorados física y psíquicamente por los efectos devastadores de la droga.

Es por ello que deben desarrollarse (y sigue siendo una asignatura pendiente) las técnicas necesarias para poder actuar sobre las condiciones sociales previas (causas raíces), las motivaciones colectivas y los procesos catalizadores, y para ello es necesario que los verdaderos programas de prevención puedan articularse e implementarse:

- Si se acepta el **valor positivo de detener el desarrollo de conflictos que pueden evitarse**, buscando salidas razonables ante la incompatibilidad de intereses y objetivos asociados, sin adoptar conductas de creciente intensidad que pueden llegar al extremo del uso ilegítimo de la fuerza o la violencia social.
- Si existe una **relativa apertura en el sistema social que no impida la expresión de los sentimientos de injusticia o de sus pretensiones a lograr de diversos grupos conflictivos** (en nuestro caso, la amplia franja social de los niños desnutridos de hoy y su entorno familiar y afectivo), ya que tal posibilidad de expresión (y de la consecuente satisfacción de necesidades básicas) es un primer paso hacia la detención de la posibilidad de escalada de un conflicto, que en el caso que nos ocupa, será por reacción ante los efectos de la descapitalización del capital humano

en sensibilidad y solidaridad social ante los niños desnutridos de hoy, por su persistente indiferencia, que también se manifiesta ante los niños, adolescentes y jóvenes deteriorados física y psíquicamente por los efectos devastadores de la droga.

- Si logramos **cambiar el paradigma del análisis costo-beneficio**, por el **paradigma del cálculo de interdependencia** en donde los actores en conflicto, para tratar de prevenirlos, deben evaluar y ponderar los intereses de cada elemento (actor) del sistema social para dar continuidad a una relación que, si bien puede ser de cooperación o de competencia, es prototipo de interdependencia. Para ello, deben asumirse “compromisos”, **DARNOS CUENTA y DEJAR DE SER INDIFERENTES**.

En cualquiera de los casos, debe tenerse en cuenta que ni las decisiones de los jueces ni los arbitrajes lograrán que las interacciones sean menos conflictivas.

En el mejor de los pronósticos, podemos esperar que en ciertas áreas la escalada se detenga o atenúe antes de desembocar en el uso directo de la fuerza legítima.

Pero no hay juez ni árbitro que pueda brindar ayuda alguna en el amplio espectro de los conflictos que se generan entre pretensiones incompatibles, pero igualmente legítimas y permitidas.

No es necesario reafirmar la importancia de la Prospectiva y el análisis de los comportamientos pasados y actuales de los actores involucrados para “levantar” el inventario de tendencias (con sus continuidades y discontinuidades) y construir escenarios de futuro de cada actor, para ver cómo interactúan en esos escenarios sus respectivos intereses, identificar si se configuran las denominadas “tríadas o coaliciones”, e interpretar y alertar tempranamente ante las “señales de peligro” o riesgos que en cada caso se detecten.

Volviendo a la “Teoría de Conflictos” de Entelman, si bien el autor, específicamente indica que en ese texto y contexto no trata ni desarrolla la Prevención de Conflicto, sí provee los elementos de análisis para la Prevención de Conflictos, tanto en el desarrollo de la **estática del Conflicto** como cuando, en la segunda parte del libro, enuncia la **dinámica del Conflicto**.

Estos elementos se “montan” en “sistemas interactivos” y, si se tiene un Sistema Interactivo del Conflicto, se remite a la Administración y Solución del Conflicto como sistema clásico.

Mediante la Prospectiva, podemos (y debemos) construir escenarios de futuro deseables, para anticiparnos al conflicto, y de esa manera anularlo antes que ocurra (Prevención) o incurrir en alguna de las dos categorías mencionadas (Administración y Solución).

Si ocurren, se los controla y se evita que escalen, pero en ambos casos deben tenerse en cuenta los Impactos de Transformación, considerando los Indicios de Preconfiguración y la articulación de los sistemas de Alerta Temprana, acciones y efectos que sólo son posibles con las técnicas y herramientas que proporciona el análisis sistémico y el método de la Prospectiva, ya que permiten construir los Mapas de Riesgo y los Mapas de Oportunidad, que son el origen y base cierta de la Prevención de Conflictos, y la técnica prospectiva que permite obtenerlos, es la **Técnica CEyR** cuya autoría es del magíster Eduardo Balbi, director general de la Red EyE–Escenarios y Estrategias.

La teoría y su enunciación son magníficas, pero a los niños desnutridos los tenemos presentes desde hace mucho tiempo. Son y serán excluidos funcionales que, por no haber completado sus interconexiones neuronales en el tiempo y forma esperable (de 0 a 5 años y con adecuada alimentación), y serán incapaces de competir en cualquier actividad del quehacer social.

La indiferencia ha provocado perniciosos efectos en la descapitalización del Capital Humano en cuanto a sensibilidad y solidaridad social ante los niños desnutridos de hoy, que serán los excluidos funcionales del futuro a 15 ó 20 años vista.

¿Le sumamos los niños, adolescentes y jóvenes destruidos física y psíquicamente por los efectos devastadores de la droga en cualquiera de sus manifestaciones?

#### LA FOCALIZACIÓN

Habíamos enunciado al inicio de este ensayo, que nuestra focalización del tema estaría orientada a los impactos de transformación social que la desnutrición infantil de hoy tendrá en un horizonte temporal a 15 ó 20 años.

Aquí los señalamos y enunciamos, pero el listado no se agota en sí mismo. Son sólo cuestiones que, gobernantes y sociedad, que integramos ese capital social “descapitalizado” por indiferencia, deberíamos responder **comprometiéndonos en su urgente solución:**

- ¿Por qué se ha producido el marcado incremento de magnitud y evolución de la pobreza, el hambre y las desigualdades de género?
- ¿Por qué este incesante aumento de magnitud y evolución de la subnutrición y la desnutrición infantil en 24 países de América Latina y el Caribe?
- ¿Por qué persiste el incremento de la pobreza e indigencia?
- ¿Cuáles son las razones para que la superación de la pobreza sea, para nuestros gobiernos, impracticable?

- ¿Qué finalidades perversas se persiguen con la ínfima magnitud del gasto público social por habitante en relación con el producto interno bruto?
- ¿Qué han hecho los gobiernos y qué hemos hecho los ciudadanos ante la reducción del crecimiento económico en la región?
- ¿Por qué la escasa o nula prioridad que los gobiernos le asignan a los gastos destinados a "capital humano" (educación, salud y seguridad)?
- ¿Por qué razones se ha producido y se produce una afectación incremental de la pobreza sobre las mujeres más que sobre los hombres?
- ¿Quién ha cuestionado la evidencia que la mayoría de indigentes son mujeres jefas de hogar?
- ¿Por qué persiste la falta de valoración del trabajo doméstico no remunerado, sin reconocimiento social?
- ¿Cuáles son las razones por las que las mujeres son víctimas del desempleo, la discriminación salarial y la escasez de tiempo?
- ¿Por qué hay tanta heterogeneidad en lo referente a edad mínima legal para trabajar, salario mínimo, formas de contratación, y derechos a sindicalización y huelga?
- ¿Por qué son tan escasas e ineficaces las políticas que rigen el mercado de trabajo, tanto pasivas como activas, y destinadas fundamentalmente a solucionar los agudos problemas de desempleo, baja calidad del empleo y subempleo?
- ¿Qué argumentan los gobiernos de Latinoamérica ante los compromisos incumplidos de la agenda social internacional?
- ¿Por qué tenemos niños desnutridos en una proporción tan alarmante?
- ¿Por qué seguimos siendo indiferentes ante este problema evidente y con impactos de transformación irreversibles a futuro?
- ¿Por qué nuestros gobiernos no articulan políticas para atraer inversiones productivas de generación de empleo digno y genuino para disminuir la brecha entre ricos y pobres y entre incluidos en el sistema y asistémicos funcionales?
- ¿Por qué no se quiere que nuestros pueblos sean educados, para que se inserten en el mercado laboral y se capaciten productivamente?
- ¿Por qué no se normalizan y recomponen los sistemas de servicios sociales?
- ¿Por qué persiste y se incrementa el paternalismo estatal discrecional para algunos sectores prebendarios, generando asimetrías sociales cada vez más profundas?

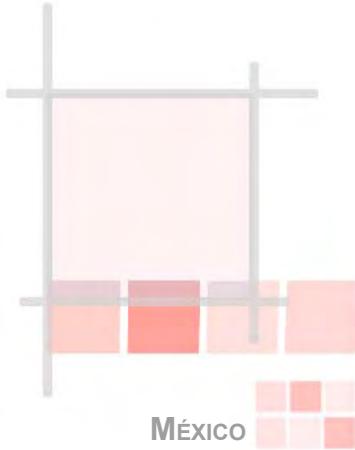
- ¿Qué deberíamos hacer, gobiernos y sociedad, para reducir la actual persistencia de la intolerancia social de quienes son incapaces de competir en igualdad de condiciones en lo laboral o en lo educativo?
- ¿Por qué a través de publicidad oficial otorgada prebendariamente a ciertos medios de comunicación, los gobiernos persisten en buscar, como contraprestación, la manipulación de la información pública (o publicada)?
- ¿Por que no se alienta la radicación o reapertura de fuentes productivas estableciendo reglas de juego claras y permanentes (seguridad jurídica)?
- ¿Qué razones valederas pueden darse ante la insatisfacción incremental de las necesidades básicas?
- ¿Por qué no se recompone la seguridad jurídica?
- ¿Por qué persiste la falta de transparencia de los actos públicos y privados?

¿Cuál es el grado de “**compromiso**” (al estilo del cuento de la gallina y el chancho que hicimos previamente) que el **capital humano** está dispuesto a asumir para recapitalizarse en su sensibilidad y solidaridad social y dejar de ser indiferente?

La respuesta es incierta, y como tal, de manera preocupante por el alto riesgo que implica, pareciera ser que en todos los ámbitos del quehacer nacional, público y privado, de nuestros países de Latinoamérica, se cumplirá la sentencia de Stephen Covey que dice: “Si seguimos haciendo lo que estamos haciendo, seguiremos consiguiendo lo que estamos consiguiendo...” y “lo que estamos haciendo” es bastante poco, por cierto...







## APROXIMACIÓN FILOSÓFICA

El educacionismo como síntoma psicológico  
de la Seguridad Humana

**Régulo León-Arteta**

[oluger@yahoo.com.mx](mailto:oluger@yahoo.com.mx)

**Abstract.** *Aunque existen documentos sobre la importancia de los sentimientos entre nuestros ancestros, pero culturalmente estamos divorciados de ellos. Un pilar importante ha sido la educación, y en ese contexto es donde es fácil observar sus contradicciones. Patologías como el “síndrome de pasividad”, mecanismos de resistencia pueden fácilmente englobarse en un síndrome cultural llamado narcisismo, sinónimo del culto fanático a la autoimagen. Esta sacralización conlleva el sacrificio de valores humanos como la dignidad, la honradez y la espontaneidad, así como de la manifestación libre de los sentimientos y, por ende, de la salud humana y el ambiente que la sostiene.*

**Palabras clave:** alumnos, educacionismo, escuela, psicología, narcisismo, maestros, mercancías, pasividad, sentimientos.

Es la cultura griega cuna de la civilización universal, según los eurocéntricos, herederos ingratos de las asiáticas (Colli, 1983, p. 20) y africanas. En este último caso basta con recordar que el alfabeto griego se debe a Cadmo un fenicio, de cuyo nombre se deriva el término academia. Por ejemplo el “logos” griego proviene del sánscrito *loka* que significa universo. Además, se sospecha que el llamado teorema de Pitágoras es de origen egipcio, sobre todo por el dominio que de la geometría manifestaron en sus construcciones los egipcios.

Con todo ello, para Plinio, según Colli (1983, p. 33), en los misterios de Eleusis se enunciaba: “Bendito aquél que, después de haber visto eso, entra bajo la tierra: conoce el fin de la vida y conoce el principio dado por Zeus”. Dicho misticismo e identificación con la naturaleza, contrasta con los hechos de su héroe antiguo mas exaltado, Ulises. Así, Odiseo se caracterizó por su habilidad técnica, destreza, astucia (Colli, 1983 p.15) en la epopeya de la limpieza del honor, que disfrazó a una cruenta lucha por el tráfico de mercaderías. De igual manera, las guerras y conflictos posteriores sólo son una continuación de aquella, con todo y su propio disfraz histórico. Una de cuyas manifestaciones es el término “recursos humanos”, que es sólo la cosificación y mercantilización que generalmente hacemos de nuestros congéneres. Y hasta aquí la revisitación de la primera de nuestras tres raíces, la occidental.

Por lo que hace a la segunda, desde la más remota antigüedad los pueblos precortesianos daban un valor fundamental a los sentimientos. Así lo demuestra un texto del Popol Vuh:

*Cuando los dioses llegaron al lugar donde estaban depositadas las tinieblas, hablaron entre sí, manifestaron sus **sentimientos** y se pusieron de acuerdo sobre lo que deberían hacer. Pensaron en cómo harían brotar la luz, la cual recibiría alimento de la eternidad (Abreu, 1983, p. 20).*

Es obvio que la función del Popol Vuh era educativa y la pervivencia del animal humano está íntimamente relacionada a esta actividad. Por su parte, la enseñanza entre los aztecas, tenía como objetivo fundamental formar la personalidad del individuo y la expresaban como *in ixtli, in yollotl*, que se traduce como “alcanzar el rostro y el corazón”. Consideraban que quien no tuviera fundamentos carecía de rostro y quien no tuviera el corazón en movimiento nada podía hacer o lograr. En otras palabras, los estudiantes deberían poner en todas las cosas que hicieran no sólo el dominio de la técnica, sino además el *sentimiento*, o sea el corazón (Díaz, 1982, p. 39).

Desde los albores de México como nación independiente a la fecha, el educacionismo en diversos grados ha sido una de las preocupaciones primordiales de las autoridades educativas (Pérez, 1981, pp. 34-35).

Sobre todo con el presidente Adolfo López Mateos, quien además promovió la improvisación. Pero fue durante el gobierno de Luis Echeverría, quien le da un gran impulso al “escuelismo”. Desde su campaña afirmó: “*Hagamos escuelas, lo demás vendrá por añadidura*”, con lo que aportó el ideal más pintoresco del escolismo (Pérez, 1981, p.48). El llamado educacionismo es propiamente escolismo, porque a la escuela se le ha calificado como el templo del saber y como el único lugar válido para educar. Ello a pesar de algunos intentos de promover el autodidactismo (Cosnet-SEP, 1994, p.40).

En el contexto latinoamericano, una entidad religiosa como es la Compañía de Jesús (1996, p. 79-82) acepta que el neoliberalismo ha significado la reducción de la inflación, pero a un alto costo social, como es el aumento del desempleo, expansión del narcotráfico y aumento de la criminalidad. Dado que exacerba el individualismo, la carrera eterna del ganar y poseer desata la codicia, la corrupción, desconoce la virtud de la solidaridad y sólo acepta las leyes del mercado.

Enfatizan además que es necesario un gran esfuerzo intelectual para conocer el liberalismo y sus efectos en el ser humano. Consideran que “es necesario incorporar en el trabajo educativo, que hacemos con muchos otros, el orden de valores necesarios para formar personas, capaces de preservar la primacía del ser humano en el mundo que compartimos”.

A pesar de ello, esta Compañía considera que debemos de “dar a los alumnos la preparación para entender y trabajar en la transformación de esta realidad”.

En cambio, una reflexión dentro del materialismo dialéctico es:

*Somos nosotros mismos quienes hacemos nuestra historia, pero la hacemos, en primer lugar, con arreglo a premisas y condiciones muy concretas. Entre ellas, son las condiciones económicas las que deciden en primera instancia. Pero también desempeñan su papel aunque no decisivo las condiciones políticas y hasta la tradición, que merodea como un duende en la cabeza de los hombres.* (Marx y Engels, 1976, p 31)

En este sentido resulta importante la experiencia de “un entusiasta joven del Servicio de Extensión Agrícola de una Universidad, que visitaba las granjas agrícolas con el propósito de vender un nuevo manual sobre conservación del suelo y nuevas técnicas agrícolas. Entabló conversación con el viejo granjero que estaba trabajando en el campo con una herrumbrosa grada. Después de pronunciar un cortés y brillante discursito, el joven le preguntó al granjero si le interesaba adquirir el libro, a lo cual contestó el anciano: “Hijo mío, no trabajo la tierra ni la mitad de bien de lo que ya sé hacerlo”.

Esta experiencia la concluye Harris (1983), “¿por qué la gente no vive ni la mitad de bien de lo que sabe cómo debiera vivir?” Ésta resume inquietudes obvias, cuando menos una particular para los involucrados en el cuidado de los suelos y con ello, el cuidado del ambiente.

En *La tierra que perdemos*, Eckholm asienta que: existe una separación rígida entre las profesiones, inclusive entre los especialistas de una misma profesión, ‘divididas’ en compartimentos estanco en el mundo académico y en las dependencias gubernamentales”. Basta leer los análisis realizados por economistas, técnicos en reforestación, ingenieros, agrónomos y ecólogos, para advertir cuan difícil es concebir que todos hayan tratado de decir lo mismo acerca de un mismo país. Las medidas que adoptan los expertos muchas veces muestran la misma falta de comprensión mutua y la total ausencia de integración.

Así, muchos olvidan que están frente a un círculo, no un cuadrado, de modo que el problema no ofrece lados contrapuestos.

A esta altura de la evolución humana, la alternativa consiste en introducirse en ese laberinto simultáneamente por todos los puntos de la circunferencia, para emprender después un esfuerzo aunado común, tendente a convertir en positiva la cadena negativa de las reacciones inevitables, finaliza Eckholm.

Al mismo tiempo, muchos autores, entre ellos varios psicoanalistas, revisados por Lowen (1987, p.21) y para él mismo, coinciden en que vivimos en una sociedad narcisista, y en la educación tenemos sólo una de sus manifestaciones.

Ello contrasta con nuestra sociedad moderna, respecto a la cual Deming, en 1990, en la cubierta de la portada de *La Quinta Disciplina*, asentó:

*La gente nace con una motivación intrínseca, autoestima, dignidad, curiosidad y alegría de aprender. Las fuerzas de la destrucción empiezan —cuando menos— en la temprana infancia... hasta la universidad”.*  
(Senge, 1990)

#### MARCO POLÍTICO

Aunque el artículo 3º de la Constitución es la norma de la educación nacional en México, conviene analizar aunque sea de forma somera a su antecesor numérico, el artículo 1º, ya que expresamente define las relaciones del detentador del poder político con los demás ciudadanos. Será por eso que al enunciarse que las garantías individuales son “otorgadas” por la Constitución, los cuales pueden ser “restringidas o suspenderse”, por esta característica es clasificada eufemísticamente como rígida, aunque más específicamente es autoritaria.

Por otra parte al no existir una figura jurídica real depositaria de la Constitución que pueda imponer su respeto (Valencia, 1987, p. 26), la llamada Carta Magna ha sufrido abusos, mutilaciones y hasta ultrajes, fruto del presidencialismo de origen norteamericano, pero influido por las historias española y mexicana (Valencia, 1987, pp.153-54). Este marco legal definitivamente ha influido en todas las actividades del pueblo de México y entre ellas la educación.

Los sindicatos magisteriales, como los de otros gremios, son mecanismos de control de masas o cotos de poder, lo cual limita su capacidad de comunicación transparente entre los docentes y el ejecutivo (Pérez, 1981, pp. 52-54). Eso puede ayudar a entender la dificultad de la práctica de la democracia en el quehacer cotidiano educativo, como ha sido documentado recientemente en Bolivia (Mc Farren, 1998, pp. 248-249).

Al mismo tiempo para las organizaciones internacionales, como la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (1997, p. 239), desde la formación de los docentes existe una dispersión y falta de coordinación. Además, la federación debe convertirse en un director de orquesta, que no se preocupe por los detalles, pero en el artículo 3º de la Constitución Federal el Ejecutivo Federal, delimita que dentro de su coto de poder se encuentran la educación básica y normal, y lo reafirma en la Ley General de Educación.

Es obvio que nos hemos divorciado de nuestros valores precortesianos. A pesar de que la realidad cotidiana es cambiante y es casi *vox populi* que lo único permanente es el cambio. Pero O'Connor y Mc Dermott (1998, p. 41) manifiestan que los sistemas políticos son sistemas muy complejos. Enfatizan que adicionalmente a la resistencia que el mismo sistema ofrece a los cambios, sus integrantes también la ofrecen, porque significa que ellos tienen que cambiar. Dicha resistencia además de comprensible es inevitable, como se puede comprobar en cualquier análisis histórico, de aspectos como la educación en países como México.

Por otra parte aún en países como Inglaterra, O'Connor y Seymour. (1996, p. 20) afirman que siempre ha existido un retraso entre las necesidades sociales y los objetivos de los planes y programas de estudio. Entre otras causas porque la educación es remolcada por las innovaciones y la elaboración de los programas se lleva varios años y otros tantos el complementarlos. Su propuesta para introducir el pensamiento sistémico en la educación, es un apoyo sobre el aprendizaje grupal o empresarial, (Senge, 1990, p.21).

#### EL DRAMA EDUCATIVO

En el Programa para la Modernización Educativa 1989-1994 se reconoce que en la enseñanza, sigue imperando el método tradicional. Pero además, esta situación es confirmada cotidianamente mediante el teoricismo y el verbalismo, fundamentados exclusivamente en sus elementos: el libro de texto y la técnica expositiva; contradictoriamente se le acusa a este

binomio de haber generado “alumnos pasivos, sin creatividad y desinteresados por la educación” (DGTI-SEP, 1990, p. 2), pero no ha habido cambios sustanciales. Donde entre otras contradicciones, el alumno es avasallado por un número excesivo de horas clase, (ANUIES, 1986, pp. 53-79-81). Tal parece que las chifladuras de la escuela del Papagayo de Tagore necesitan más repeticiones para ser, científicamente reconocidas. Dicha conducta ha tenido su origen cuando menos desde el jardín de niños y la primaria, (Jackson, 1968, p 21) (Paradise, 1979, p 68-73) (White, pp. 121-126) y ha sido reforzada conductualmente en el resto del sistema educativo.

Esta pudiera ser una de las causas más importantes de las llamadas conductas pasivas en la educación, aunque la pasividad es consecuencia de una dependencia no resuelta desde épocas prístinas del individuo, cuyo mecanismo es la devaluación y la justificación con grandiosidad o distorsión de la realidad, también son unos de los síntomas del narcisismo (Lowen, 1987, p. 9 y 10). Estos dos factores pueden tener consecuencias tan graves como la esquizofrenia (Schiff, 1975, p 10).

Aunque la dependencia o simbiosis ocurre en forma natural en la infancia, ésta debe ser trascendida para que el individuo sea espontáneo, consciente y ser capaz de intimar, en otras palabras ser una persona sana. La simbiosis está relacionada con otras patologías consideradas por el Análisis Transaccional, que pueden auxiliar a entender otras conductas (Berne, 1974, p. 184).

Todas estas patologías pueden englobarse en el síndrome del narcisismo, que para Lowen (1983, p.9) es una condición cultural. Así, se caracteriza por:

*La pérdida de valores humanos, en el interés por el ambiente, por su propia calidad de vida, por el próximo. Una sociedad que sacrifica el entorno natural en aras de la ganancia y del poder pone de manifiesto su insensibilidad a las necesidades humanas...*

*Cuando la riqueza ocupa una posición superior a la de la sabiduría, cuando se admira más la notoriedad que la dignidad, cuando el éxito es mas importante que el respeto a sí mismo, la cultura sobrevalora la “imagen” y debe considerarse narcisista. Ésta manifiesta una irrealidad tanto del individuo como de su cultura. Inclusive la casi actual pandemia depresiva, manifestada como “un vacío interno” o falta de “respuesta afectiva”, son indicadores de narcisismo. (Lowen, 1982, p. 10)*

Por otra parte, las conductas pasivas observadas por los alumnos en las escuelas, son contrarias a la conducta reactiva natural de muchos seres, sobre todo los vivos, así tenemos el no hacer nada, sobreadaptarse, agitarse, incapacitarse o llegar a la violencia. Mientras que

la devaluación se manifiesta minimizando o descartando la existencia del problema, como sucede a menudo con los funcionarios y algunos maestros. Otras conductas se dan al desestimar la importancia del problema, las posibilidades de encontrar soluciones y la capacidad de las personas para lograrlo. Esta gradación de la devaluación puede ayudarnos a calificar su magnitud y su detección al utilizarla junto con la identificación de las conductas pasivas nos pone en el camino de resolverlas. (Schiff, 1975, p. 10)

*Resumen de un caso (Pelaez, 2001, pp 69-88)*

El ausentismo de los docentes fue uno de los cuatro problemas más importantes para los representantes de cada Centro educativo (CBTIS) en una reunión a nivel estatal.

En una encuesta a los alumnos de un CBTIS, al preguntarles sobre la puntualidad de asistencia de los maestros a clases. Para una mayoría relativa de alumnos, quizá por considerar al ausentismo como parte de lo cotidiano, la calificó de regular. Dicha respuesta fue seguida de otra quizá exagerada, donde los alumnos manifestaron que ésta es puntual y regular.

Respecto al dominio de los temas por los maestros, una gran mayoría de los escolares afirmó a su vez que muchos de sus maestros poseían un conocimiento aceptable de su materia. Para algunos en forma exagerada, la consideraron como excelente. Ambas respuestas podemos considerarlas, como conductas pasivas y síntomas de sobreadaptación, indicador del síndrome de pasividad. (Schiff, 1975, p. 10)

Encuesta con preguntas abiertas al personal.

Hasta la actualidad sigue vigente el discurso (Durkheim, 1976, pp 28, 35 y 43), sobre la educación donde “toda educación consiste en un esfuerzo permanente por imponer en los niños modos de ver, de sentir y de actuar, a los que no habrían llegado espontáneamente” o en forma más concreta, “el fin de la educación es crear el ser social”, que podemos etiquetar dentro del “deber ser” que inconscientemente realiza el docente en su discurso cotidiano.

Desconociendo quizá reflexiones de Kant, como “La ley del deber no puede hacerse obedecer sin humillar nuestra sensibilidad individual”, o bien del mismo Durkheim que “para pensar es necesario ser”, lo cual significa la necesidad de que los docentes tengan conciencia que están manejando el “deber ser” y de alguna manera ponerse límites, de lo contrario estaríamos en los linderos del neurótico. Quizá convendría reflexionar sobre un poema donde se define (Perls, 1969) al neurótico:

*Neurótico es todo hombre  
que usa su potencial para  
manipular a los demás*

*en vez de crecer él mismo.  
Usurpa el control, se enloquece por el poder  
y moviliza a amigos y parientes  
en lugares donde él es impotente  
para usar sus propios recursos.  
Lo hace así porque no puede resistir  
las tensiones y frustraciones  
que acompañan al crecimiento.  
Arriesgarse es arriesgado,  
demasiado para pensarlo.*

Al preguntarle a los docentes su opinión sobre la educación en esta escuela, también fue significativa la *falta de* algo e inclusive la mas obvia es el “deber ser” en muy diversas formas. En el discurso de los maestros resaltó en forma significativa la mayor presencia de la palabra *maestro* y sus equivalentes, y en menor proporción a la de *los alumnos*, y al inquirirlos sobre la relación maestro alumno resalta el deber ser, aunque algunos manifestaron un largo silencio. Mismo que refleja una realidad cotidiana en la toma de decisiones en particular de los docentes, de las autoridades del plantel y del sistema educativo en general.

Por su parte Ortega y Gasset (1985, pp. 11, 10 y 20), considera que el hombre acostumbrado a luchar con el exterior, cuando llega a realizar una introspección, se le nubla la vista y padece vértigo, porque “la vida humana es eminentemente una vida psicológica”. Además, cuando se interrumpe el flujo vital de los sujetos, la cultura se seca y se bizantiniza. Esto sucede debido a que la cultura se ha contrapuesto a la subjetividad que la engendró y hasta se ufana de ser objetiva. Porque, dice Reichenbach en la *Filosofía de la Ciencia*, (1951/1975, p. 65) “lo que hace a la vida digna de ser vivida es la pasión”.

Al mismo tiempo la palabra escuela y sus equivalentes aparecen muy poco al hablar de este concepto, lo cual pudiera significar una falta de identificación con su plantel y de la particularización de sus características, como lo indica la costumbre oficial de identificarlo simplemente con un número. Inclusive dicho número sólo fue mencionado tres veces entre todas las entrevistas. Si consideramos que para el psicoanálisis el olvido es un mecanismo de resistencia para no recordar hechos o personas desagradables y por lo tanto merece mas consideración de la que hasta ahora ha tenido. El mecanismo de resistencia se manifiesta en varias formas de represión, como en este caso es el olvido, que entre otras características tiene la de ser obligadamente inconsciente (Freud, 1993, p 65).

Resumiendo el concepto de Seguridad Humana, indudablemente que permite esa urgente aproximación simultánea, desde las diferentes concepciones de la realidad y entre ellas nuestra psicología y filosofía personales, sirviendo como referente la terca realidad.

Una propuesta: compromiso personal y rescate del diálogo.

Dentro de lo que ya es historia en el aspecto educativo sobresale la recuperación de las y los estudiantes como personas con sus singularidades. La manera de articulación y despliegue de “sus características de género, edad, sus representaciones y posiciones en el aula y sus sentimientos”. Por ello se realizó un estudio con estudiantes de un bachillerato considerado de excelencia y donde las mujeres y los varones, en las dinámicas y las entrevistas, analizaron las contradicciones, los conflictos y desequilibrios, tanto en el plano cognoscitivo como en el afectivo escolar que vivían.

Los alumnos concluyeron que lo aprendido, realmente valadero, “no necesariamente viene en lo que los libros o en lo que los maestros enseñan, sino de los vínculos con los compañeros y las compañeras, con los maestros, con las crisis y los sustos, y del compromisos que tenemos con nuestras relaciones” (Delgado, 1996, pp. 41-61). Lo cual de alguna manera coincide en parte con la recomendación de la UNESCO (CEPAL, 1992, p.1), sobre la importancia cuando menos de la relación maestro-alumno y de alguna manera contradice la eficiencia e importancia del actual todo poderoso currículo escolar, más aún cuando se encuadra en la taxonomía de objetivos (Bloom, 1981).

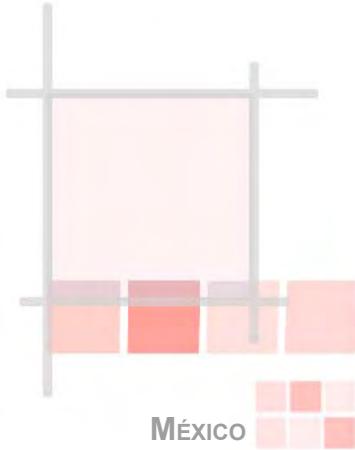
En forma más amplia aunque parezca contradictorio, se necesita primero del compromiso personal, ya que la creatividad indispensable para la búsqueda de soluciones, es una consecuencia del mismo, todo ello junto con el rescate del “diálogo”, (Senge, 1997, p. 19).

#### LISTA DE REFERENCIAS

1. **ABREU G. E.**, 1983, *Popol Vuh*. Antiguas Leyendas del Quiche. (Versión y prólogo) Colección “Los esenciales”. Editorial Oasis, México.
2. **ANUIES**, 1986. *Programa integral para el desarrollo de la Educación superior*. PROIDES, México.
3. **BERNE, E.**, 1974 *Games People play*. Editorial Grove Press, New York.
4. **BLOOM, B.**, y colaboradores, 1981, *Taxonomía de los objetivos de la educación. Taxonomy of educational objectives, the classification of educational goals*.
5. **CEPAL**, 1992, *Educación y conocimiento eje de la transformación productiva con equidad*. Comisión Económica para América Latina y el Caribe. Oficina regional de educación para América Latina y el Caribe de la UNESCO. Nueva York.
6. **COLLI, G.**, 1983. *El nacimiento de la Filosofía*. Fábula, Tusquets Editores. Barcelona España.
7. **COMPAÑÍA DE JESÚS**, 1996, *Carta de los provinciales latinoamericanos de la Compañía de Jesús*.
8. El neoliberalismo en América Latina. En *Revista latinoamericana de Estudios educativos*, XXVI: 61-65.
9. **COSNET-SEP**, 1994, *Evaluación de la educación tecnológica*. Vol. II Evaluación institucional del nivel medio superior de la educación tecnológica. Tomo 4. Informe de resultados, 1992-1993. México.
10. **DGTI-SEP**, 1990, *Programa para la modernización educativa 1989-1994*. México.

11. DELGADO, B, G., 1996, *La expresión escolar: mas allá de lo instituido*. México, XXIV(4).
12. DIAZ., I., F., 1982, *La educación entre los Azteca*. Panorama Editorial, México.
13. DURKHEIM, E., 1976, *La educación como socialización*. Editorial Sígueme, Salamanca.
14. ECKHOLM, E.P., 1977, *La tierra que perdemos*. Editorial Tres Tiempos, Buenos Aires, Argentina.
15. FREUD, S., 1993, "La represión", en *Textos fundamentales del psicoanálisis*. Editorial Altaya, Barcelona.
16. HARRIS, T., 1983, *Yo estoy bien, tú estás bien*. Ediciones Grijalbo. México.
17. JACKSON, P. W., 1975, *La vida en las aulas*. Ediciones Marova, Madrid.
18. LOWEN A., 1968, *Narcisismo o la negación del yo*. Trad. Editorial Pax, 1987, México.
19. MARX C.Y ENGELS F., 1976. *Obras escogidas I* Editorial Progreso, Moscú.
20. Mc FARREN, C., 1998, *Narcissim: "I'm OK, you're not"*. *Transaccional Analysis Journal*. 28, 244-249.
21. O'CONNOR, J E Mc DERMONT, J. I., 1998, *Introducción al pensamiento sistémico*. Editorial Urano, Barcelona.
22. O'CONNOR, J. Y SEYMOUR J., 1996. *PNL para formadores*. Editorial Urano, Barcelona.
23. ORTEGA Y GASSET, JOSÉ, 1985, *El tema de nuestro tiempo; La rebelión de las masas*. Colección Sepan cuántos, editorial Porrúa, México.
24. PARADISE, R., 1979, "Socialización para el trabajo: la interacción maestros alumnos en la escuela primaria". En *Cuadernos de investigaciones educativas* No. 5., Departamento de investigaciones educativas. CINESTAV del I.P.N. México. D. F.
25. PELÁEZ C., M. A., 2001, *Una aproximación a la enseñanza- aprendizaje en el CBTIS 190*. Tesis de Maestría en Ciencias de la Educación. Instituto de Estudios Universitarios. A. C. Chetumal Q. R. Inédita.
26. PÉREZ, R., M., 1981, " *Educación y desarrollo, la ideología educativa del Estado Mexicano*", en Domínguez, T. (Comp.) *Políticas de Educación Superior. Especialidad en Docencia, Antología Inst. Inv. Humanísticas*. Universidad Veracruzana. Xalapa Ver.
27. PERLS, F.S., 1969, *In and out the garbage pail*, Real people pres, EUA
28. REICHENBACH H., 1975, *La filosofía científica*. Editorial Fondo de Cultura Económica. México.
29. SCHIFF, J.L., 1975, *Cathesis, Reader*, New York.
30. SENGE, P., 1990, *La quinta disciplina*. Editorial Juan Granica, Barcelona.
31. VALENCIA C. S., 1987, *Manual de derecho constitucional general y comparado*. Colección Estudios Jurídicos y Políticos. Universidad Veracruzana, Xalapa Ver.
32. WHITE, T., 1998, *Transference, attachment. and the transaccional symbiosis*. *Transaccional Analysis Journal*. 28: 121-126.





# CAPITAL EMOCIONAL, UNA VISIÓN SOCIAL

Análisis de conceptos y recuento de teorías

**Susana Chavarría Amaya**

[unamsusy@yahoo.com](mailto:unamsusy@yahoo.com)

**Abstract:** *Un extenso recorrido sobre el concepto de las emociones, desde la época pre-socrática hasta nuestros días. Teorías, escuelas y perspectivas analizadas por la autora para plantear la importancia de las emociones en la vida toda del individuo.*

**Palabras clave:** capital emocional, pensamiento creador, inteligencia emocional, emoción, cognición, inteligencia, inteligencia emocional y social, instrumento de medición.

Al Licenciado Horacio Martínez  
Jefe Delegacional en Iztapalapa  
Gracias por su confianza

La doctora Guillermina Baena Paz, en uno de sus textos nos explica que la madre, la pareja, los padres, los hijos, *todos* hemos aprendido a amar. El amor, nos dice, es algo que existe y que no se puede probar científicamente porque no sale en ninguna prueba de laboratorio, sin embargo, se puede sentir. Las emociones (como algún deporte, encontrarse con alguien, dar un abrazo, sentir agrado por alguien, enamorarse de alguien, etcétera) se sienten, se vibran.

¿Por qué este cúmulo de sensaciones y sentimientos se habían dejado fuera de la indagación científica?, ¿sólo porque la noción de ciencias no alcanzaba para abarcarlos?, ¿o es problema de nuestra definición de ciencia?

La doctora Baena concluye que en los inicios de este siglo se da una confluencia muy interesante porque parte de manera independiente de varias disciplinas: la psicología empieza a manejar la inteligencia emocional y luego la administración de empresas, los economistas empiezan a hablar de la economía del cariño con un alto potencial económico, los políticos y administradores públicos empiezan a hablar del tema de la felicidad como política pública.

Por el lado de la comunicación se estudia la teoría estratégica con una nueva visión, como su lado humano, desde las emociones. Los filósofos hablan del pensador sintiente, como el equilibrio entre la razón y la pasión (Baena, 2006).

Daniel Goleman, después de años de análisis concluye que la inteligencia emocional nos permite tomar conciencia de nuestras emociones, comprender los sentimientos de los demás, tolerar las pasiones y frustraciones que soportamos en la vida diaria, incrementar nuestra capacidad de empatía y nuestras habilidades sociales y aumentar nuestro desarrollo social (Goleman, 2003). Desde este punto de vista, la inteligencia emocional se puede aprender.

Hay quienes nos dicen por ejemplo, que un mundo feliz, un mundo color de rosa, no hay que esperarlo, pero un cambio de mentalidad para mejorar la existencia de la humanidad es posible.

En la Universidad de Lima, Perú, están interesados en mejorar las condiciones de vida de las mayorías y dedican una parte importante de sus investigaciones al análisis de los acontecimientos que afectan al ser humano, al mundo (Gabel, 2005).

## EL PENSAMIENTO CREADOR DE UNA NUEVA REALIDAD

Algunos investigadores profundizan filosóficamente para encontrar caminos que convezan a todas las culturas, a fin de modificar la forma de actuar y no destruir la vida, el planeta y la parte del cosmos en que habitamos.

Tomemos como punto de referencia el Medio Oriente, pues por el momento es el epicentro del mundo, donde el desarrollo humano está impedido por la violencia, el fundamentalismo, el armamentismo y la guerra. No basta con reconocer y conocer que las religiones del mundo, cada cultura y civilización tienen una base común que comparten, como podría ser el anhelo humano de ser reconocidos y tratados humanamente, y que pudiera dar origen a una ética mundial que podamos compartir.

Para lograr algo tan importante para la humanidad como sería un nuevo comportamiento de las personas, primeramente tendríamos que reconocer que por medio del pensamiento hemos creado un sinnúmero de ideologías, las cuales han dejado como resultado un mundo lleno de desigualdades, egoísmos, avaricias y falta de oportunidades para la mayoría (Editorial, 2006).

Aunque existan personas que lograron el éxito en la vida, abriéndose paso a través de las reglas implementadas para interactuar entre los humanos, no podemos olvidar que menos del uno por ciento de los seis mil quinientos millones de habitantes controla por medio del poder a todos los demás, y tendrán que ser los primeros en darse cuenta de su responsabilidad para conservar el planeta y la especie humana, reconociendo que su egoísmo podría llevarlos a la misma suerte que a todos los demás.

No se trata de una nueva teoría, sino de hacernos responsables de nosotros mismos, del otro y de nuestro entorno. Para ello, todos tendríamos que entrar en acción, haciendo de lado la posibilidad de engañarnos con ideologías llenas de entelequias que promueven la manipulación del pensamiento por medio de la mentira.

El humano debe dejar atrás los discursos políticos, económicos y religiosos que no contengan la responsabilidad necesaria para obtener verdaderos resultados que tanto requiere la gente que se ha cansado de la manipulación (Editorial 2006).

Algunos investigadores sociales y politólogos pronostican que en el transcurrir del siglo XXI habrá un “choque de civilizaciones”, es decir, habrá una visión de un futuro diferente; no un simple ideal optimista, sino una visión realista de esperanza. La filosofía, la teología y las culturas pueden evitar ese conflicto promoviendo un compás de espera para analizar las verdaderas posibilidades que tiene la humanidad para hacerse responsable de sí misma por medio del pensamiento, aceptando de antemano que el pensamiento también nos ha llevado por caminos no deseados, pero a través del mismo tenemos la posibilidad de crear una nueva realidad.

### USOS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

En este nuevo siglo se ha observado un creciente interés, tanto en el ámbito académico como en el organizacional, respecto de las características y aplicaciones de la inteligencia emocional, en donde la inteligencia emocional se utiliza en tres sentidos:

1. Se refiere a la capacidad para relacionarse con otras personas, así como a la habilidad para regular la información emocional individual.
2. Modalidad implica la organización de todos los aspectos de la personalidad que contribuyen al éxito.
3. Se utiliza para describir la habilidad para regular y manejar la información emocional.

En términos generales, la inteligencia emocional se refiere a la habilidad para percibir, entender, razonar y manejar las emociones de uno mismo y de los demás. Además, involucra la capacidad de ser consciente de las emociones y de cómo estas afectan e interactúan con las denominadas inteligencias tradicionales (Kierstead 1999).

En la actualidad, la inteligencia emocional se conceptualiza desde diversas posturas teóricas, a partir de las cuales se han generado distintas definiciones e instrumentos de medición. Entre ellas se pueden distinguir dos tendencias principales.

1. Enfatiza la efectividad psicológica y se basa en los modelos de personalidad y ajuste no cognitivos.
2. Resalta la capacidad cognitiva y se basa en los modelos de inteligencia y desempeño, que procesan y regulan la información y adaptación emocional.

Como consecuencia de los diversos modelos de inteligencia emocional, se han desarrollado diferentes herramientas y estrategias de medición y evaluación en distintos contextos y ámbitos sociales y laborales (Zeidner, 2004).

En el ámbito organizacional, el creciente interés en la inteligencia emocional y en su aplicación ha generado una serie de enfoques nuevos. Por un lado, se ha reconocido la importancia de las emociones como parte integral y real de la vida laboral y en el desarrollo del clima organizacional, a diferencia de las décadas anteriores, en las que sólo se tomaba en cuenta el coeficiente intelectual. Asimismo, hoy se busca encontrar la solución de problemas a través del manejo de las emociones del trabajador. Estas tendencias han encontrado asidero en las investigaciones que demuestran que la inteligencia emocional es un factor que influye, entre otros, en la efectividad organizacional, el liderazgo, el desarrollo de carreras y el trabajo grupal (Caruso 1999).

## CONCEPTOS TEÓRICOS: EMOCIÓN Y COGNICIÓN

La emoción y cognición son conocidos como inteligencia, son dos conceptos independientes que han logrado, a través del tiempo, una serie de fundamentos teóricos importantes. Históricamente, se consideraba que estos conceptos mantenían una relación antagónica. En la actualidad, se pretende integrar ambas nociones en un mismo concepto: la inteligencia emocional. Pero, ¿qué es la inteligencia emocional? La inteligencia emocional se define como la habilidad para reconocer, tratar y afrontar las propias emociones y las de los otros. Para poder entender mejor la inteligencia emocional partamos del concepto de las nociones de inteligencia y emoción (Torradadella, 2003).

### LA EMOCIÓN

Etimológicamente, la palabra emoción proviene del latín *motere* y significa estar en movimiento o moverse; es decir la emoción es el catalizador que impulsa a la acción. Históricamente, emoción se ha relacionado con los campos de la psicología, psicodinámica y sociología, desempeñando un papel fundamental en la configuración de las situaciones sociales. En la psicología contemporánea se ha puesto énfasis en la funcionalidad de las emociones, como fuente principal para la motivación y como modelador de la opinión y juicio de las personas, consideran que la función social de las emociones está siempre presente, pues el afecto es inherente al ser humano. Las emociones sirven, entonces, como la fuente más poderosa, auténtica y motivadora de energía humana. Por lo tanto se podría entender a la emoción como una respuesta mental organizada a un evento que incluye aspectos psicológicos, experienciales y cognitivos (Mayer, 2001).

La vida organizacional se encuentra, constantemente, cargada de emociones fuertes. Sin embargo, tradicionalmente, se ha considerado el lugar de trabajo como un ambiente racional, donde las emociones no tienen funciones productivas y cuya intervención sólo sesga las percepciones e interfiere con la capacidad de raciocinio y toma de decisiones. En la actualidad, aunque este enfoque ha cambiado, todavía existe un número significativo de prejuicios acerca del papel que desempeñan las emociones en la vida organizacional. Ahora, los resultados de las investigaciones han logrado el reconocimiento, por parte de los líderes industriales, de la importancia de la relación entre las emociones y los resultados laborales, específicamente su notable influencia en los comportamientos y actitudes de los trabajadores. Por estos motivos, se ha empezado a ubicar lo emocional como un componente integrado a la vida laboral, dejándose de lado la idea de que las emociones retardan o estancan a las organizaciones, sus objetivos y su efectividad. Adicionalmente, la capacidad emocional de los individuos está ganando un mayor crédito en la toma de decisiones, la negociación, la solución de problemas, la adaptación a cambios organizacionales y la construcción de relaciones laborales (Ashforth, 1995).

## LA INTELIGENCIA

Por mucho tiempo, el término de inteligencia se utilizaba para denotar únicamente la habilidad cognitiva para aprender y razonar. Aunque existen diferentes tipos de inteligencia, en términos generales este concepto implica la reunión de información y el aprendizaje y el razonamiento sobre esta información; es decir, la habilidad mental asociada con las operaciones cognitivas.

La psicología ha sido la disciplina encargada de definir y establecer las estrategias de medición de la inteligencia. De acuerdo con esta aproximación, las habilidades cognitivas son identificadas desde el modelo psicométrico, analizando factorialmente un número determinado de tareas cognitivas.

Tradicionalmente, el vocablo *cognición* ha sido usado para referirse a actividades como pensar, concebir y razonar y, en muchos casos, se le relaciona con la parte estructural de la inteligencia. Los investigadores clásicos consideraban la inteligencia como una estructura, por lo que su preocupación se centraba en la definición de sus componentes.

En los años de 1920, el factor general “g” de habilidad intelectual, elaborado por Spearman en 1904, fue considerado un modo de medir la estructura de la inteligencia. Los instrumentos de esa época buscaban obtener un índice promedio o coeficiente intelectual que reflejara el factor “g” de las personas. Sin embargo, con el paso del tiempo, se fueron desarrollando diferentes modelos de inteligencia que incluían habilidades múltiples, así como baterías diferenciales de medición.

Estas propuestas reflejan la preferencia por considerar el constructor de inteligencia desde perspectivas más amplias, que pretenden demostrar la existencia de múltiples inteligencias. Entre las primeras propuestas se encuentran: el modelo del norteamericano Thorndike en 1920, fue el primero que hizo la distinción entre tipos de inteligencia; el trabajo de Thurstones en 1938, que fue decisivo en el cambio de paradigma de “una” a “muchas” habilidades intelectuales independientes y creó una serie de instrumentos de evaluación de inteligencia; y el modelo de Wechsler en 1958, que consideró la inteligencia como un conjunto de capacidades (Sternberg, 2000).

Los modelos descritos, cuyo objetivo ha sido distinguir entre tipos de inteligencias han ampliado el campo de investigación, al dejar de lado el marco psicométrico y explorar los indicadores personales y ambientales posiblemente involucrados.

Entre los principales modelos de este tipo resaltan las propuestas de los norteamericanos Gardner, elaborados en 1993 y 1999, y Sternberg en 1996. Gardner en su último estudio en 1999, sugiere una diversidad de inteligencias: las inteligencias múltiples. Este autor conceptualizó la inteligencia como un potencial biopsicológico que reúne información que puede ser

activada en un contexto cultural específico. El aporte de Sternberg en el año 2000, se refiere al estudio de la inteligencia, amplió significativamente, la visión tradicional que se tenía sobre ella al destacar la importancia del contexto sociocultural y distinguir varios tipos de inteligencia:

- a. La inteligencia práctica que es la cotidiana y social.
- b. La creativa y la analítica que tiene que ver con lo emocional y lo cognitivo.

De este modo, a través de la evolución de los conceptos, la emoción y la inteligencia han presentado una gama de propuestas y perspectivas que incluyen los contextos ambientales, situacionales, culturales y personales (Valls, 2000).

### **INTELIGENCIA EMOCIONAL Y COMPORTAMIENTO HUMANO**

La inteligencia emocional es una de ellas y se ha configurado como resultado del desarrollo, evolución y combinación de la emoción y la inteligencia. Tal integración, así como la formación del concepto de inteligencia emocional, ha generado el reconocimiento de los aspectos psicológicos no cognitivos que intervienen en el comportamiento humano. En esta línea, los estudios han demostrado una correlación significativa entre el aspecto cognitivo y el emocional en las personas y cómo dicha relación es importante para la obtención de resultados efectivos en cualquier área de la actividad humana.

Analicemos el objeto de nuestro análisis de estudio. La inteligencia emocional es un concepto psicológico que pretende describir el papel y la importancia de las emociones en la funcionalidad intelectual.

Los psicólogos norteamericanos Clore y Ortony concluyen que las teorías psicológicas han generado una gama amplia de teorías sobre la inteligencia emocional, las cuales abarcan desde las biológico-neurológicas hasta las cognitivas. La perspectiva biológica o neurológica se centra en el estudio de los umbrales de sensibilidad y control de los estímulos emocionales; mientras que la perspectiva psicológica cognitiva busca entender el significado de los eventos emocionales. La perspectiva psicológica cognitiva presenta, a su vez, tres ramificaciones:

1. La social. Busca definir las habilidades que ayudan a entender, manejar y actuar a una persona en un contexto social, es decir, la inteligencia emocional se ubicaría dentro del ámbito interpersonal.
2. La de personalidad. Aquí se pretende comprender la influencia de las características estables de la personalidad en situaciones diferentes.

3. Las emociones. En el contexto emocional se examinan las diferencias de desarrollo del efecto, según las situaciones y características demográficas y culturales.

Esta perspectiva y sus tres dimensiones han tenido un importante impacto en el desarrollo de modelos de inteligencia emocional que buscan su relación y su efecto en los diferentes ambientes de acción del individuo; entre ellos, el ambiente organizacional-laboral.

#### **LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SOCIAL**

Un análisis más sobre inteligencia emocional, pero enfocado a lo social, es el que realiza Bar-On en 1997, y toma como base las investigaciones que realizaron los psicólogos Salovey y Mayer en 1990. Describe a la inteligencia emocional y social como un conjunto de conocimientos y habilidades en lo emocional y social que influyen en nuestra capacidad general para afrontar efectivamente las demandas de nuestro medio. Dicha habilidad se basa en la capacidad del individuo de ser consciente, comprender, controlar y expresar sus emociones de manera efectiva.

El análisis de Bar-On que realiza de 1997 al 2000, se fundamenta en las competencias, las cuales intentan explicar cómo un individuo se relaciona con las personas que le rodean y con su medio ambiente. Por tanto, la inteligencia emocional y la inteligencia social son consideradas un conjunto de factores de interrelaciones emocionales, personales y sociales que influyen en la habilidad general para adaptarse de manera activa a las presiones y demandas del ambiente. En este sentido, la inteligencia emocional representa, entonces un conjunto de conocimientos utilizados para enfrenta la vida efectiva (Bar-On, 1997).

Este análisis está compuesto por cinco elementos:

1. El componente intrapersonal, que reúne la habilidad de ser consciente, de comprender y relacionarse con otros.
2. El componente interpersonal, que implica la habilidad para manejar emociones fuertes y controlar sus impulsos.
3. El componente de manejo de estrés, que involucra la habilidad de tener una visión positiva y optimista.
4. El componente de estado de ánimo, que está constituido por la habilidad para adaptarse a los cambios y resolver problemas de naturaleza personal y social.
5. El componente de habilidad o ajuste.

En este entendido Bar-On dividió las capacidades emocionales en dos tipos principales:

1. Las capacidades básicas (*core factors*), que son esenciales para la existencia de la inteligencia emocional: la autoevaluación, la autoconciencia emocional, la asertividad, la empatía, las relaciones sociales, el afrontamiento de presiones, el control de impulsos, el examen de realidad, la flexibilidad y la solución de problemas.
2. Las capacidades facilitadoras (*facilitators factor*), que son el optimismo, la autorrealización, la alegría, la independencia emocional y la responsabilidad social.

Cada uno de estos elementos se encuentra interrelacionado entre sí. Por ejemplo, la asertividad depende de la autoseguridad; mientras que la solución de problemas depende del optimismo, del afrontamiento de las presiones y de la flexibilidad.

Por lo tanto, lo que hemos venido analizando de inteligencia emocional sobre habilidad mental y mixtos parten de dos bases distintas de análisis.

- a. Los modelos de habilidades se centran en las emociones y sus interacciones con el pensamiento.
- b. Los mixtos alternan las habilidades mentales con una variedad de otras características (Mayer, 2000).

Por lo tanto, los temas hasta aquí tratados de inteligencia emocional, comparten un núcleo común de conceptos básicos. En el nivel más general, la inteligencia emocional se refiere a las habilidades para reconocer y regular emociones en nosotros mismos y en los otros. Asimismo, dichos modelos comparten la noción base de la insuficiencia del intelecto para operar de manera óptima sin la inteligencia emocional. De esta manera, se busca el balance de inteligencia entre la lógica, la emoción y nuestras capacidades personales, emocionales y sociales (Goleman, 1995).

#### **LOS INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL**

A partir de los análisis que hemos venido analizando de inteligencia emocional se han desarrollado una serie de instrumentos de medición. En términos generales, la estrategia de medición de la inteligencia emocional es la siguiente:

Se hace mediante la evaluación de la inteligencia emocional y no está formulada de manera clara o precisa, debido a que ésta se ha constituido como un concepto amplio que abarca diversas aproximaciones, tales como habilidades, conocimientos culturales, persona-

lidad, aspectos sociales, entre otras. Esta situación ha generado múltiples interpretaciones sobre la inteligencia emocional, las cuales, a su vez, han sido instrumentalizadas en diversas pruebas relacionadas con selección de personal, tratamientos clínicos, estudios y desarrollo personal y profesional (Zeidner, et al., 2004).

#### UN ÚLTIMO ANÁLISIS DE LA TEORIZACIÓN DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

La inteligencia emocional se configura como consecuencia del desarrollo, evolución y combinación de los conceptos de emoción e inteligencia.

Por un lado, la emoción se relaciona mayormente con las habilidades *soft* o intangibles del ser humano, o con una respuesta mental a cualquier evento psicológico, experiencial y cognitivo.

Por su parte la inteligencia ha sido considerada una habilidad cognitiva clásica, poderosa, influyente, tangible y medible en el ámbito psicológico. La evolución de los dos conceptos ha representado una gama de propuestas y perspectivas diversas que incluyen a los contextos ambientales, situacionales, culturales y personales.

A través de la evolución del concepto de inteligencia emocional se ha generado el reconocimiento de los aspectos psicológicos no cognitivos que intervienen en el comportamiento humano. En esta línea los estudios han demostrado una correlación altamente significativa entre el aspecto cognitivo y el emocional en las personas, y como tal relación es importante para la obtención de resultados efectivos en cualquier área de la actividad humana.

La revisión de las bases teóricas de la inteligencia emocional ha mostrado una serie de tendencias que proponen perspectivas con axiomas diferentes (biológicas o neurológica-psicológica-cognitiva). En el ámbito de la psicología, la inteligencia todavía no se ha consolidado claramente, pues se encuentra una serie de definiciones a partir de lo social, personal y emocional. Este desacuerdo marcado respecto de la delimitación del constructo ha tenido como consecuencia caminos diferentes en el proceso de su conceptualización, medición y aplicación. Tal fenómeno describe un punto crítico, que podría retrasar la evolución de la investigación sobre la inteligencia emocional hacia el establecimiento de un concepto teórico maduro (Gabel 2005).

Los principales análisis de estudio de la inteligencia emocional (habilidad, competencias y habilidades no cognitivas) destacan por la búsqueda de aplicaciones en los ámbitos individuales, organizacionales y ambientales. En este sentido, los análisis de los psicólogos Mayer y Salovey, hechos en 1997, pretende entender de manera tradicional, psicométrica, el procesamiento de la emoción y sus resultados. Por otro lado, Goleman en 1997, ha presentado un

modelo de competencias basado en el desarrollo de capacidades aplicadas al ámbito organizacional-laboral. Y por último, Bar-On, entre 1997 y 2000, propone un conjunto de habilidades emocionales, personales y sociales divididas en capacidades básicas y facilitadoras.

Estos enfoques han generado una serie de instrumentos y metodologías con el fin de medir las características y consecuencias de la inteligencia emocional en los individuos y grupos. A pesar de que dichos modelos comparten un núcleo común de conceptos, en cuanto a las habilidades para reconocer y regular emociones personales y la de otros, se ha encontrado que los instrumentos desarrollados a partir de cada uno de ellos han optado por términos y estrategias de medición diferentes. Como consecuencia de esto, se han encontrado dificultades en la organización de una coherencia interna entre las metodologías y métodos de medición de la inteligencia emocional.

En ese entendido, las críticas respecto de la inteligencia emocional se han centrado en las dificultades conceptuales, psicométricas y de evaluación empírica. Entre ellas destacan problemas relacionados con la poca convergencia de los enfoques conceptuales, la similitud de otros constructos como la personalidad, la inteligencia, la motivación y las emociones. Otra de las dificultades halladas radica en problemas psicométricos de confiabilidad y validez en las herramientas de medición. Adicionalmente, las técnicas de medición (auto reporte, desempeño o por informante) muestran debilidades con relación al sesgo personal.

En cuanto a la evidencia empírica, en general, no aleja la incertidumbre respecto del aporte, valor y efectividad de la inteligencia emocional en el ámbito organizacional y ocupacional. Todas estas limitaciones demandan una formalización más sistemática de los estudios sobre inteligencia emocional, especialmente con respecto a sus técnicas de medición (Ibidem).

Sin embargo, las críticas (en su mayoría justificadas, aparentemente) no toman en consideración el poco tiempo de la evolución de la inteligencia emocional como una teoría científica. Este proceso demanda conceptualización, creación de hipótesis, desarrollo de mediciones adecuadas y un constante refinamiento. Salovey concluye que las emisiones problemáticas en esta área de trabajo no son sorprendentes, dada la inmadurez relativa del dominio de la investigación.

Si se analiza la evolución y el desarrollo de la inteligencia emocional, aparentemente se ha semiculminado la primera fase de la teorización, aunque todavía se mantienen una serie de discusiones y cuestionamientos sobre las posiciones teóricas. Esto significa que el ambiente se encuentra en un estado sano de fermentación, signo claro de crecimiento. Esta progresión podría generar, a su vez, una conexión con otras teorías psicológicas, como la teoría de la inteligencia práctica, el análisis de los cinco factores de personalidad y las teorías de creatividad, entre otras. Otro signo positivo de la maduración del campo radica en las mediciones

que han sido construidas con relación a la inteligencia emocional. Cada una busca expresar la dinámica emocional establecida en las organizaciones y los negocios, así como las consecuencias para la salud física y el manejo de las presiones.

Los últimos análisis de estudio empírico entre 2005 y 2006, han sido posibles gracias al desarrollo de los modelos y sus herramientas de medición, especialmente por el fácil acceso a éstos. Así, se produce un fenómeno circular: el proceso de análisis, aclaración y modificación de la teoría de la inteligencia emocional permitirá la continuación y celeridad de los estudios empíricos, los que generarán, a su vez, una mayor evidencia y resultado en el futuro.

Asimismo, los atributos de la inteligencia emocional podrían brindar un importante aporte a la psicología práctica, en el marco educacional, ocupacional y clínico. Esto como resultado del concepto de inteligencia emocional, que sugiere el uso de habilidades emocionales como herramientas para afrontar problemas sociales.

El presente análisis como se puede ver, no es la verdad absoluta, pues han identificado los especialistas del tema una serie de limitaciones en la investigación de la inteligencia emocional, las cuales requieren de estudios que profundicen y contribuyan a la madurez del concepto. Sin embargo, es importante rescatar que la información hasta ahora vertida muestra un considerable potencial, especialmente por el mensaje que nos deja: el autoconocimiento es la herramienta clave para relacionarnos con los otros en diferentes contextos sociales y culturales.

Por lo tanto, estas evidencias teóricas y empíricas proveen una cantidad importante de retos y preguntas que estimulan la realización de estudios futuros, los cuales se enmarcarán en el proceso de la maduración conceptual de la inteligencia emocional (Gabel 2006).

#### **LA SOCIEDAD DESDE LA PERSPECTIVA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL: EMOCIONES Y SENTIMIENTOS**

La sociedad desde la perspectiva de los sentimientos, y los sentimientos desde el punto de vista social, se denomina afectividad colectiva. No obstante, en los círculos científicos suele ser tema desprestigiado, y de hecho los trabajos más difundidos tienen por objeto mostrar que la afectividad no existe, por lo que hay razones para pensar que es oportuno estudiarla en este momento en donde, los adolescentes se drogan con una tenacidad digna de mejores causas; las neorreligiones y las sectas crecen indiscriminadamente, y junto con ellas la astrología, quiromancia, los masajes curativos, los splash de chocolate, de vino, aromaterapias, música terapias, esencias curativas como las flores de Bach, libros de superación y ecologismo dogmático; la gente se mata lanzándose de tres metros de altura o más, en el metro y a la salida de la iglesia, sin razón alguna, las elecciones presidenciales de las democracias

ejemplares son un fenómeno de marketing, los medios de comunicación manipulan la información de acuerdo con los intereses de la empresa televisora o radiofónica, en la prensa escrita de acuerdo con las ideologías personales; el nuevo fascismo retoña por todas partes con facilidad primaveral; los niños realmente inteligentes no están en los colegios, sino en los videojuegos; la diversión a toda costa o, en su defecto, la violencia en todos sus géneros son la actividad urbana por excelencia; la moda, es decir, el universo Benetton, la dimensión Levi's, ha dejado de ser apariencia para convertirse en personalidad profunda; el deporte, la salud, la higiene, la acción. Adidas son la nueva moral según la cual el mal radica en fumar, y se llega a las virtudes teologales de hoy por medio del aerobio, el Slim Center y el agua embotellada.

El consumismo es la gran aventura humana. La realidad se ha transformado en video, cable, audio, celular, holograma, información, fax Internet, satélite y televisión; la otra realidad, la concreta la de los pies en la Tierra, la realidad a la antigua, es sólo cuento de abuelitos. La arquitectura, el diseño, la decoración posmodernista, de interiores llenos de redondeces, pegotes y coloridos, carecen de las justificaciones racionales de sus predecesores. Es como si el mundo contemporáneo fuera todo capricho y espontaneidad. En todos estos ejemplos hay algo en común: una fuerte dosis de lo que se denomina irracionalidad, una ausencia notoria de lógica, de posibilidad de explicar sus razones y sus motivos. Todos ellos son, en rigor, acontecimientos efectivos.

Sin embargo, la afectividad mundial está en plena efervescencia; para que ello sucediera se requería que nadie la tomara en cuenta, que la afectividad no fuera tema de investigación, de debate, de conversación, ni de reflexión. Y así ha sido, en las universidades, esos lugares donde se encuentra la gente que se encarga de tales asuntos, últimamente nadie ha pensado en la afectividad, ya sea porque de eso se habla en los bares y en los cafés, o porque el lenguaje ha sido declarado realidad y la verdad ultimada, tanto por la lingüística, como por la filosofía, la semiótica, la política, la sociología, la antropología, la teología o la psicología, y su argumento conclusivo es que toda realidad es lenguaje, de modo que lo que no pueda ser dicho no existe, lo cual es, precisamente, el pánico supremo de los científicos.

El recurso metodológico consiste en una creciente sinonimia de la terminología, que en realidad no se hace tan confusa, toda vez que es simplemente la ambigüedad con la que hablamos todos los días. La única excepción es tal vez la diferenciación que se hará, por lo demás no muy insistentemente, entre "pasión" y "sentimientos" en donde pasión se usa para referirse a los sentimientos que llegan al límite, que son absolutos y sentimientos se usa para las pasiones cuando éstas son relativas, es decir, cuando coexisten con otras equivalentes; por ejemplo la angustia es una pasión, pero la amistad es un sentimiento. En todo caso, esto no es lógico: lo lógico son las palabras, no los afectos. La afectividad se mueve por otros

criterios, alógicos, como la estética, que coopera bajo las leyes jamás escritas de armonía, consonancia, tacto, gusto, encanto (Fernández, 2000).

Quizá la prueba más a la mano de que vivimos en una sociedad afectivizada, que se mueve más por la estética que por la lógica, más por silencios que por palabras, es que los libros ya no pueden ser extensos. Por eso Gergen, uno de los psicólogos más brillantes de la actualidad, opina lo mismo en su libro *El Yo Saturado*, tuvo que incluir dibujos, chistes, recuadros; la sorpresa vino cuando dicho libro terminó con 370 páginas. Lo bueno es que los libros no son comprados con el fin de leerlos, sino, como dice Gabriel Zaid, para pensar en leerlos algún día, en cuyo caso el tamaño no influye. El problema de los libros con muchas páginas es especialmente cierto en el caso de los ensayos teóricos, porque ya no hay tiempo ni disposición para seguir el hilo de discursos interminables, y es menos cierto cuando se trata de la sección amarilla del directorio telefónico, donde uno nada más consulta lo que le interesa y luego cierra tan monumental obra (Ibidem).

Como podemos observar en nuestros días, la gente es cada vez más analfabeta y menos comunicativa; por un lado, los jóvenes van a la universidad, sobre todo a las particulares, para aprender programas de computadora aplicados a la administración de empresas, esto es a la fabricación de dinero sin producción de bienes, y se retiran hartos de las clases de filosofía, latín, retórica, historia y literatura (si acaso son materias de su plan de estudios), porque ahí nada más se aprende palabras, de modo que en un futuro próximo, ni profesores van a existir en estas especialidades, todo será a base de la cibernética.

Por ejemplo, los jóvenes de la actualidad se comunican mediante interjecciones, neobarbarismos, tecnocomerciales y frases hechas como “que onda güey”; esto es palabrería, no lenguaje. Es en ausencia del lenguaje donde crece y madura la afectividad: cuando se calla el logos, se oye el pathos. Esta irracionalidad tan entusiasta es contraria a la razón de la ilustración; todo mundo quiere ser entusiasta, nadie quiere ser ilustrado.

El proyecto ilustrado de la razón era un proyecto lingüístico que conllevaba el error de suponer que toda la vida podía ser reducida a la racionalidad, al diálogo y al acuerdo; y mientras más perseguía esa racionalidad tan poco razonable, más se le escapaba esa otra parte de la vida que es la dimensión de la afectividad. El escenario de esta historia, es lo que tenemos ante nosotros: algo incontrolable, que no es para nada apocalíptico, sino genético, porque si bien es cierto que la afectividad no es racional, no es una sinrazón.

En estas circunstancias han ido apareciendo estudios como ya lo vimos en el análisis de inteligencia emocional, sobre las emociones, que es el término técnico oficial que se emplea en las distintas psicologías individuales y sociales; pero una cosa es poner en la investigación algún título rimbombante o interesante y otra es cumplirlo. Por lo tanto, los afectos son así

siempre estudiados como causas, efectos, conductas, atribuciones, funciones, representaciones, palabras, pero casi nunca como afectos. En las investigaciones sobre afectividad siempre se suele hablar de otra cosa; automáticamente se desnaturaliza el objeto de estudio.

La afectividad en sus propios términos es silencio, es ciertamente difícil hablar de ella, como si el lenguaje que tenemos no bastara, no se adaptara bien al tema (Elster, 2001).

La afectividad colectiva es considerada como el nombre genérico del proceso y estructura general de los demás términos afectivos como amor, pasión, sentimiento, ánimo, emoción, sensación, los cuales no son tan específicos, ya que son en realidad intercambiables, a veces como sinónimos y otras no, tal y como se usan normalmente en lenguaje cotidiano, donde a veces decimos “sensación” y otras “emociones”, y nunca nos equivocamos; quienes se equivocan son los científicos que los clasifican.

Los afectos y sus sinónimos aparecen a su vez como sinónimos de otros términos en la sucesión siguiente: todo afecto es una “forma”, las formas son “situaciones”, las situaciones son “ciudades”, las ciudades son “sociedades” y las sociedades son “cultura”; de modo que aquí, cultura, sociedad, ciudad, situación forma y afecto son sinónimos, y así las cualidades de cada término son cualidades de los demás.

Como podrá verse, si las ciudades tienen límites y si las sociedades tienen un origen, entonces todo sentimiento tiene límites, y origen, y además uno vive dentro de ellos como si fueran ciudades y sociedades, y así sucesivamente. Para poder hablar de los afectos hay que jugar con las palabras, revolverlas, torcerlas, regresarlas, transmutarlas, trastocarlas y esto genera un pánico entre los analistas, estudiosos y científicos de la materia.

#### **LA EMOCIÓN, TÉRMINO VISTO CON AMOR, LA PALABRA MÁS HERMOSA DE LA LENGUA ESPAÑOLA**

¡Cuántos errores cometidos “en un instante de emoción”!

Pero también cuántos evitados porque hemos sabido estar atentos a nuestra emoción o a la del otro. Las emociones nos hundan en la miseria, o nos elevan hacia el éxtasis, y acompañan, y en ocasiones provocan tanto nuestros éxitos como nuestros fracasos.

No podemos negar su fuerza, y su influencia sobre nuestras elecciones, sobre nuestras relaciones con los demás (Andrè, 2001).

Cuando pensamos en un conjunto arbitrario de lo que normalmente consideramos como emociones, por ejemplo: temor, miedo, enojo, furia, indignación, alegría, compasión, amor, vergüenza, arrepentimiento, ansiedad, sentimiento, odio, admiración, orgullo, culpa, agradecimiento, etcétera, nos damos cuenta de que algunas están más ligadas a sensaciones o

cambio fisiológicos, mientras que para otras estos factores no tiene una importancia primordial; algunas están más relacionadas con estados cognoscitivos, otras se identifican más bien por su relación con actitudes evaluativas o con deseos: algunas tiene expresiones conductuales más o menos distintivas o típicas, en otras la variedad de expresiones conductuales es enorme; algunas son más racionales que otras y más susceptibles de modificación mediante cambios en las creencias o actitudes; algunas parecen estar fuera de nuestro control, otras parecen más deliberadas; algunas están más unidas al placer (como el amor, el sexo, algún deporte extremo, la cultura) o al dolor (como el masoquismo), mientras que otras lo están menos; algunas están más atadas a circunstancias inmediatas, otras parecen posibles en circunstancias muy diversas. Algunas, por fin, tienen conexiones más o menos claras con nuestras acciones intencionales, de tal manera que pueden funcionar como razones para actuar; en otras, estas conexiones no son tan claras.

Hay, además, otros problemas que surgen cuando queremos delimitar la clase de las emociones. Para comenzar, históricamente hay un problema terminológico: la palabra “emoción” no se usaba como se usa hoy en día, sino que se hablaba de “pasiones”. Lo que Hume y Descartes, por ejemplo, llamaban “pasión” equivale aproximadamente a lo que hoy llamamos “emoción”, mientras que el término “pasión” (amor por alguien o algo) se usa ahora en la vida cotidiana ya sea para una emoción particular (tiene pasión por las flores), ya para subrayar el aspecto más violento de una experiencia emocional (lo odia con pasión), o para describir un rasgo de la personalidad (es un hombre enamorado, apasionado). Los psicólogos hablan de “afectos” como lo hicieron también Kant y Freud (Affekt) siguiendo a Spinoza (affectus); esta palabra está, sin embargo, más alejada de lo que nosotros entendemos por “emoción” en el lenguaje cotidiano. Podemos decir, entonces, que las palabras: “amor”, “pasión”, “emoción” y “afecto” han servido tradicionalmente, en los textos filosóficos, psicológicos y sociales, para designar aproximadamente el mismo conjunto de estados mentales (Golbeth, 1996).

Diferentes disciplinas como la psicología, la filosofía y las ciencias sociales, entre otras, se han despertado al interés por las cuestiones relativas a las emociones y una básica para todo ser humano es el amor.

#### **AMOR**

Para el filósofo Frankfurt, el amor se entiende básicamente como una respuesta al valor que se percibe en aquello que se ama. El amor no es necesariamente una respuesta basada en la conciencia del valor intrínseco de su objeto. Algunas veces puede surgir de esta manera, pero no necesariamente debe ser así.

Por lo que hay determinados objetos de amor —determinados ideales, por ejemplo— que en muchos casos parecen ser amados por su valor. Sin embargo, no sucede necesariamente que ésta sea la manera en la que se origina o fundamenta el amor a un ideal. Una persona puede llegar a amar la justicia, la verdad o la rectitud moral casi a ciegas, simplemente, al fin y al cabo como resultado de su crianza. Además, por lo general no son las consideraciones de valor las que explican que una persona se dedique desinteresadamente a un ideal o valor y no a otro. Lo que lleva a las personas a preocuparse por la verdad más que por la justicia, por la belleza más que por la moralidad, por una religión más que por otra, no suele ser una valoración previa de que lo que más quieren tiene un valor intrínseco mayor que otras cosas que les preocupan menos (Frankfurt, 2004).

A menudo el objeto de amor es un individuo concreto: por ejemplo, una persona o un país. También puede ser algo más abstracto, como una tradición o algún ideal moral o amoral. Por lo general habrá mayor carga y urgencia emocional cuando lo amado es una persona que cuando es algo como la justicia social, la verdad científica o la forma en que determinada familia o grupo cultural hace las cosas; pero esto no siempre sucede así.

Una característica peculiar del amor tiene que ver con el estatus particular del valor que concede a sus objetos. En la medida en que nos preocupamos por algo, consideramos que esto es importante para nosotros; pero podemos considerar que tiene importancia sólo porque pensamos que es un medio para obtener otra cosa. Sin embargo, cuando amamos algo vamos más allá. Nos preocupamos por ello no simplemente como un medio, sino como un fin. En la naturaleza del amor está que consideremos sus objetos valiosos en sí mismos y por ello importantes para nosotros.

El amor es, fundamentalmente, una preocupación desinteresada por la existencia de aquello que se ama.

También, el amor está limitado: por lo que amamos y lo que dejamos de amar no depende de nosotros. Pero la necesidad característica del amor no limita los movimientos de la voluntad con una oleada de pasión o de compulsión que la derrota y la somete. Por el contrario, la limitación opera desde dentro de nuestra propia voluntad. Es nuestra voluntad, y no ninguna fuerza externa o ajena, la que nos limita.

Al amor tiene medidas, no queremos todas las cosas por igual. Por lo tanto, la necesidad que el amor impone sobre la voluntad no suele ser absoluta.

No hay ninguna necesidad lógica o racional que nos dicte lo que tenemos que amar. Lo que amamos está configurado por otras necesidades e intereses que derivan, concretamente, de las características del carácter y la experiencia individual. Decididamente, el que algo se convierta en objeto de nuestro amor no puede evaluarse con un método a priori ni tampoco

examinando sus propiedades intrínsecas. Sólo puede medirse frente a las exigencias que nos imponen las otras cosas que amamos. Al fin y al cabo, éstas nos vienen determinadas por la biología y otras condiciones naturales, respecto a las cuales no se tiene mucho que decir.

Así que amar es importante para nosotros en sí mismo. Al margen de nuestros intereses concretos en las diversas cosas que amamos, tenemos un interés más genérico e incluso más fundamental en el hecho de amar como tal. Por ejemplo, es el amor de los padres por sus hijos. Aquí se da la circunstancia adicional de que amar a mis hijos es importante para mí por sí mismo.

¿Por qué amar es tan importante para nosotros? ¿Por qué una vida en la que una persona tiene algo o alguien a quien querer, con independencia de lo que sea, es mejor para ella —suponiendo, naturalmente que otras cosas sean más o menos igual— que una vida en la que no haya nada a lo que amar? La explicación tiene que ver con lo importante que es para nosotros tener fines últimos. Necesitamos objetivos que consideremos que vale la pena lograr por sí mismos y no sólo en razón de otras cosas.

Al preocuparnos por algo hacemos que diversas cosas sean importantes para nosotros; es decir, las cosas que nos preocupan, más todo aquello que pueda ser indispensable como medio para ellas. Ello nos proporciona objetivos y ambiciones, y de este modo nos permite trazar cursos de acción que no sean totalmente inútiles con sentido, entendiendo por ello que tengan algún objetivo. Sin embargo, la actividad que sólo tiene sentido en esta acepción limitada del término no puede ser plenamente satisfactoria, e incluso puede resultarnos no del todo comprensible (Fromm 2004).

Aristóteles observa que el deseo es “vacío y vano” a menos que —exista algún fin de nuestros actos que queramos por él mismo— Aristóteles creía que debía haber un solo fin último al que tendía todo lo que hacemos, es decir, cada una de las cosas que hacemos debe apuntar a algún fin último.

No nos basta simplemente con ver que para nosotros es importante conseguir un determinado fin porque éste facilitará que obtengamos un fin ulterior. No podemos dar sentido a lo que hacemos si ninguno de nuestros objetivos no tiene más importancia que la de permitirnos alcanzar otros objetivos. Tiene que haber algún fin de nuestros actos que queramos por él mismo. De otro modo, nuestra actividad, por mucha resolución que pongamos en ella carecerá de verdadero sentido. En ningún momento podremos sentirnos verdaderamente satisfechos de ella, puesto que siempre estará inacabada, y dado que aquello a lo que aspira es siempre un preliminar o un preparativo, siempre nos dejará con la sensación de algo inconcluso.

Por último diré que el amor no necesita basarse en ningún juicio o percepción relativa al valor de su objeto. Appreciar el valor de un objeto no es una condición esencial para amarlo. Es

posible que juicios y percepciones de este tipo hagan surgir el amor. Sin embargo, éste puede surgir también de otras maneras.

Lo que una persona ama revela algo importante sobre ella. Refleja su gusto y su carácter; o puede reflejarlo. A menudo las personas son juzgadas y valoradas por aquello que aman. Por tanto, el orgullo y la preocupación por su reputación les induce a pensar, en la medida de lo posible, que lo que aman es algo que ellos mismos y los demás consideran valioso.

Sea cual fuere el concepto de amor con el que nos quedemos, ya sea de afecto o de sentimiento; el amor es una pasión que no tiene fronteras ni clases sociales, pues el amor impulsa a satisfacer los sentimientos individuales, otros más humanos como son las inclinaciones altruistas y sociales más nobles.

Retomando nuestro tema, Olbeth Hansberg, nos explica que hemos dejado de concebir a las emociones sobre todo como sentimientos o sensaciones que nos suceden y somos receptores pasivos (Hansbert, 1996).

El amor en sí mismo es un elemento esencial de nuestra vida, es un elemento esencial para la vida de la sociedad. Así a manera de ejemplo tenemos que “amor” ha sido la palabra elegida como la más bella de la lengua española por 41 mil 22 internaturas hispanohablantes convocados a partir del 31 de marzo al mes de abril de 2006, por la Escuela de Escritores de España, en donde la palabra amor tuvo un total de 3 mil 364 votos, seguida de la palabra libertad, la cual obtuvo mil 551 votos, la palabra paz mil 181 votos, la palabra vida mil 100 votos (Madrid, EFE, 2006).

Durante veintiún días, internautas del mundo respondieron a la iniciativa “Tienes la palabra” promovida por la Escuela de Escritores, en donde enviaron 7 mil 130 términos diferentes con la correspondiente explicación de por qué los habían elegido.

La justificación de la palabra amor redundo más en su significante que en su significado, como han puesto de manifiesto numerosos internautas. Beatriz Arcuria de Argentina, opina que amor es la palabra que representa todo; Mauro Fernández, de Buenos Aires, explicó que la palabra amor refleja el mejor sentimiento humano; Romina Madrid, de Santiago de Chile, explica terminologías: entendiendo el término como negación de la muerte, a-MOR, -a, negación y *mortis*, muerte, o como lo que da vida, por lo tanto, el término amor, nos está expresando el sentido del hombre de trascender, de vivir... parece hermoso que una palabra tan simple pueda expresar tanto. El jefe de Estudios de la Escuela de Escritores de Madrid, España, explica que fue muy interesante ver cómo se generaban auténticas campañas a favor e una u otra palabras, con defensa apasionada sobre las palabras como amor, como parte de una necesidad individual y humana.

Las aportaciones llegadas desde Latinoamérica y España estuvieron casi a la par, unas veinte mil participaciones a uno y otra lado del Atlántico. México por ejemplo, se situó a la cabeza, con 4 mil 789, seguido de Argentina con 4 mil 157, Chile mil 421, Colombia 921, Venezuela 728 y Costa Rica 290. Desde Estados Unidos llegaron las propuestas de 446 hispanohablantes.

No faltaron aportaciones desde países de otros continentes, como China, Japón, Israel, Australia, Nueva Zelanda y Sudáfrica.

Entre las cien palabras más votadas se ve también una tendencia a términos como abrazo, pasión, sonrisa, armonía, solidaridad, libertad. Este ejercicio de vocablo nos conduce a entender que una palabra de cuatro letras, tan simple como amor, no tiene fronteras conceptuales, ni límites cibernéticos, y que en el mundo entero el amor conduce a la felicidad.

#### **FELICIDAD EN LA SOCIEDAD**

La noción de felicidad ha desempeñado un gran papel a lo largo de la vida de la humanidad. Anteriormente se le asignó el nombre de eudemonismo, que proviene del griego eudaimon, feliz. Para la antigüedad la felicidad era el fin último y supremo bien del hombre, que podía conseguirse ya por el placer, hedonismo, epicureismo; ya por la razón: Sócrates, Platón, Aristóteles, ya por el dominio del dolor y de las pasiones: estoicismo.

Los estudiosos de la felicidad, como los psicólogos, aun cuando coincidan con los filósofos en que para saber lo que es la felicidad es necesario conocer el bien que la produce, tratan a la felicidad en forma diferente al considerar que los medios para alcanzarla pueden ser de índole sociológico: el sacrificio y la caridad; o bien como Kant percibía a la felicidad, como una motivación: moral de la razón.

En el eudemonismo antiguo, puramente individualista y egoísta, suceden morales que vinculan cada vez más la felicidad de cada uno a la del otro. Por eso para los altruistas y ego altruistas como Adam Smith, Juan Jacobo Rousseau, la condición esencial de la felicidad individual va acompañada de algún modo por la felicidad social, va acompañada de algún modo por la felicidad del otro (Montoya, 2001).

Para los filósofos modernos, la felicidad es un tema fundamental, pero de difícil estudio: los psicólogos se esfuerzan por delimitarla, pero no aciertan a ponerse de acuerdo sobre una definición común: ¿Es la felicidad “un bien subjetivo”, una “suma de momentos de alegría”, un “estado de humor positivo”?, ¿o por qué no, una liberación de endorfinas en algún rincón húmedo de nuestro cerebro?

La mayoría de los autores consideran la felicidad como el producto de dos componentes:

- a. El grado de satisfacción se da apreciado en diversos campos de la vida: profesión, familia, salud, etcétera. Se trata de que el sujeto lleve a cabo un juicio sobre su vida actual, en especial, sobre la diferencia entre sus expectativas y lo que ha conseguido realmente.
- b. La vivencia emocional se da en el caso de la felicidad en experimentar de manera más o menos recurrente emociones agradables. Lo que algunos autores denominan el nivel hedónico.

Pero la frecuencia de las emociones desagradables como tristeza, cólera, ansiedad, vergüenza, etcétera, también se tiene en cuenta.

Los estudios demuestran que estos dos componente, satisfacción y emoción, son muy diferentes, pero correlativos. De forma intuitiva se puede suponer que considerar satisfactorios diversos campos de la propia vida predispone a experimentar emociones agradables con mayor frecuencia.

El papel de las emociones positivas en la felicidad viene confirmado por numerosos estudios.

Casi cada momento de nuestra jornada se experimenta emocionalmente en términos positivos o negativos. Y la parte buena de todo ello es que parece que la mayoría de las personas experimentan emociones positivas con mayor frecuencia.

La felicidad dependería más de la frecuencia de las emociones positivas y de su intensidad: llena de pequeñas felicidades en lugar de grandes momentos de éxtasis. En efecto, las personas capaces de experimentar grandes alegrías parecen también predispuestas a experimentar emociones negativas igual de intensas que tiene repercusiones en su nivel de bienestar (Lellord 2002).

Haciendo alusión a nuestro análisis, el psicólogo inglés Adrián White en julio de 2006, aplicó encuestas con más de 80 mil personas de todo el mundo abordan temas relacionados con la felicidad y la satisfacción, para elaborar el estudio, difundido en Londres se analizaron los datos de un total de más de cien investigaciones, provenientes, por ejemplo, del Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), la Agencia Central de Inteligencia (CIA) y la Organización Mundial de la Salud.

Lo curiosos de esta investigación es que México ocupa el lugar 51 entre los países más “felices” de Latinoamérica, mientras Dinamarca es el país más feliz del mundo, según el primer mapa mundial de la felicidad, elaborado por la Universidad de Leicester en Inglaterra.

De Latinoamérica, Costa Rica parece ser el país más feliz, con el puesto 13 del ranking, mientras que España ocupa el lugar 46.

Otros países de habla hispana se ubicaron de la siguiente manera: Venezuela lugar 25, Colombia lugar 34, Honduras 37, Panamá 39, República Dominicana 42, Guatemala 43, Argentina 56, El Salvador 61, Chile 71, Paraguay 75, Cuba 83, Nicaragua 85, Uruguay 87, Ecuador 111, Perú 115 y Bolivia 117, Brasil quedó en el lugar 81.

En la lista de 178 naciones, Suiza y Austria ocupan el segundo y el tercer lugar respectivamente, mientras que en los últimos puestos de la escala se encuentran países Africanos como Zimbabwe y Burundi.

El *top ten* de países con población más feliz lo completan Islandia, Bahamas, Finlandia, Suecia, Bhutan, Brunei y Canadá (Londres DPA).

Este estudio, se centro en la obtención de datos que tenían que ver sobre el nivel de vida, la formación y el sistema sanitario.

White llegó a la conclusión de que en la valoración de la propia satisfacción la salud tiene un papel mucho más importante en todo el mundo que el nivel de vida o la formación, aunque destacó que los tres factores están estrechamente relacionados.

En países con buena atención sanitaria, alto nivel de crecimiento y buen acceso al sistema educativo las personas aseguran ser más felices que en otros sitios, y satisfacen necesidades emocionales primordiales para el ser humano como la felicidad y el amor.

#### **PALABRAS FINALES**

La inteligencia emocional nos permite tomar conciencia de nuestras emociones, comprender los sentimientos de los demás, tolerar las pasiones y frustraciones que soportamos en la vida diaria, incrementar nuestra capacidad de empatía y nuestras habilidades sociales y aumentar nuestro desarrollo social.

En la inteligencia emocional, el triunfo es ideal, es pasión, que le da sentido a la vida.

El triunfo y la conquista de metas no llegan de la nada. José Ortega y Gasset, filósofo español del siglo XX, argumentaba que el éxito sólo podía conseguirse a través de retos. Los hombres excelentes son los que se crean retos y luchan, incansablemente, por conseguirlos. Así, la estrategia no consiste en hacer esfuerzos aislados para después buscar una meta; en el deporte, en la educación, en el trabajo, como en la vida lo primero es crear ese reto, ese ideal y luego luchar hasta alcanzarlo.

No importa qué tan difícil parezca ese reto y no importa cuánto tiempo nos lleve conseguirlo. Lo realmente importante es la actitud ante la vida y no dejarse vencer bajo ninguna circunstancia. En el camino al éxito, los ideales siempre son necesarios porque al plantearnos grandes objetivos, nos esforzamos más de la cuenta y no consideramos nuestro cansancio, sino qué tanto nos falta para llegar a ese ideal. La construcción de ideales es indispensable para triunfar y para demostrarnos qué tan perseverantes somos.

En el pensamiento de Ortega y Gasset, filósofo español del siglo XX, curiosamente, no importa si se llega a la meta ideal o no. Y no es una postura negativa, sino que el ideal debe ser inalcanzable porque sólo así el esfuerzo será mayor. En el plano real, el éxito está asegurado (Torres 2006).

Pero en la vida no todo es asunto de ideales. Se puede tener metas sin cumplirlas. Los sueños siempre existen y muy pocas personas lucha por hacerlos realidad. Los ideales sirven como punto de arranque para el triunfo. Un buen sueño debe despertar el entusiasmo y las mejores capacidades del hombre para conquistar sus propósitos. En este sentido, la fortaleza debe ser una continuación del ideal; si el ideal nos da energía al principio, debemos apoyarnos en la fortaleza a lo largo del camino, porque no todo es fácil y no sólo por soñar alcanzaremos una meta.

Sea cual sea nuestro ideal, una buena preparación mental siempre ayuda a triunfar, pues aunque haya obstáculos la energía intelectual y la convicción ante el éxito derriban cualquier barrera.

La vida cotidiana nos hace plantearnos, al estilo de Ortega y Gasset, retos e ideales que, con nuestro esfuerzo, constancia y capacidad, podemos alcanzar a lo largo de nuestra vida.

El reto más importante de una persona, curiosamente, es proponerse metas que lo ayuden a ser mejor cada día. El enciclopedista Voltaire, en sus años de madurez, decía: “Yo, como don Quijote, me invento pasiones para ejercitarme”.

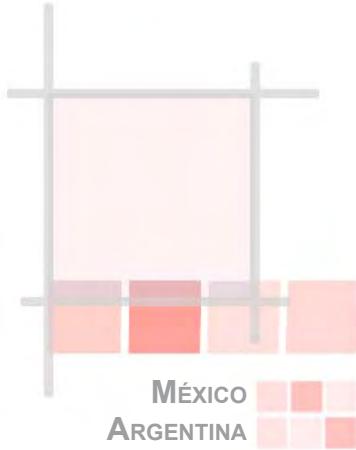
El secreto más importante para el triunfo como parte de la inteligencia emocional es tener un ideal, una pasión que le dé sentido a la vida.

#### LISTA DE REFERENCIAS

1. **ASHFORTH, B. E.**, 1995. *Emotion in the work place: a reappraisal*. *Human Relations*. Vol. 48, No. 2, pp. 97-125.
2. **BAENA PAZ, GUILLERMINA**, 2006. Investigadora de la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales. Maestra titular del Seminario de Estudios Prospectivos. Directora del Nodo Futuro México. Red de Escenarios y Estrategias para América Latina.

3. **BARON**, 1997. What makes a leader Harvard Business Review, Boston. Mass. Nov.–Dec. No. 76, pág. 93–104.
4. **BODEI REMO**, 1995. *Una geometría de las pasiones*. Editores by muchnik. Pinteado in Spain. Pág. 682.
5. **CARUSSO, D. R. Y SITARENIOS, G.**, 2001. *Emotional intelligence as a Standard intelligence Emotion*. Washington, D. C., Sept., Vol. 1, No. 3. pp. 32-42.
6. **COSNIER, J.**, 1994. *Sychologie des emotions. Et. Des sentiments*. Paris. Ed. Retz
7. **D.P.A.**, Londres Inglaterra. 27 de julio 2007.
8. **EL SOL DE MÉXICO**, “Editorial”, 29 de junio 2006, pág. 5.
9. **EFE**. Madrid, España. 22 de abril de 2006.
10. **ELSTER, JON**, 2001. *Emociones, adicciones y conducta humana*. Editorial Paidós, Ibérica.
11. **FERNANDEZ CHRISTLIEB, Pablo**, 2000. *La afectividad colectiva*. Ediciones Taurus, Alaguara, México.
12. **FRANKFURT HARRY, G.**, 2004. *Las razones del amor, el sentido de nuestras vidas*. Traducción de Carmen Castells. Editorial Paidos, Barcelona.
13. **FROMM ERICH**, 2004. *El arte de amar: una investigación sobre la naturaleza del amor*. Traducción Neemie Reseublatt. México. Editorial Paidos.
14. **GABEL SHEMUELI, RAJELI**, 2005. *Inteligencia emocional*. Lima Perú. Ediciones Universidad esan. No. L6, pag. 33.
15. **GOLEMAN DANIEL**, 1998. Traducción de David González Raga y Fernando Mora. *Inteligencia emocional*. Editorial Kairós, Barcelona, España.
16. **LELLORD, FRANCOS**, 2002. *La fuerza de las emociones, alegría, buen humor, felicidad*. Traducción Miguel Portillo. Barcelona. Editorial Kairós. Depósito legal 2002.
17. **MAYER, J. D.**, 2001. *Emotional quotient inventory (EQ-1)*. Technical Manual Toronto: Mult Health. System.
18. **MONTOYA SÁENZ, JOSÉ**, 2001. *Aristóteles, sabiduría y felicidad*. Madrid Pedagógicas. Depósito legal.
19. **OLBETH HANBERG**, 1996. *La diversidad de las emociones*. F.C.E. México, p. 199.
20. **STERNBERG, R. J.**, 2000. “The concept of intelligence”. En: Sternberg, R. J. Ed. *The hand book of intelligence*. New York. Cambridge University. Press. Pag. 3-15.
21. **TORRABADELLA, AMY**, 2003. *Cómo desarrollar la inteligencia emocional*. Barcelona, España. Editorial Océano.
22. **VALLS ROIG, ANTONIO**, 2000. *Inteligencia personal en la empresa*. Barcelona Escala. Editorial Gestión.
23. **ZEIDNER M. Y ROBERTO, R.**, 2006. *Emotional intelligence. Science and myth*. Cambridge, Mass. The MIT Press.





# EL POTENCIAL DEL CAPITAL EMOCIONAL

Posibilidades de la Seguridad Humana

**Guillermina Baena Paz**  
**Eduardo Raúl Balbi**

[drbaena@hotmail.com](mailto:drbaena@hotmail.com)  
[erbalbi@cibertel.com.ar](mailto:erbalbi@cibertel.com.ar)

**Abstract:** *Capital emocional y capital social, dos formas de “capitalizar” la solidaridad humana y la tendencia del individuo a crecer en sociedad. Haciendo un recorrido por ambos conceptos, enriquecido con las opiniones directas de los más renombrados autores en ambas materias, la autora nos introduce de lleno en la importancia de la Seguridad Humana, sus posibilidades actuales y su posibilidad como punto de partida para la felicidad.*

**Palabras clave:** Seguridad Humana, capital emocional, capital social, comunitarismo, Tercera Vía, emociones, ataraxia, alexitimia, individualismo, solidaridad social, monetarismo, individualismo, resiliencia, valores y antivalores.

El capital emocional difiere de otras formas de capital porque en la medida que protege y brinda satisfacción a las personas, obtenerlo es un fin en sí mismo, más allá de productividad alguna que pudiera producir. La supresión de una vida desagradable e incluso miserable por la capacidad de realizarse, ser feliz, vivir en justicia y equidad debe ser la prioridad en el capital emocional.

La salud y la armonía emocional y mental son prioritarias. Nuestro centro de atención es y debe ser la vida humana. Los millones de emociones que pueden intervenir en las acciones de la colectividad son las que provocan actos significativos, en uno u otro sentido.

Las fuerzas dominantes de las próximas décadas serán los individuos organizados, participativos, interactuando entre sí y para ello debemos iniciar la tarea de formar seres humanos, cuyas emociones estén en equilibrio con la razón, que no menosprecien a otros y que todos y cada uno entendamos el camino de la solidaridad, del apoyo mutuo, del bienestar social.

Hoy hay extraños seres humanos, caminan por la vida viendo sólo sus intereses personales; son perversos, de mente estrecha, y en ellos anidan el egoísmo, la ambición, el egocentrismo, la mentira, la traición, sin el más mínimo remordimiento o pena por lo que pueda suceder en su entorno o a otros congéneres como consecuencia de sus acciones. ¿Psicópatas sociales?

Pugnar por el aumento de la calidad de vida medioambiental o social, es el resultado de la aplicación del capital emocional.

En la búsqueda de nuestra Seguridad Humana, el perfil del pensamiento prospectivo aparece con toda su expresión. Dos razones nos llevan a firmar esto:

- Primero: somos seres humanos racionales, pero que tienen emociones.
- Segundo: el trabajar con las emociones es desarrollar el pensamiento prospectivo.

#### **SEGURIDAD HUMANA Y CAPITAL EMOCIONAL**

El análisis de las emociones desde el punto de vista social se ha vuelto necesario y urgente. Durante el siglo XX predominó el enfoque individual que trataba la Psicología. Aunque de manera simultánea, los nuevos descubrimientos sobre el cerebro daban más luz a problemas que se tenían detectados y que se habían enfocado de maneras diferentes. Así, muchos desórdenes mentales se consideraron en un principio cierto tipo de locuras y posteriormente se descubrió que eran enfermedades o trastornos que tenían que verse de otra manera. En el siglo XIX la neurosis era una enfermedad, en el siglo XX se volvió una característica del hombre urbano. Al entrar el siglo XXI ha empezado una profunda preocupación por definir qué

es lo normal, quién puede valorar quién es normal, con qué parámetros. Hay situaciones patológicas en el entorno social y de organización política que se presentan como desquiciantes.

En un mundo donde las emociones han sido reprimidas, ha surgido la urgencia de recuperarlas, de expresarlas por nuestra supervivencia. Nos han acostumbrado a estar quietos, a parecer plantas, de ahí que algunas madres no crían niños, “*los riegan*”.

Algo tan individual se ve entrelazado, fomentado, transmitido y hasta impuesto por factores externos, no sólo familiares. Con claridad y crudeza, los medios de comunicación se han encargado dramáticamente de manipular nuestras emociones. Estamos desprotegidos; debemos detenernos a reflexionar sobre las múltiples posibilidades que existen para recuperar las emociones y a través de ellas, es estado de equilibrio necesario. Antes que sea demasiado tarde, antes que nuestro cerebro se bloquee y ya no pueda procesar lo que vivimos y lo que nos espera.

Uno de los temas del último Congreso anual de la World Future Society fue el cuestionamiento sobre la normalidad de un ser humano; quién puede decir quién es normal en relación con qué. En el extremo, Radio *La Colifata* (Colifata es un término propio del lenguaje lunfardo de Argentina, que significa “loca”) dedica algunos programas a la discusión de la locura. Lo particular de la emisora es que trasmite desde el manicomio argentino del mismo nombre y los internos hacen los programas.

Antes de que nuestros parámetros, paradigmas y sistemas de contención comiencen a explotar es fundamental iniciar el análisis.

Si las emociones están con nosotros, por algo será. Pese a los psicofármacos, a las flores de Bach, a la sobriedad, a la seriedad, las emociones están prestas a aflorar. Dejémoslas. Querer enterrarlas es peligroso para la salud; se produce un desequilibrio mente-cuerpo.

Cuando forman parte del currículum vitae las dudas, los miedos, los secretos, los romances prohibidos, las perversiones, todas las intimidades de la memoria autobiográfica que hacen más pesado el andar y con mayor incertidumbre, es muy importante dejar y lograr que afloren las emociones.

No es necesario extrapolarlas hacia los astros, los cuarzos, las cartas, los ángeles, o el destino manifiesto, están en nosotros.

Las cuatro emociones básicas son naturales, no aprendidas y cumplen funciones específicas. Sólo duran lo indispensable para cumplir su misión.

Debemos convivir con ellas, integrarlas a nuestra vida y aprender cómo funcionan. El miedo es el encargado de avisarnos ante el peligro, pero en una permanente o exagerada

anticipación puede llegar a la ansiedad. Cuando la tristeza, que desactiva el organismo para después recuperarlo, se queda de manera permanente, se vuelve autodestructiva en forma de depresión. La ira se almacena como rencor, como impotencia, como resentimiento. La alegría busca evadimos de la realidad o se restringe, se apega al placer, donde uno se evade hacia dimensiones artificiales.

Estas emociones llevadas a sus extremos y convertidas en patologías se han vuelto amenazas críticas dominantes para nuestra Seguridad Humana. Debemos protegernos como individuos porque esta situación está fuera del alcance de la seguridad pública y de la seguridad nacional. Es necesario generar una infraestructura emocional que nos permita defendernos ante estas amenazas que ahora vienen del entorno.

Las amenazas críticas dominantes se caracterizan por su trágica profundidad, no por su súbita aparición y en ese sentido sentimos el miedo manipulado a través de los sistemas de control político de los estados, incluyendo los sistemas y medios de comunicación a su servicio. Estamos viviendo la depresión social provocada por los intereses económicos de las grandes corporaciones, de los empresarios y políticos que nos rodean y un modelo de desigualdad creciente que fabrica muchos pobres en contraposición a unos pocos ricos.

#### LA FÓRMULA DEL CAPITAL EMOCIONAL

Los siguientes principios signan la construcción del capital emocional:

- **¿Qué pasaría si...?** Si lo podemos pensar, hemos avanzado enormemente. Reflexionamos en cuántas veces ni siquiera nos hemos atrevido a pensar algo diferente a lo que conocemos, presuponemos o percibimos. Romper el paradigma es el quid del asunto.
- **Por qué no...?** Pensar en las consecuencias, sopesar las posibilidades, enfrentarnos con nosotros mismos, medir nuestras fuerzas frente a los demás. Es pensar “al revés de lo acostumbrado”. Es fundamentar por qué NO HARÍAMOS tal cosa, cuando sólo estamos acostumbrados a usar la argumentación del por qué lo haríamos, como punto de partida.
- **El NO ya lo tengo...** Pensemos que esto no es lo mismo que plantea el qué puedo perder, que me digan no o que me digan sí. Este pensamiento que se propone implica ya tengo el No vayamos ahora por el sí.
- **Busca tu grial...** es la búsqueda de nuestra identidad, de lo que da sentido y significado a nuestra existencia. Cuántas veces lo que encontramos no es lo que deseamos, hay que buscar el grial.

- **Ve el lado brillante de la vida...** No estemos pesimistas, el lado brillante de la vida equilibra nuestra situación cuando todo parece estar oscuro.
- **No estás muerto todavía...** Y lo más importante, mientras tengamos vida, no muremos entre miedos, conflictos, desesperanzas. Nuestra llama está encendida.

#### LA CUARTA PARED

En el teatro, la cuarta pared es la que da al público, es donde está la aprobación, la desaprobación, el abucheo o el aplauso. La cuarta pared es la que reflejará las verdaderas emociones, no las del actor, sino las del público.

La cuarta pared como los públicos manipulados por los medios de comunicación. Y nosotros, los ciudadanos quienes a veces somos público y a veces actores centrales de la acción nos quedamos en el escenario, desempeñando papeles que no queríamos representar. Que nos hacen infelices, que nos causan profunda frustración y otras emociones dolorosas muy difíciles de controlar.

En el principio era el Mito.

En el Mito había una existencia feliz, alrededor de la cual se construían ensueños, sentidos, imaginarios sociales, significados.

Las sociedades arcaicas se expresaban mediante el mito, el rito, el arte, cuando el capitalismo se presenta, el lenguaje se vincula a la cultura como mercancía, dice Adorno que es cuando el espíritu se debilita cuando se distribuye con fines de consumo. El cúmulo de informaciones y de diversiones domesticadas corrompe y estupidiza al mismo tiempo (Adorno, 1987).

La narración ahora se vuelve vacía, ausente del misterio, del halo mágico, reducido al mundo mediático en copia, cosa, degradación del arte en publicidad y propaganda enajenante en contenidos de una modernidad y posmodernidad insultantes. Porque también son fundamentalmente de incomunicación.

Como sociedad de masas, la unidad de lo colectivo manipulado consiste en la negación de todo lo singular, es una burla dirigida a una sociedad que podría hacer del individuo una persona.

#### EL PENSADOR SINTIENTE

La ética es un modo de pensar, de conocer el mundo interno y externo, hacer de la vida una forma de existencia en conformidad a las capacidades y facultades del ser humano. ¿Por

qué una forma de pensar? Porque cuando pensamos, reflexionamos, analizamos lo hacemos desde nuestra capacidad que nos identifica como humanos; la razón y la emoción, expresado como el pensador *sintiente*” es cuando la humanidad se hace concreta en nuestro ser. (<http://lauca.usach.cl/~aremente/etica/etica1.htm>).

El filósofo Javier Zubiri acuñó el término “inteligencia sentiente”, en la cual quiso expresar que la inteligencia no es independiente del sentir, según él el puro sentir presenta a las cosas como estímulos, pero hay un modo de sentir que las presenta como realidades (Gubern, pág. 102).

### ATARAXIA Y ALEXITIMIA

Frente a la **alexitimia**, una trágica ignorancia emocional, está la ataraxia.

Epicuro consideró a la **ataraxia**, la experiencia del alma que satisface la felicidad emocional, como el objetivo moral de su filosofía. A este atractivo estado de la mente se le suponía estar fuertemente arraigado en la naturaleza.

Erick Anderson (*¿Qué es su placer? En internet*) comenta que esta analogía aporta una pista al por qué la búsqueda de la felicidad, para tantas personas, a menudo se aparta del camino correcto. Es porque ellos se zambullen en sus rutinas preferidas con una voracidad contraproducente, de forma que sus sensaciones se convierten en *obsesiones*, sus aventuras pasan a ser *desventuras*, sus misiones derivan en *cruzadas*, su imaginación se convierte en *escapismo*, su comunicación en *clamor* y sus especulaciones en *rumia*. Se descuida el equilibrio espiritual en favor de “vivir al límite”, lo que deriva en agotamiento emocional en vez de satisfacción emocional.

Coincidimos con Anderson en dos tipos de placeres el de la comunicación y el de conocer el futuro.

### LA COMUNICACIÓN COMO PLACER

De ahí se derivan de todas las facetas de la experiencia compartida. La mayoría de las comunicaciones humanas se desarrollan a través de un medio simbólico, el lenguaje, sea éste escrito, hablado o vía señas. Disfrutamos muy fácilmente del intercambio libre de ideas, del chismorreo y de otras formas relajadas de conversación. La “confesión” también es reconocida como “buena para el alma”, especialmente cuando lo hacemos con nuestros amigos de mayor confianza. La vía escrita, en cartas, y ahora en correo electrónico (e-mail), son formas más estructuradas de comunicación simbólica que potencialmente pueden proveer placeres similares a través de cualquier brecha de espacio o tiempo. Por lo pronto, los medios de co-

municación a menudo sacan provecho del descubrimiento de que su audiencia confía en las “noticias” más como una forma de entretenimiento que como una fuente de información.

La comunicación también puede ser llevada a cabo por medio del *tocar* y de la *acción*. Los besos y caricias del amante a menudo son más que sólo un deleite sensual, pues también son expresiones explícitas de afecto. La realización de las artes constituye otra vía para emitir expresiones de gran significación, más allá del uso de las palabras. Las destrezas también pueden utilizarse como demostración para el esclarecimiento de los demás, ya sea que la lección se refiera a cómo preparar una receta, reparar una cañería rota, o golpear debidamente la bola con el palo de golf —el ejemplo de mostrar con los movimientos físicos comunica mucho más de lo que nunca podría permitir la narración verbal

### EL FUTURO COMO PLACER

La aguda habilidad de la mente humana para modelar la realidad de forma natural nos tienta a contemplar escenarios condicionales del tipo “que pasaría si...” como preludeo para la toma de decisiones.

Las instituciones dedicadas a la investigación y a los juegos de azar nos permiten hacer apuestas sobre cuán precisamente se ajusta el resultado de eventos reales a nuestras expectativas. Ganar, en muchos tipos de juegos, depende a menudo de qué tan buenos somos en anticiparnos a las decisiones de nuestros oponentes. Las especulaciones también facilitan el avance del conocimiento, ya que al iniciarlas colocamos los cimientos para el descubrimiento. Además, una de las grandes fascinaciones humanas es la *predicción* —incluso cuando se sabe que los métodos utilizados son dudosos (tales como la astrología y otras formas el tarot, la lectura del café, de los caracoles, el manejo de los cuarzos, etc.)—. Especular sobre el porvenir, *cualquiera que sea* el tipo de especulaciones sobre el futuro, parece mejor que renunciar a cualquier intento mental de previsión.

### ¿LA FELICIDAD? ¿QUÉ ES ESO?

¿En qué momento el dolor y el sufrimiento sustituyeron a la felicidad?

¿Acaso renunciamos a ella? ¿La sociedad de masas nos robó el alma, nos atrofió los sentidos, la imaginación, la espontaneidad, nos atrofió las emociones? Si no entonces qué es la realidad virtual, el ciberespacio, los videojuegos. En la medida en que aparecen nuevas tecnologías, en vez de estar más comunicados, estamos menos comunicados horizontalmente, directamente, nuestra cotidianeidad está frente a una computadora, nuestra comunicación está mediada por el aparato, nuestra socialización está perdida en una conexión cibernauta.

Y lo peor es que nos volvemos adictos a los videojuegos, a la computadora, al internet y nuestra adicción se vuelve una enfermedad de la voluntad que no queremos aceptar porque nos causa placer-dolor-tensión. Excitaciones sólo comparables a drogas superiores.

Y uno piensa que tiene el control en sus manos, que se ejerce el poder cuando frente al monitor manejamos los comandos, pero somos manipulados por los proyectos ideológicos y culturales que están en los contenidos, el enemigo en casa y aún así lo queremos, lo deseamos, no podemos vivir sin él.

Aunque sea igual, vacío de contenido, monótono, repetitivo, rutinario, siempre lo mismo...

La trasposición de los mitos equivocó el lenguaje original, despojó a los símbolos de sus contenidos espirituales y significativos para sustituirlos por chatarra electrónica. Pero en la necesidad del ser humano de conservar el contenido del mito es donde se ancla la manipulación dice Adorno (pág. 173).

La teoría de la felicidad se empieza a manejar entre los economistas de los países desarrollados. Finalmente los ricos también lloran, no son felices, pero imagínense lo feliz que puede ser un pobre teniendo aunque sea un poco de dinero del rico.

Se propone la felicidad como política pública, como proyecto político de un gobierno. El concepto de la felicidad referido como el concepto del bienestar, comenta Sergio Manaut (*La felicidad debería convertirse en un objetivo político*)

*El dinero adicional les resulta más displicente a los ricos que a los pobres. Por lo tanto si parte del dinero de una persona rica pasara a una persona pobre, ésta última obtendría una felicidad mayor de la que perdería el rico, y el bienestar promedio de cualquier país aumentaría. (Pablo Tigani, consultor argentino, presidente del grupo HACER)*

Para Amitai Etzioni (1999, pág. 114) la nueva regla de oro significa el equilibrio entre derechos individuales y responsabilidad social. La responsabilidad social es la responsabilidad con la comunidad en la construcción de un sentido de pertenencia, identidad y solidaridad. Exige trascender los intereses particulares y corporativos para reconocer en estos ámbitos públicos y comunitarios calores para el desarrollo de las personas y la sociedad, así, más allá de las normas jurídicas, va al fondo de las realidades humanas, una regla de oro que equilibra autonomía y responsabilidad.

Para Amartya Sen (1999) la sociedad no tiene por qué comprometerse a defender la libertad individual sólo a través del Estado, sino también a través de otras instituciones: Las organizaciones políticas y sociales, las organizaciones ciudadanas, las organizaciones no gubernamentales, los medios de comunicación y otras instituciones.

Para Etzioni,(2001,pág. 42) la seguridad comunitaria consiste en que las políticas que pretenden renovar o apoyar a las comunidades deben tener presente que éstas se forman y fortalecen en espacios públicos y no en la intimidad de la propia casa o el propio vehículo. Una sociedad comunitaria no adopta exclusivamente recursos coercitivos (policía cárceles, regulación) a menos que sirvan para enfrentar un peligro claro y actual.

El sufrimiento social se traduce en términos de delincuencia y las políticas sociales sólo se llevan a cabo bajo el pretexto de la prevención del delito (René Van Swaaningen, pág. 219).

El capital social como bien público más importante para el bienestar de la humanidad que los bienes materiales. Decenas de estudios han demostrado que la posesión del capital social permite pronosticar la probabilidad de la felicidad humana mejor que la posesión del capital económico. El mejor predictor de felicidad es la amplitud y profundidad de los contactos sociales de una persona. (Putnam, R., en *El declive del capital social. Un estudio internacional sobre las sociedades y el sentido comunitario*, Barcelona, Galaxia de Gutenberg, Círculo de lectores 2003).

Si algo denuncia el comunitarismo como pernicioso y antisocial es el individualismo, nuestra sociedad actual se caracteriza por ser competitiva y hobbesiana (el hombre es el lobo del hombre) con enfrentamiento de unos contra otros, la búsqueda de los intereses personales, el desencadenamiento de los apetitos del poder, placer y fama a costa de los valores esenciales de la civilización como son la libertad, la calidad, la sociabilidad, el autogobierno y la dignidad de la gente.

El individualismo es una suma de antivalores. Los seres sociales no sólo son sociables por naturaleza sino su sociabilidad aumenta la potencialidad humana y moral. El tejido social lejos de disminuir la individualidad la sostiene, la alimenta y la permite (Michael Sandel, *El liberalismo y los límites de la justicia*, Barcelona, Ed. Gedisa, 2000).

Taylor dice que el lado oscuro del individualismo ha sido causante de fenómenos que imperan en la cultura contemporánea como son el egoísmo, ola generación del yo, el narcisismo o culto al propio cuerpo y el relativismo de esta sociedad permisiva están provocando una disgregación o fragmentación social alarmante (Taylor, 1994.).

#### **UNA BUENA DEFENSA, LA RESILIENCIA**

Una mentalidad resiliente nos ayuda a estar preparados frente a las adversidades que vengan y facilita el potencial de cambio y el constante crecimiento personal durante nuestra vida.

Aunque en la mayor parte de la literatura sólo se toma el concepto como la capacidad de algunas personas para superar obstáculos, coincidimos con Robert Brooks y Sam Goldstein

(2004) que debemos generar una mentalidad resiliente como fuerza fundamental para nuestras vidas que proporcione un fundamento básico y un depósito de fortaleza emocional al que se puede acudir para resolver los retos de la vida diaria. (pág.13)

La resiliencia como la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas y ser transformado positivamente por ellas. En psicología se estudia a las personas que desarrollan competencias a pesar de haber sido criadas en condiciones desfavorables con posibilidades de aumentar las patologías mentales o sociales.

En ciencias Sociales se caracteriza a los sujetos que a pesar de nacer y vivir en condiciones de alto riesgo las personas se desarrollan psicológicamente sanos y socialmente exitosos.

Es tener una vida sana en un medio insano. Es la habilidad para resurgir de la adversidad, adaptarse, recuperarse y acceder a una vida significativa y productiva (ICCB Institute on Child Resiliencia and Family, 1994).

La resiliencia tiene dos componentes: resistencia frente a la destrucción, o sea la capacidad de proteger la propia integridad, bajo presión, y por otra parte, más allá de la resistencia, la capacidad de forjar un comportamiento vital positivo pese a las condiciones difíciles (Vanistendael, 1994).

Los pilares de la resiliencia son:

- Insight o introspección (capacidad para examinarse internamente, plantearse preguntas difíciles y darse respuestas honestas).
- Independencia (capacidad para mantener distancia física y emocional con respecto a los problemas sin caer en el aislamiento).
- Interacción (capacidad para establecer lazos íntimos y satisfactorios con otras personas).
- Iniciativa (capacidad para hacerse cargo de los problemas y ejercer control sobre ellos).
- Creatividad (capacidad para crear orden, belleza y objetivos a partir del caos y del desorden).
- Sentido del humor (predisposición del espíritu a la alegría, permite alejarse del foco de tensión, relativizar y positivar).
- Conciencia moral (abarca toda la gama de valores internalizados por cada persona a través de su desarrollo vital), (Manciaux, M et.al. "La resiliencia: estado de la cuestión" en Manciaux, M (comp.) *La resiliencia: resistir y rehacerse*, Barcelona, Ed. Gedisa, 2003).

Para Brooks y Goldstein una mente resiliente tendría estas características:

- Sentir que controlamos nuestra vida.
- Saber cómo fortalecer la resistencia al estrés.
- Tener empatía con los demás.
- Desarrollar una comunicación efectiva y capacidades interpersonales.
- Tener sólidas habilidades para solucionar problemas y tomar decisiones.
- Establecer metas y expectativas realistas.
- Aprender tanto del éxito como del fracaso.
- Ser un miembro de la sociedad compasivo y contribuyente.
- Llevar una vida responsable basada en una serie de valores sensatos.
- Sentirse especial (no egocéntrico) mientras ayudamos a los demás a sentir lo mismo. (pp19-20).

Martha Nussbaum habla de las capacidades que tiene el funcionamiento humano: vida, salud corporal, integridad corporal, sentidos, emociones, razón práctica, afiliación otras especies, juego, control sobre el propio entorno.

En emociones transcribo:

*Ser capaz de tener vinculaciones con cosas y personas fuera de uno mismo afecto por las cosas y la gente, más allá de nosotros mismos; de amar a quien nos ama, y cuidan de nosotros, de penar por su ausencia y, en general, de amar, de penar, de experimentar nostalgia, gratitud y temor justificado. Que el propio desarrollo emocional no esté arruinado por un temor o preocupación aplastante, o por sucesos traumáticos de abuso o de descuido. (Apoyar esta capacidad significa apoyar formas de asociación humana que pueden mostrarse como cruciales en su desarrollo) (Nussbaum, M., 2002, pág. 117).*

#### **A MANERA DE CONCLUSIÓN**

Aquellos quienes aún se atreven a negar la capacidad del capital emocional para mover montañas, construir mundos, cumplir hazañas, son seres obcecados por las anteojeras de una formación “descartiana” que desvió el camino de un ser humano completo, integral. Lo grave es que también desvió en muchos años el desarrollo de la humanidad.

## LISTA DE REFERENCIAS

1. **ADORNO, T. Y HORKHEIMER, MAX**, *Dialéctica del iluminismo*, Buenos Aires, Ed. Sudamericanam 1987.
2. **ANDERSON ERICK**, *¿Qué es su placer? Una aproximación funcional a la búsqueda de la felicidad*, (traducción de Sergio Sotomayor Prat) en El jardín <http://www.atomic-swerve.net/jardin/>
3. **AMARTYA SEN**, 1999, *Desarrollo y libertad*, Barcelona, Ed. Planeta, 1999.
4. **BROOKS, ROBERT Y GOLDSTEIN, SAM**, 2004, *El poder de la resiliencia*, México, Ed. Paidós.
5. **EKINS PAUL**, et.al., 1992, *Riquezas sin límite. El atlas Gaia de la economía verde*, Madrid, EDAF.
6. **ETZIONI, AMITAI**, 1999, *La nueva regla de oro*, Barcelona, Ed. Paidós.
7. **ETZIONI, AMITAI**, 2001, *La tercera vía hacia una buena sociedad. Propuestas desde el comunitarismo*, Madrid. Ed. Trotta. <http://lauca.usach.cl/~aremente/etica/etica1.htm>
8. **FERNÁNDEZ, PABLO**, 2005, *Seguridad Humana*, Tesis doctoral, Universidad Autónoma de Barcelona, España.
9. **FERNÁNDEZ, PABLO**, 2006, *La Seguridad Humana*, Editorial Ariel, Barcelona, España.
10. **ICCB INSTITUTE ON CHILD RESILIENCIA AND FAMILY**, 1994.
11. **MANAUT SERGIO**, “La felicidad debería convertirse en un objetivo político” en *Tendencias 21*, <http://www.tendencias21.net/>
12. **MANCIAUX, M.** (comp.) 2003, *La resiliencia: resistir y rehacerse*. Editorial Gedisa, Barcelona.
13. **NUSSBAUM, M.**, *Las mujeres y el desarrollo humano. El enfoque de las capacidades*. Editorial Herder, Barcelona, 2002
14. **SANDEL, MICHAEL**, 2000, *El liberalismo y los límites de la justicia*. Editorial Gedisa, Barcelona.
15. **TAYLOR, CH.**, *Ética de la autenticidad*. Editorial Paidós, Barcelona, 1994.
16. **VAN SWAANINGEN, RENÉ** (2002), “Hacia un nuevo concepto de seguridad comunitaria”, *Revista catalana de seguridad pública*, Barcelona, pág. 219.



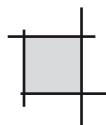


parte 2

I P P  
1 2 L

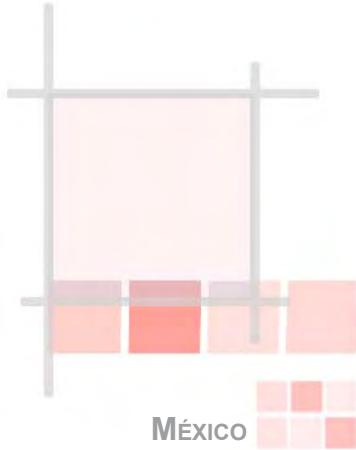
## APORTES DE CAPITAL EMOCIONAL A LA VIDA COTIDIANA

*Vallejo | Ruiz | Ortega | Baena | Chavarría | Muñiz  
Ramírez | Gómez | Carrasco*



162

I P P 1 2 L



## “CANTA Y NO LLORES...”

Recuento de la ira ciudadana

**Guillermina Baena Paz**

[drbaena@hotmail.com](mailto:drbaena@hotmail.com)

**Abstract:** *El capital emocional es de las personas, pero también de la comunidad, nos realizamos en él cuando actuamos con los demás. He aquí un importante repaso sobre muchas de las posibilidades de la Seguridad Humana y las muy diversas formas en que el poder público arrasa con ellas: desde la corrupción hasta el autoritarismo, desde el desigual reparto de la riqueza hasta la negación oficial de la realidad. Un extenso y doloroso recuento sobre la apabullante vida del ciudadano envuelto en la ira. Más una esperanzadora conclusión en torno a las rutas de salida desde el corazón.*

**Palabras clave:** Seguridad Humana, emociones, capital social, capital emocional, abuso de poder, autoritarismo, dictadura blanda, estado policial, neoliberalismo, lucha de clases, enajenación mediática, masas.

Unas pocas semanas después de las elecciones presidenciales del 2006, los médicos del país empezaron a recibir mucha gente enferma, por coraje, por impotencia, por hartazgo, por molestia: las enfermedades físicas tomaron diversas formas nerviosas, de colitis, gastritis, presión alta, agudización de las enfermedades que ya portaban. Cómo proteger la Seguridad Humana ante estas circunstancias producto de las amenazas críticas dominantes del exterior.

### ¿COMER O SER AMADO?

Parecía que la pirámide de Maslow no tendría discusión, sin embargo una necesidad básica es el cariño, el amor, y esto Maslow no lo puso en su pirámide.

¿Qué necesita primero el ser humano, comer o sentirse amado? ¿Y si no tiene qué comer?

¿En qué medida sentirse amado puede ser fundamental para salir adelante para tener ánimos de buscar la satisfacción para el hambre?

Miles de hechos cotidianos ratifican que los seres humanos somos capaces de sentir dolor y de sentir hambre, pero principalmente, sentimos amor.

Hay un experimento clásico en psicología y comunicación. Unos niños recién nacidos de clase acomodada se quedaron al cuidado de las nanas, quienes los mantenían dentro de la cuna alimentándolos bien, a la larga se mostraron deprimidos y fallecieron. En cambio, otros recién nacidos de familia muy humilde con escasas posibilidades de satisfacer su hambre sobrevivieron porque siempre estuvieron en el regazo de la madre, quien los abrazaba a su pecho, les hablaba, los mantenía calientitos.

La señora Isabel de Wallace, cuando supo que su hijo había sido secuestrado y asesinado inició una lucha por aclarar el asunto, que empezó desde el rastreo como investigadora hasta llevar ante el Ministerio público al secuestrador y ahora seguir en la búsqueda del cómplice. Lo que ha tenido de peculiar el caso es que se ha hecho público a partir de la puesta en anuncios espectaculares (febrero del 2006) en sitios públicos de la ciudad de México, fotos tanto del secuestrador como de su cómplice. Del secuestrador para que haya más acusaciones de víctimas y no lo dejen salir por falta de pruebas y del cómplice con una recompensa de 250 mil pesos para que lo encuentren.

Cuando la entrevistaron para preguntarle por qué lo hacía, ella contestó por el amor de una madre.

Qué fuerza debe tener el amor de una madre para enfrentarse con una valentía inaudita a esferas de corrupción, crimen, secuestro y enfrentar una lucha sin tregua por el hijo de quien no ha podido tener ni su cuerpo para sepultarlo.

## EL AMOR DESAFÍA TODO

¿Qué duele más, perder a un padre o perder a un hijo?

Viajaron de Tabasco a Guadalajara, en México, los hermanos de la Iglesia de Pentecostés Vida Abundante para un encuentro religioso en Tequila, Jalisco. El camión se estrelló y volcó muriendo 57 pasajeros.

“Hijo, hijo te esperaré todos los días hasta que me muera”, le gritaba en la tumba una madre a su hijo muerto en un accidente de un camión que se cayó por las Cumbres de Maltrata, una zona montañosa del estado de Veracruz, también en México.

Tres días antes del regreso, Martha Matilde de Dios recibió una llamada de su esposo diciéndole que uno de sus hijos había sufrido un accidente, tuvo que irse en avión de Guadalajara a Villahermosa y dejó a tres de sus hijos en Tequila así como a la prima. Todos murieron, la madre está inconsolable (Gómez, El universal, 20 de abril, 2006).

¿Por qué hay algunos que tienen que morir y otros que a pesar de todo no mueren? Preguntas intensas que nos dejan reflexionando, en términos de vivencias tortuosas.

Roman Gubern (p. 219) reflexiona sobre nuestra era de comunicación y en este nuevo siglo al señalar que el hombre no puede vivir sin emociones y sin sentimientos, los medios nos las hacen vivir artificialmente a través de manufacturar y difundir ficciones audiovisuales, entretenimiento y publicidad. Esta situación nos hace vivir un déficit emocional masivo en la sociedad postindustrial. Carencia que se intenta llenar de manera artificial con textos, imágenes y sensaciones inventadas que tratan de reemplazar la vida por una pseudovida consoladora. La flor natural sustituida por la flor de plástico.

La mayor parte de los mensajes pasan por la mente de la gente, no en el mundo real. La era de la comunicación es la era de la soledad. Qué paradoja, en el siglo de la realidad virtual el destino del hombre ha de ser interactuar emocionalmente con el mundo viviente que le rodea y no con los fantasmas que habitan dentro de su cabeza, finaliza Gubern.

La naturaleza dotó al ser humano de un cerebro y protegió el lugar donde nacen las emociones, el sistema límbico, con el cortex. ¿Por qué a los 54 días de formado el feto ya ha empezado a configurar el sistema de las emociones y no la parte racional?

Las emociones tienen que desempeñar un papel fundamental en nuestra vida, por ello el cerebro las tiene protegidas, sin embargo, el desarrollo y uso casi exclusivo de la parte racional durante mucho tiempo y los prejuicios que teníamos sobre los zurdos, los escritores y los mitos sobre las emociones no permitieron descubrir este potencial escondido en las emociones.

Los estudios sobre el cerebro en la década de los noventa en el siglo XX empezaron los descubrimientos. Otros autores generaron nuevas reflexiones. Resulta que sólo habíamos privilegiado a la inteligencia matemática y a la inteligencia lingüística y tenemos inteligencias múltiples: corporal, espacial, estética, intrapersonal, interpersonal, musical, psíquica, ambientalista, emocional y todas las que se acumulen los próximos años de descubrimientos cerebrales.

Para recabar información a veces tenemos que abrir los ojos, los oídos, cada uno de los poros de la piel y las papilas del gusto y el tacto: la emoción es nuestra forma de aprehensión y comprensión del mundo. Hay hechos que se tienen que observar con el estómago y con los intestinos.

Cuando aún los psicólogos no se han puesto de acuerdo en cuáles son las emociones básicas, ya se empieza a perfilar la necesidad de manejarlas.

Si partimos de cuatro emociones sin mezclar los sentimientos o emociones complejas que involucren varias a la vez, podemos decir que está el miedo, la tristeza, el enojo y la alegría.

#### MIEDO AL MIEDO

*"En muchas ocasiones la voz del miedo  
grita más fuerte que la voz de la vida".*  
Odin Dupeyron

El miedo es la emoción que nos permite sobrevivir ante el peligro. La inteligencia de la rata se le llama a la capacidad de intuir el peligro y huir de él. Las ratas son las primeras que salen en un naufragio o en un incendio. En tiempos de crisis, ya lo dice el dicho, "las beatas se beatifican y las ratas se ratifican".

El miedo nos permite detectar las amenazas con rapidez y nos hace decidir en cuestión de segundos la medida que debemos tomar.

Pero que pasa ante un miedo prolongado, continuo, donde nos sentimos amenazados de manera permanente. Un miedo prolongado porque se presentan hechos o problemas que no podemos resolver o que no podemos enfrentar y nos puede llevar a distintos estados de enfermedad mental como la psicosis, la paranoia, la neurosis. Este miedo patológico nos somete a la inmovilidad, a la parálisis, al temor irracional profundo, a las fobias.

Imaginemos por un momento ese mismo miedo inoculado por los medios de comunicación con efectos perversos de control político. Muchos gobiernos operan con el miedo para someter a sus ciudadanos o para que acepten legitimar o fortalecer decisiones de un gobernante con intereses nefastos.

Una y otra vez se veían por la televisión los aviones estrellarse en las torres gemelas del World Trade Center, una y otra vez durante todo el día se veían caer irremisiblemente. Pese a ello, la sociedad norteamericana no lo quería creer. El hombre araña no lo quería creer, hasta que le hicieron recortar su película. “Esto no puede estar pasando, esto no es real decían los estadounidenses y prefirieron guarecerse en su casa a comer pizza y ver videos ahí donde seguramente sí se vería “la realidad” (las ventas de Pizzas Dominos y Blockbuster crecieron en 75% dos semanas después del 11-S).

*Batman inicia* se llama la nueva película. Un nuevo Batman que mira diferente, ya no sale de su comic ahora se enfrenta con la realidad, cada vez más cruda, por eso la frase: “No hay que tener miedo al poder sino al poder del miedo”.

Narra el reportero J. Jaime Hernández:

*¡Dios mío, ¿por qué nos has abandonado?!”. Fitra Shibab, un modesto empleado de la compañía de electricidad en Banda Aceh, Indonesia, invocaba así a sus dioses la mañana del 26 de diciembre del 2004, poco después de que su familia y su casa fueran sepultadas bajo una montaña de barro y escombros. En cuclillas, junto a su bicicleta llena de barro, Fitra se mecía el cabello mientras repetía, en forma de mantra, la fatídica frase, tratando de encontrar una respuesta al escenario de muerte, destrucción y desolación que dejó a su paso la mayor catástrofe natural de nuestro tiempo. (...) A un año de la tragedia del tsunami, que dejó 231 mil 452 muertos y desaparecidos y sumió en el caos y la destrucción a 1.8 millones de habitantes en trece distintos países del sudeste asiático, las cicatrices siguen sin cerrar. Fitra confiesa que, entre sueños, aún sigue contemplando “paralizado de miedo” las olas de diez metros de altura que llegaron a más de 500 kilómetros por hora “para quitarme lo que más quería y para dejarme la sensación de que, a lo mejor, estaba pagando por los pecados cometidos en otra vida. (El Universal, 25 de diciembre de 2005, p. A5)*

Ese terrible dragón que nos acosa, que no nos deja en paz, que nos mantiene muriendo permanentemente, día con día y nos ciega para entender que *la vida acaba, hasta que se acaba.*

*Cuando te sientas triste sólo recuerda tus cosas favoritas*

*Si el perro ladra y la abeja zumba, siempre recuerda tus cosas favoritas y así no te sentirás tan mal. (My favorite things, canción)*

**DEPRESIÓN**

*“Jugamos como nunca; perdimos, como siempre”*  
(la Selección mexicana al perder en Munich 2006)

Mirémonos las caras, somos seres tristes, con la bufanda de la angustia al cuello, con la mirada apagada que ya no observa, con el alma comprimida sin esperanza. Somos seres tristes que vagan sin sentido, con temores, con censuras, con tapujos en la mente, en un dramático conformismo que nos ha quitado las ganas de luchar, de vivir otra vida diferente a ésta.

Vivimos mascullando nuestra desgracia, llenos de resentimientos, de celos, de envidias, de corajes resignados:

*Cada vez que me dices puta  
se hace tu cerebro más pequeño  
Malo, malo, malo, que eres  
No se daña a quien se quiere  
Tonto, tonto, tonto que eres  
No te sientas mejor que las mujeres*  
(Canción)

El dolor, un sentimiento tan profundo, como hiriente daga clavada en el pecho que deja en silencio la amargura acallada, la desgracia vencedora, el agudo duelo, los círculos sin cerrar, los remordimientos, lo que pudo ser y que ya nunca más será...

La tristeza prolongada se vuelve depresión, enferma. Un duelo no superado lleva a sufrimientos estancados.

*Enfrenta las cosas después de sufridas  
porque el sufrimiento también es placer  
sufre suficiente, sufre demasiado  
pero sólo sufre lo que esté acordado  
porque cada causa tiene su dolor*  
(Dupeyron)

Los psicólogos han descubierto que el cáncer es producto emocional. Me pregunto cuántos cánceres evitaríamos si manejáramos nuestras emociones. El cáncer en una de sus causas es producto de una depresión prolongada o de iras acumuladas.

**IRA**

Cien minutos de silencio por los 65 mineros fallecidos en la explosión de la mina de Conchos en Coahuila, México. También por los 300 años de lucha ante las injusticias y la situación de estos trabajadores.

Desde el primer momento se supo que estaban muertos porque nadie podría sobrevivir a una tragedia como esa. Las condiciones de inseguridad de la mina habían sido revisadas días antes por autoridades y sindicato coludidos en los esquemas de corrupción. No se dio a conocer la noticia y se alimentó la esperanza de los familiares durante casi siete días. Por aquello de que podrían caer las acciones de la empresa en la Bolsa. La ira del propio gobernador del Estado quien no dejó de cuestionar al Secretario del Trabajo y la impotencia de los familiares ante la incertidumbre y las falsas esperanzas generó una ira contenida que se disolvió en llanto.

Una investigación reciente demostró que la ira y el enojo pueden ser causa de afecciones en la función pulmonar, el doctor John Moore-Gillon especialista en pulmones y vocero de la Sociedad Torácica británica dijo que el estudio es fascinante.

*Pareciera ser que hay un vínculo entre el mal carácter, la hostilidad y el deterioro en el funcionamiento de los pulmones. Lo que aún no se sabe con certeza es si ese deterioro es causado por la emoción o si ambos son causados por un tercer factor. Lo que se resalta es que cada vez se tiene más conciencia de la estrecha relación entre cuerpo y mente. (BBC mundo).*

El enojo sin control se vuelve ira, la adrenalina se escupe con violencia, irreflexivamente y a costa de lastimar a todos los que nos rodean. Después ya nada puede ser igual, la herida queda abierta... Un segundo antes de escupir la ira respira profundo, cuenta hasta diez si no te controlas, después te arrepentirás profundamente, porque ya nada será igual...

Narra Luis de la Barra en "Machetes y banquetes" ( 2006: mayo 5 ):

*El hombre de edad mediana, el talante a la vez fiero y sonriente, es captado en el momento justo en que está tirando la patada a la cabeza del policía que yace en el suelo tan indefenso que ni siquiera cubre su cara o su cabeza con los brazos. El pateador tiene la mirada clavada en el rostro del agente, y parece solazarse en su acción violenta tanto como en el dolor y el miedo que provoca en el objeto de su agresión. La televisión nos mostró que después el caído fue pateado por otros hombres. Cada patada fue inferida con notoria saña. Una en particular refleja un odio acumulado, enfermizo, rencoroso: la que se estrelló en los testículos del*

*hombre derribado con encono tan grande que el agresor parecía querer reventárselos.*

*—Nos van a matar —gritaba uno de los policías cuando la turba se precipitaba contra él y sus compañeros con palos, piedras, bombas molotov, petardos, machetes, varillas y vidrios.*

*A las 13 horas se escuchó el estallido de tres cohetones en San Salvador Atenco. Siguieron varias explosiones de pólvora y el repique de las campanas de la iglesia. Fueron las señales sonoras que se estaban esperando para salir a las calles y apoyar a quienes bloqueaban la carretera Lechería-Texcoco. El origen del conflicto parece baladí: la policía intentó desalojar a ocho vendedores de flores que ocupaban la banqueta de un mercado de Texcoco en aplicación de un programa, iniciado en agosto de 2005, de reubicación de ambulantes y floricultores. Se produjeron cuatro batallas campales. Hubo decenas de heridos, ocho de ellos graves, y un adolescente ultimado por un petardo que estalló en su pecho. Entre los más de 100 detenidos está el líder Ignacio del Valle, el mismo que encabezó el movimiento de los labriegos de San Salvador Atenco que echó abajo, recurriendo a acciones delictivas que incluyeron la toma de rehenes, el proyecto más importante del sexenio: la construcción de un nuevo aeropuerto. El pueblo desconoció a las autoridades municipales legítimamente electas y proclamó que no obedecería más ley que la no escrita de la voluntad popular.*

Días después el periódico *La Jornada* (mayo 6 de 2006, p. 8) narra:

*Yo oí cuando se lo llevaron. Nos habíamos refugiado en casa de un familiar. Es un muchacho que acostumbra que yo le dé la bendición. Se la di, me abrazó y me dijo que me quería. Que siempre se iba a quedar cerca de mí. No pasaron ni dos minutos cuando oímos el helicóptero sobrevolando la casa. Empezaron los disparos por todos lados, los vidrios de las ventanas volaron en astillas, los golpes en la puerta, los gritos por los altavoces: “¡pinches revoltosos, ya se los llevó la chingada!*

*Alguien me empujó y me escondió en un lugar. Lo oí todo: cuando rompieron los muebles, cuando empezaron a patear a César —su hijo de 18 años, estudiante del CCH Naucalpan— cuando se llevaron a él y a mis sobrinas; sus gritos. Tuve que morder mi suéter para no suplicarles que no se lo llevaran, que no le pegaran. Tres veces se fueron y regresaron. Me buscaban. Querían detenerme a toda costa. Echaron bombas o no sé qué. Me caían pedazos de vidrio y yeso en la cabeza, pero nunca me encontraron. Todavía no me lo explico. Cuando sentía que se habían retirado, definitivamente salí y pude huir. Aquí estoy de milagro, pero no sé nada de mi familia, de mi hijo César —relata María Antonieta Trinidad Ra-*

*mírez, esposa de Ignacio del Valle, el día que la policía “recuperó” Atenco—. Cuando él —Ignacio del Valle— se dio cuenta de que ya iban por él, de que ya lo iban a bajar de dónde estaba, me llamó. Me dijo: “Sé que hay cosas muy graves, pero no odies”. Pero yo tengo que decir que siento mucha rabia contra esa gente, que es gente de nuestro pueblo y que son unas mierdas, que nos pusieron el dedo, que nos echaron encima a la represión”. (Se refiere a sus vecinos que asegura fueron comprados como informantes y que entregaron a todos los dirigentes señalando las casas donde estaban.)*

Declaraciones de una antropóloga que estaba el día que llegaron los policías a Atenco:

*El día miércoles 3 de Mayo, luego de ver las noticias en televisión y enterarme de la muerte de un niño de 14 años, mi condición de antropóloga y documentalista hizo que me conmoviera con el deceso de este pequeño, por lo cual decidí dirigirme a San Salvador Atenco a registrar cuál era la situación real del poblado.*

*Pasé allí la noche, registrando las guardias que la gente del pueblo había montado y realizando entrevistas. Hacía frío, me arrime a las fogatas que la gente del pueblo había montado mientras seguía registrando imágenes. La luz del amanecer anunciaba un nuevo día: jueves 4 de Mayo.*

*Han de haber sido como las 6 de la madrugada cuando las campanas de la iglesia de San Salvador Atenco comenzaron a sonar: tum tum tum tum, una y otra vez, mientras por el micrófono se vociferaba que la policía estaba sitiando el poblado. Las bicicletas iban de un lado a otro, la panadería de un costado de la iglesia ya había abierto sus puertas y la calidez del olor del pan recién horneado inundaba la calle junto con el ir y venir de los campesinos en bicicleta. El señor que vendía atoles me dijo que tuviera cuidado, que los que venían “eran muy cabrones”. Me dirigí a una de las guardias, donde los campesinos miraban en dirección a la manada de policías que allá a lo lejos se veía. Metí el zoom de la cámara, me di cuenta que eran muchos y que cubiertos por sus escudos avanzaban dando pequeños, imperceptibles pasos.*

*Sentí miedo, ellos eran muchos, fuertemente armados y los campesinos pocos y desarmados. En la pantalla de mi cámara veo cómo uno de los policías apunta y dispara hacia nosotros un proyectil que cuando llegó a mi lado pude oler y sentir que era de gas lacrimógeno. Más y más gases lacrimógenos rápidamente fueron sepultando la calidez del olor a pan recién horneado y transformaron el angosto callejón en un campo de batalla. El aire era ya irrespirable y me fui a la plaza mientras las campanas sonaban con más fuerza. Por diferentes calles se veía a la policía a lo lejos avanzar.*

*La poca resistencia que hubo por parte de los campesinos dejó de resistir ante el ataque de las fuerzas policiales, que abruptamente se avalanzaron sobre los pobladores. Apagué mi cámara y junto con los demás corrí lo más rápido que pude.*

*Frente a la iglesia había un edificio público con las puertas abiertas y ahí me metí a esperar ilusamente que la turbulencia pasara. Había ahí dos jóvenes resguardándose también ilusamente del ataque. Éramos tres y nos mirábamos las caras angustiados y con miedo.*

*Cuidadosamente me asomé a mirar a la calle y vi cómo cinco policías golpeaban con toletes y patadas a un anciano tirado en el piso, sin compasión alguna. Sentí más miedo, regresé y le dije a los otros dos jóvenes que necesitábamos escondernos más, que ahí estábamos muy expuestos. Ilusamente nos subimos a la azotea y acostados boca arriba mirábamos los helicópteros que como moscardones roncaban en el cielo, mientras el sonido de los disparos fueron formando parte del paisaje sonoro del lugar. Una voz de hombre violentamente nos gritoneaba: “Bajen a esos cabrones que están en la azotea”.*

*Primero bajaron los dos jóvenes, yo desde arriba miraba cómo los golpeaban y con pánico no quise bajar, ante lo que un policía gritó: “Bájate perra, bájate ahora”.*

*Bajé lentamente, aterrorizada de ver cómo golpeaban en la cabeza a los dos jóvenes. Dos policías me tomaron haciéndome avanzar mientras otros me daban golpes con sus toletes en los pechos, la espalda y las piernas. Mis gritos de dolor aumentaban cuando escuché la voz de alguien que preguntaba por mi nombre para la lista de detenidos. Respondí: “Valentina, Valentina Palma Novoa”, mientras un policía me ordenaba que me callara la boca y otro me golpeaba los pechos. Una voz de hombre ordenó que me taparan con los escudos para que no vieran cómo me golpeaban. Se detuvieron a un costado de la iglesia y ahí me ordenaron que junto a los demás detenidos me hincara y pusiera mis manos en la nuca. Siguió sonando, mi celular sonó y una voz ordenó que registrarán mi bolsa.*

*En ese momento fui despojada de mi cámara de video, de mi celular y mi pequeño monedero con mis identificaciones y quinientos pesos. Me levantaron de los pelos y me dijeron: “Súbete a la camioneta puta”. Apenas podía moverme y ellos exigían extrema rapidez en los movimientos. Me abalanzaron encima de otros cuerpos heridos y sangrantes y me ordenaron bajar la cabeza sobre un charco de sangre, yo no quería poner mi cabeza en la sangre y la bota negra de un policía sobre mi cabeza me obligo a hacerlo.*

*La camioneta encendió motores y en el camino fui manoseada por muchas manos de policías, yo solo cerré los ojos y apreté los dientes espe-*

rando que lo peor no sucediera. Con mis pantalones abajo, la camioneta se detuvo y se me ordenó bajar, torpemente bajé y una mujer policía dijo: “A esta perra déjenmela a mí”, y golpeó mis oídos con las dos manos. Caí y dos policías me tomaron para subirme al bus en medio de una fila de policías que nos pateaban.

Arriba del bus otra policía mujer preguntó mi nombre mientras dos policías hombres pellizcaban mis senos con brutalidad y me tiraron encima del cuerpo de un anciano, cuyo rostro era una costra de sangre. Al sentir mi cuerpo encima el anciano gritó de dolor, traté de moverme y una patada en la espalda me detuvo. Mi grito hizo gritar al anciano nuevamente, que pedía a Dios piedad.

Una voz de mujer me ordenó que me acomodara en la escalera trasera del bus, así lo hice y desde ahí pude ver los rostros ensangrentados de los demás detenidos y la sangre esparcida en el piso.

Sin estar yo sangrando, mis manos y ropa estaban salpicadas de sangre de los otros detenidos. Quieta y escuchando los quejidos de los cuerpos que estaban a mi lado, escuchaba cómo seguían subiendo detenidos al bus y preguntando sus nombres en medio de golpes y gritos de dolor.

No sé cuánto tiempo pasó, pero el bus cerró sus puertas y echó a andar. Dimos vuelta cerca de dos o tres horas. La tortura comenzó y cualquier pequeño movimiento era merecedor de otro golpe más. Cerré los ojos y traté de dormir, pero los quejidos del anciano que estaba a mi lado no lo permitieron, el anciano decía: “Mi pierna, mi pierna, Dios, piedad, piedad por favor”.

Lloré amargamente pensé que el anciano moriría a mi lado, moví mi mano y traté de tocarlo para darle un poco de calma. Un tolete fue a dar sobre mi mano, ante lo cual, con un gesto, pedí compasión al policía que dejó de golpearme.

Queriendo darle un poco de amor acaricie la pierna del anciano que por unos momentos dejó de quejarse. Le pregunté su nombre y me respondió: “Si me muero no lloren, hagan una fiesta por favor”. Lloré en silencio sintiéndome sola en compañía de los otros tantos cuerpos golpeados, pensando lo peor; que nos llevarían a quién sabe qué lugar y que ahí nos matarían y desaparecerían a todos. Por un momento me dormí, pero el olor a sangre y muerte me despertó. Al abrir los ojos vi la pared de una cárcel.

El bus se detuvo y una voz ordenó que bajáramos por la puerta trasera. Me ordenaron pararme, y la puerta se abrió y mi cara llorosa y descubierta vio una fila de policías. Sentí miedo otra vez. Desde abajo una voz ordenó que se cerrara la puerta y que los detenidos debían salir con el rostro cubierto. Un policía me tapó la cabeza con mi chamarra y las puertas

*volvieron a abrirse otra vez. Abajo del bus un policía me agarró con una mano de los pantalones y con la otra mantenía mi cabeza gacha. La fila de policías comenzó a tirar patadas a mi cuerpo y al de los demás detenidos que eran parte de la fila.*

*La puerta del penal se abrió y nos avanzaron por estrechos pasillos en medio de golpes y patadas. Antes de llegar a una mesa de registro cometí el error de levantar la cabeza y mirar a los ojos de un policía, el cual respondió a mi mirada con un golpe de puño duro y cerrado en mi estómago que me quitó el aire por unos momentos.*

*En la mesa preguntaron mi nombre, mi edad y nacionalidad, luego de eso me metieron a un cuarto pequeño donde una mujer gorda me ordenó quitarme toda la ropa. Pedía rapidez ante mi torpeza producto de los golpes. “Señora estoy muy golpeada, por favor espere”, le dije. Me revisó, me vestí nuevamente y volvió a cubrir mi cara con la chamarra. Salí del cuarto y nos ordenaron hacer una fila de mujeres para ingresar formadas y cabeza abajo al patio del penal, que luego me enteré que le decían “Almolyita” en la ciudad de Toluca.*

*Han de haber sido las dos de la tarde del jueves 4 de Mayo cuando ya estábamos dentro de las instalaciones del penal. Nos llevaron a un comedor y nos separaron a hombres y mujeres. En una esquina, en medio de llantos las mujeres nos contábamos las vejaciones de las que habíamos sido objeto. Una joven me mostró sus calzones rotos y su cabeza abierta llena de sangre; otra contaba que la habían llevado en medio de dos camiones mientras la golpeaban, vejaban y decían: “Te vamos a matar puta”. Otra joven me comentó que tal vez ya estaba embarazada, todo en medio de llantos y apretones de manos solidarias.*

*El estado de shock entre las mujeres era evidente. Enfrente nuestro los hombres conversaban entre ellos mientras nosotras observábamos sus rostros sangrantes y deformados producto de la brutal golpiza. En eso estábamos cuando una mujer se acerca a nosotras y empieza a dar algunos nombres y pide que nos separemos del grupo. Éramos cuatro: Cristina, María, Samantha, Valentina. Se nos une al grupo un quinto: Mario.*

*Éramos los cinco extranjeros detenidos. Al momento llega un hombre, creo que era el director del penal y nos dice que allí donde estábamos, estábamos seguros, que aquí nadie nos golpearía, que lo que hubiese pasado antes de ingresar al penal no tenía nada que ver con él, como si dentro del penal no nos hubiesen también golpeado. Le pedimos hacer una llamada, petición que nos fue negada.*

*Mientras los detenidos visiblemente más heridos eran sacados del lugar rumbo al centro de atención médica que había dentro del penal; no eran unos ni dos, de los ciento y tantos detenidos que éramos, han de haber habido unos 40 con lesiones gravísimas. Uno de los primeros en salir fue*

*el anciano moribundo que a mi lado en el camión iba, a quien no volví a ver nunca más. Nos llegó el turno a los extranjeros de ir a hacemos el chequeo médico. Yo tenía moretones en los pechos, la espalda, hombros, dedos, muslos y piernas, se recomendó hacerme una radiografía de las costillas pues me costaba respirar, cosa que en ningún momento se hizo. (Valentina Palma Novoa, chilena que estudiaba cine en el CCC, testimonio por internet desde su país, valenpalma@hotmail.com )*

*Retiembla tierra  
La gente se corrompe  
Retiembla tierra  
La humanidad se rompe  
(canción Retiembla tierra)*

Esta era la canción favorita de un hombre sensible, actor, maestro de estudiantes de teatro que vivía con ellos cada semestre sus alegrías, sus sufrimientos, sus evaluaciones porque también eran las suyas, siempre sonriente, lleno de esperanzas, de ganas de hacer muchas cosas, un "...sexagenario que fue encontrado encobijado en un clóset con dos balazos en el abdomen. Habían pasado ya dos días"... (El Universal, 21 de diciembre de 2005, p. C4)

Otro caso: Un brillante intelectual y profesor universitario fue encontrado muerto en el cuarto de un hotel por lo que parecía un crimen homofóbico, lo mataron a mordidas en todo el cuerpo.

*El secuestrador Daniel Arizmendi López, el "Mochaorejas", recibió ayer una nueva sentencia por 168 años de prisión y el pago de 2 mil 600 días de multa, equivalentes a 58 mil 515 pesos, informó la Procuraduría General de la República. Con esta nueva condena son seis las sentencias en contra del líder de una banda de secuestradores, quien lleva acumulados 398 años de cárcel. (Las buenas noticias también son noticia, 28 de julio del 2006)*

Arizmendi para presionar los pagos de los secuestros mandaba a familiares de las víctimas las orejas o los dedos de los secuestrados.

El primer semestre del año 2006 hasta el 30 de junio hubo 1003 muertos en situaciones violentas producto de los enfrentamientos entre bandas del narco por adueñarse del mercado, los nuevos estilos llevaron a once decapitados (6 en Acapulco, 3 en Baja California y 2 en Michoacán) a 45 ejecutados solamente en Acapulco, y han matado por igual a mujeres y

a niños. En todos los casos “las autoridades no han logrado precisar la identidad de los responsables”. (El Universal, 11 de julio, 2006)

En México los crímenes de Estado quedan totalmente impunes. Son los secretos de voz en voz los que revelan la verdad de los hechos, pero que nos escandalizan cuando aparecen en televisión con todo y su lenguaje prepotente, cínico, de poder, humillantes, transformados en “Gober precioso” (refiriéndose a la forma familiar en que un pedarasta se dirigió a un gobernador que lo encubría) y “botellas de coñac”, palabras clave para referirse a jóvenes de 14 ó de 15 años en el lenguaje de los “antros”.

La corrupción permea todos los espacios. Un procurador de apellido Lozano Gracia pretendió limpiar el cuerpo policiaco de corrupción y destituyó a 900 policías, sólo uno, sólo uno de todos ellos fue el único que quedó fuera, los demás interpusieron una demanda laboral y fueron reinstalados.

En México el 97% de los crímenes quedan impunes y una buena parte de ellos es por causa de la corrupción.

En la columna “Punto y aparte” de conocido diario mexicano se comentó:

*El sexenio que se había dicho que se lucharía en favor de la transparencia, para significarse de manera definitiva del pasado, la corrupción no sólo avanzó sino que se ha hecho más costosa. De acuerdo al Índice Nacional de Corrupción y Buen Gobierno que elabora la ONG Transparencia Mexicana, el país muestra un serio proceso de perversión de sus valores éticos y morales, que pasaron de 8.5 en 2003 a 10.1 puntos el año pasado, con lo que se advierte un retroceso a la posición existente en 2001. El indicador es significativo porque es sensible a las acciones de políticas públicas del gobierno. En efecto, el desplome refleja que esas acciones no son eficaces o no hubo interés de las autoridades para combatir a la corrupción... El avance de la corrupción es peligroso porque puede instituirse como la cultura del cambio. (Carpeta angulosa, Internet, mayo 9 de 2006)*

La ira puede desatarse por la impotencia, la frustración, la decepción, el estar sometidos una y otra vez a ofensas, a una administración y procuración de justicia que protege la impunidad a través de la corrupción. Y cuando esto sucede a veces la ira no puede ser controlada. Cuando la gente no cree en la justicia, la realiza por su propia mano, en una especie de Fuenteovejuna, que cubre el anonimato de todas sus desgracias.

Después de las elecciones presidenciales del 2006 muchos de nosotros hemos visto con gran preocupación un país dividido de odios contenidos y expulsados. Se pregunta el columnista Jaime Avilés, (septiembre 2 del 2006):

*¿En qué momento se instaló el odio entre nosotros? Hoy en día todo el mundo conoce anécdotas de personas que se liaron a golpes porque una llevaba el moñito tricolor en la solapa o una cartulina pegada al vidrio del coche con una leyenda de “repudio total al fraude de Fecal”, en tanto que la otra ostentaba en el vidrio trasero de su vehículo el muñequito de AMLO creado por Hernández, pero adulterado por el vengativo mensaje de: “sonríe, no gané”.*

El domingo pasado en el Zócalo un camarógrafo mexicano de CNN llegó tarde a la asamblea informativa de las 11 de la mañana y no encontró sitio en la primera fila del palco de prensa. De nada le valieron sus ruegos, nadie le abrió un lugar. Colérico, tuvo que irse hasta atrás y abrió un banquito desplegable para subirse y tener un mejor ángulo de la situación que más tarde sería vista durante 20 segundos cuando mucho en millones de pantallas domésticas del mundo. Desconocedora de su trascendental misión, la gente que estaba detrás de él le pidió que se bajara, a lo que el sujeto respondió gritando: “Ojalá que ya venga la PFP y los mate a todos, y a ver quién los graba, pinches indios”.

¿Qué es el odio? ¿Cuál es su fisiología? ¿En qué zona del cerebro se origina, qué tipo de neuronas entran en acción cuando nublan nuestra inteligencia? Estas son preguntas que deben responder los expertos. Lo cierto, sin embargo, es que el odio actúa como una enfermedad, esto es, como un agente que se introduce en nuestro organismo y lo empieza a dañar, a destruir.

El odio aumenta la presión arterial, contribuye al endurecimiento de las arterias, eleva el riesgo de ataques cardiacos, irrita las cuerdas vocales porque nos obliga a alzar la voz sin tener la garganta preparada para ello; afecta nuestros pulmones porque nos cambia súbitamente el ritmo de la respiración, pero, sobre todo, fundamentalmente, golpea en el aparato digestivo.

Cuando el odio nos asalta se nos endurece el estómago, se nos inflama el intestino grueso, lo que se transforma en un padecimiento crónico llamado colitis (no hace falta explicar que ésta sobreviene cuando se hincha cualquiera de los tres segmentos del colon), que llevado a límites extremos pueden desencadenar una apendicitis y si ésta no es atendida a tiempo, un estallido de la víscera con el consiguiente derrame de excrecencias dentro del vientre que ocasiona una septicemia en muchos casos mortal.

Además, el odio altera el apetito, aumentándolo o reduciéndolo y exacerbando el consumo de alcohol y tabaco, entre otras drogas. Sin meternos a ponderar otras cuestiones como diarreas y estreñimientos que igualmente pueden derivarse del hecho mismo de odiar, estamos ante un cuadro de signos y síntomas que desde luego constituyen una enfermedad.

Este es un fragmento de su preocupación de su petición de instaurar una clínica del odio. ¿Eso nos puede ayudar?

### ALEGRÍA

Darwin fue el primer teórico en estudiar las emociones (*The expresión of the emotions in man and animals*). Decía que cuando el hombre ríe “La circulación de la sangre se acelera, los ojos brillan y aumentan el color de la tez”.

Emociones como la alegría, el buen humor, el optimismo, el entusiasmo, la paz, la fe son realidades bioquímicas que generan en nuestro organismo respuestas fisiológicas que ayudan a prevenir, combatir y hasta revertir las enfermedades, en palabras del psicólogo Javier Martínez Guzmán (Pérez Bernal: 2001).

La risa genera endorfinas, analgésicos naturales de nuestro cuerpo que al ser liberadas provocan una sensación de bienestar generalizado. Robert Holden fundador de la Clínica de la risa en Gran Bretaña dice que no hay medicina comparable a reír y afirma:

*La risa ayuda a respirar mejor, durante un episodio de risa las exhalaciones son más largas que las inhalaciones, y en el periodo de recuperación que sigue a la carcajada a menudo nos vemos obligados a inhalar y exhalar largas, lentas y profundas bocanadas de aire. Esta respiración feliz es la base de una espléndida ventilación, un descanso reparador y una intensa liberación.* (Pérez Bernal, 2001)

Hasta la alegría se vuelve un medio de evasión ante los problemas, equilibra la razón de las tristezas con la burla, el humor, o sus modalidades finas de ironía y sarcasmo.

Todos nuestros dramas los volvemos comedia (“El privilegio de mandar”, programa cómico televisivo donde se satirizaba a la casta política mexicana instaurada en el gobierno durante el sexenio de Vicente Fox) y es que si no fuera por lo cómico, viviríamos en el drama, la angustia y la depresión con todo lo que nos sucede a los mexicanos. Pareciera que las siete vacas flacas nos llegaron en este sexenio. Hemos ido de una sorpresa a otra, de un coraje a otro, de una ofensa a otra. Hemos visto derrumbarse mucho de lo construido en años de historia. Hemos visto a una lengua viperina desatar tormentas nacionales e internacionales.

La risa es formadora de serotoninas que protegen nuestro sistema inmunológico. Pero en la medida en que crecemos nos volvemos entes que no ríen. Un estudio reciente dice que los niños ríen cien veces al día mientras que un adulto sólo siete veces. ¿Y en épocas de crisis, cuántas veces reímos?

Por eso nos evadimos en el fútbol, lo hacemos símbolo nacional, nos proporciona alegría, nos da identidad, “ponte la verde”, nos da un sentido para vivir y canalizar por otra vía nuestras frustraciones.

Más aún, McLuhan (1969: 10) decía que “Nuestro tiempo presenta una oportunidad única para aprender mediante el humor: un chiste penetrante e incisivo puede tener más significación que las banalidades encuadradas entre dos tapas de libro”.

Sin embargo hay quienes tienen otros puntos de vista, como Teodoro Adorno cuando nos identifica como hombres masa, sujetos distraídos y conformes. La repetición de “lo mismo” lleva al hombre masa a la diversión, la distracción y la risa (una felicidad cosificada). En un mundo de industria cultural como el nuestro la risa se convierte, dice Adorno (1987: 169-170), en un instrumento de estafa respecto de la felicidad. Los momentos de felicidad no conocen la risa, sólo las operetas y los filmes presentan al sexo con risas. La diversión no permite disenso, el momento de la risa es el del acuerdo. Promueve la resignación y conjura toda posible resistencia.

En Londres, el director de la escuela Wellington College reconoció que lo que los jóvenes alumnos necesitan realmente es la capacidad de ser felices, por eso empezó a impartir clases para ser feliz. Los especialistas aseguran que hasta ahora las escuelas se han concentrado en lo académico pasando por alto el derecho a la felicidad que tiene todo ser humano. Se implantó un proyecto piloto para impartir psicología positiva donde en principio durante una hora de clases por semanas se enseñará a alumnos de entre 14 y 16 años a establecer relaciones armónicas con sus semejantes y a superar los problemas físicos, mentales y las emociones negativas, las clases serán apoyadas por psicólogos e investigadores sociales de la Universidad de Cambridge. (*Reforma*, abril del 2006)

#### DIEZ RAZONES PARA REÍR MÁS

1. **Es amor.** Al igual que el amor, la risa es diversión. Celebración e intimidad. Seguir riendo nos ayuda a seguir amando.
2. **Es libertad.** Expresarnos a través de la risa puede inspirarnos para que nos expresemos de otras formas. La risa nos libera.

3. **Es natural.** Cada vez que nos reímos de verdad estamos siendo espontáneos, creativos y libres.
4. **Es aceptación.** Sin condiciones ni imposiciones al reír nos deleitamos durante unos instantes que no tienen nada de perfectos y en un mundo que no tiene nada de ideal.
5. **Es perdón.** El rencor es duro, pesado. Pero además, tensa el cuerpo. La risa, en cambio, alivia el corazón.
6. **Enseña tolerancia.** Reír fomenta la tolerancia y a ver el lado positivo de las cosas.
7. **Es un lenguaje.** Habla y escucha. Es una forma de expresar lo que sentimos, no lo que pensamos.
8. **Es juego.** La vida es juego, el amor es juego y la risa también es juego. Todo es juego.
9. **Es vida.** Es una celebración, es triunfo, un éxito.
10. **Es realidad.** Con la risa vivimos la vida tal como es y no como “debería ser. (Pérez Bernal: 2001)

Nuestras emociones pueden derramarse, pero no desparramarse incontrolables. La canción nos pide

*No me mates más con este rencor,  
o me tires más en la soledad  
no hagas alianzas con el dolor,  
no empeores mi realidad.*  
(Canción “Lo grande que es perdonar”)

En un artículo reciente en el *New York Times*, Goleman, autor del libro *La inteligencia emocional* comentaba:

*Investigaciones en el campo de las conexiones entre las relaciones afectivas y la salud física establecieron que la gente con una rica red de amistades personales —gente que está casada, que posee una buena relación con su familia y amigos, que tiene participación activa en grupos sociales y religiosos— se recupera más rápidamente de las enfermedades y vive más.*

*Pero ahora el emergente campo de las neurociencias sociales, que estudian cómo actúa el cerebro de las personas cuando éste interactúa con otros, agrega a esta información una pieza que estaba faltando.*

*El descubrimiento más importante fue el hallazgo de “neuronas espejo”, una clase de células cerebrales ampliamente dispersas que operan como “redes neuronales inalámbricas”. Las neuronas espejo rastrean el flujo emocional, el movimiento e incluso las intenciones de la persona con la que estamos, y reeditan en nuestro propio cerebro el estado detectado, al alborotar en él las mismas áreas que están activas en el de la otra persona.*

*Las neuronas espejo ofrecen un mecanismo neuronal que explica el contagio emocional, esto es, la tendencia de una persona a adoptar los sentimientos de otra, particularmente cuando éstos se expresan de manera vehemente.*

*Esta conexión de cerebro a cerebro también puede funcionar respecto de los sentimientos de compenetración que, según los descubrimientos de investigaciones, dependen en parte de sincronizaciones extremadamente veloces de la postura, el ritmo vocal y los movimientos de las personas mientras estas interactúan.*

*En resumen, estas células cerebrales parecen permitir la orquestación interpersonal de cambios fisiológicos.*

*Semejante coordinación de emociones, reacciones cardiovasculares o estados cerebrales entre dos personas ha sido estudiado en madres con niños, en matrimonios e incluso entre gente que se reúne.*

*Al revisar décadas de este tipo de información, Lisa M. Diamond y Lisa G. Aspinwall, psicólogas de la Universidad de Utah, ofrecen el término “unidad de regulación psicobiológica mutua” para describir la fusión de dos psicologías discretas en un circuito conectado. Hasta el momento en que esto ocurre, afirman Diamond y Aspinwall, la cercanía emocional permite a la biología de una persona influir en la de otra.*

*John T. Cacioppo, director del Centro de Neurociencia Cognitiva y Social de la Universidad de Chicago, hace una propuesta paralela: el estado emocional de nuestras relaciones afectivas principales posee un impacto significativo en nuestro diseño general de la actividad cardiovascular y neuroendócrina. Esto expande radicalmente la perspectiva de la biología y la neurociencia, que de enfocarse en un solo cuerpo o cerebro pasan a observar la interrelación entre dos al mismo tiempo. Vale decir, mi hostilidad hace subir tu presión sanguínea, tu amor hace bajar la mía.*

*Potencialmente, somos los aliados o enemigos biológicos de los otros.*

*El sugerir, aunque sea de manera remota, que estas interconexiones tienen beneficios para la salud generará, sin duda, revuelo en los círculos médicos. Nadie puede jactarse de contar con información sólida que demuestre un efecto médico significativo de la interrelación de las psicologías.*

*Al mismo tiempo, ya no hay dudas de que esta misma conectividad puede ofrecer un consuelo emocional con bases biológicas. Más allá del sufrimiento físico, una presencia curadora puede mitigar el sufrimiento.*

Hasta ahí recuperamos el comentario de Goleman.

#### LA IDENTIDAD EN LA SEGURIDAD HUMANA

*Imagina lo que podría ser tu vida si te atrevieras a cambiar”*

*...porque la actitud es TODO. En esta vida tendrás que aprender que no hay momentos claves, no hay oportunidades claves, sólo hay: actitudes claves. (Dupeyron: 78)*

El conductor de televisión relata cómo van saliendo las familias para ponerse a salvo del río crecido ante los embates del huracán Stan, y cómo una niña va cargando su televisión. De repente un alud de tierra se les viene encima y los sepulta a todos, dice el locutor si no hubiera ido cargando su televisión podría haber corrido y se hubiera salvado.

Tal vez no hemos entendido que lo que daba sentido y significado a su vida era la televisión. Lo que pierde uno no son “bienes materiales que se pueden recuperar” son los recuerdos, los afectos, los sentimientos, lo que da significado a nuestra existencia. Nuestro poderoso capital emocional.

Esa extraordinaria capacidad de manejar nuestras emociones para sobrevivir, que es gratuita, es inmensa, la podemos desarrollar y su potencial es ilimitado.

Vivimos una era de gran ansiedad. Y ello se debe, a decir de Mc Luhan (*El medio es el mensaje*, 9) en gran parte a que tratamos de ejecutar las tareas de hoy con las herramientas de ayer —con los conceptos de ayer.

El capital emocional nos lleva al problema de la identidad. La identidad es algo individual que se reafirma en lo social. La identidad es lo que nos da sentido de pertenencia, lo que da sentido y significado a la vida. Es un problema de capital emocional. La gente tiene en sus pertenencias, sus recuerdos, sus afectos, sus sentimientos, el sentido de su existencia.

El robo de un carro no es perder lámina, es perder a Herbie, a “Palomo” a “Juancho”, a “Lolita”, a quien cuidábamos, le dedicamos horas de nuestra vida lavándolo, arreglándolo, sólo quien ha sentido una pérdida así puede sentir la impotencia ante la agresión, ante la impunidad.

Sobre esto, dos lecciones nos deja Saint Exupéry (*El principito*): “Doméstícame —le dijo el zorro al principito—, para que te espere día con día, para que te extrañe.

“Tu rosa es tuya porque tú le dedicaste tiempo”, no es cualquier rosa, cada quien es responsable para siempre de lo que ha sembrado.

El “conde” de Chalpatláhuac, Erasmo Catarino, el ganador de la cuarta generación de la Academia (programa de TV AZTECA) era un humilde profesor de un alejado lugar que ni siquiera se mencionaba en el mapa, un pueblito de Guerrero que de repente tuvo a su héroe, lo elevó a la nobleza nombrándolo conde del lugar, acudió masivamente a felicitarlo, a rendirle honores, a efectuar el rito de un ídolo que había hecho la televisión, pero que le daba identidad a un pueblo miserable y pobre de este país.

Aunque en el fondo hubo quien señaló que fue un triunfo manipulado por la televisora para seguir “lucrando con los jodidos de este país”, lo cierto es que el pueblo tuvo un nuevo significado para ver la vida.

La defensa del terruño por parte de los habitantes de Atenco ante el aeropuerto que se pensaba construir, era la de su espacio vital, sus raíces, la tierra donde estaban sepultados sus muertos, era el sentido de pertenencia.

Otro ejemplo fue la lucha de los oaxaqueños por no tener en su centro histórico la agresión de una multinacional de hamburguesas, pudo más el sentimiento de las tradiciones, de la defensa de las costumbres que todo el dinero del mundo, Mc Donalds se tuvo que instalar fuera del centro histórico.

Son las luchas del siglo XXI: lo local contra lo global. El desigual enfrentamiento del capital del dinero, contra el capital emocional.

#### CONSTRUIR TU FUTURO PERSONAL AHORA, A MANERA DE CONCLUSIONES

*El futuro ha estado siempre en tus manos, y también está ahora, y estará en tus manos mañana cuando te levantes, y estará en diez años y estará en veinte. El poder, tu poder de cambiar tu actitud y de cambiar tu vida, siempre estará en tiempo presente. (Dupeyron: 128)*

El capital emocional es de las personas, pero también de la comunidad, nos realizamos en él cuando actuamos con los demás. Debe haber alguien para decirle te quiero, debe haber alguien para abrazar, para reír con él, para acariciar física, no verbal y verbalmente, para disfrutar, pero sobre todo, para compartir todas las emociones de este mundo.

El capital emocional que tenemos, es gratuito, es inagotable, es de un gran potencial y además, lo podemos desarrollar para sobrevivir y salvaguardar nuestra Seguridad Humana para proteger nuestros afectos, nuestros recuerdos, nuestros sentimientos, nuestro sentido y significado por la vida.

Trabajar el capital emocional requiere un cambio de actitud frente a la manera de enfrentar la vida, claro que cuesta trabajo, pero a veces el capital emocional es algo que construimos cotidianamente sin darnos cuenta. Ahora ya sabemos lo valioso que puede ser, y eso que hacemos de manera cotidiana ahora puede ser de manera consciente y sistemática porque sabemos que nos ayudará y redundará en hacernos mejores personas.

Basta hacer las cosas ordinarias que hacen a las personas extraordinarias.

Debemos estar concientes de que tenemos un capital emocional que nos puede proteger ante muchas situaciones de desaliento o desgracia.

A veces sólo ese capital nos puede hacer salir adelante como individuos, como fuerza comunitaria, como país.

Somos capaces de manejar nuestras emociones, no reprimirlas, ni manipularlas.

Podemos aprender a manejar la alegría como equilibrio ante nuestras desgracias. Reírnos de nosotros mismos, para tener la capacidad de resolver lo que nos pasa, no de caer en círculos viciosos, tener sentido del humor.

Dar cariño, abrazos, sonrisas, palabras de aliento, caricias físicas y verbales, jugar, cantar, bailar. Ser capaces de decir te quiero a las personas que uno ama.

Para muchos de los que se levantaron hoy, el mañana no existirá para ellos.

Y si el futuro es hoy un poco más tarde, voltea en este instante a ver a los demás, díles lo mucho que los quieres, no dejes para mañana lo que puedes hacer hoy, si te has comprado algo lindo para una mejor ocasión estréñatelo ahora, si algo te ha gustado mucho, date ese gusto ahora.

Arregla esa situación que te causó coraje con alguien, si piensas que una persona te ha olvidado háblale, si necesitas un abrazo de un amigo, pídeselo, si quieres darle un beso a alguien díselo, si estás enamorado de alguien infórmale... tal vez mañana podría ser muy tarde.

Sonríe, no estás muerto todavía, piensa en tus imágenes agradables cuando estés en un momento de angustia o pánico: en la playa, en un amanecer, en un atardecer, en una rosa con gotas de rocío, en la sonrisa de un bebé, en una comida con la familia cuando el hermano

mordía la concha para que nadie la comiera, piensa en la seguridad y el confort que te produce estar en tu casa, en tu espacio, con tus padres, con tus amigos.

Ves, desde que empezaste hasta ahora, ya estás en el futuro y lo has podido construir sólo con tu maravilloso, lindo y muy abundante, capital emocional.

## EPÍLOGO

*"I'm not dead yet" (No estoy muerto todavía)*  
Spamalot

## LISTA DE REFERENCIAS

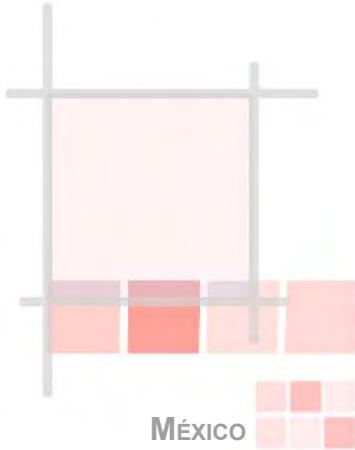
1. **ADORNO, T. Y HORKHEIMER, MAX**, 1987, *Dialéctica del iluminismo*. Editorial Sudamericana, Buenos Aires.
2. **ALKIRE, SABINA**, 2002, *El marco conceptual sobre Seguridad Humana*. Definición de trabajo y sumario ejecutivo a partir de las discusiones mantenidas con la comisión de Seguridad Humana en Tokio, diciembre del 2001, y de las discusiones en el Centro para la equidad Global de Harvard el 6 de febrero del 2002.
3. **AVILÉS JAIME**, 2006. "Urge una clínica de odio", de su columna Desfiladero político, septiembre 2 de 2006, artículo que circula por Internet.
4. **BAENA PAZ, GUILLERMINA**, 2005, "¡Cuidate!", en *Seguridad Humana e infraestructura emocional*, libro colectivo, internacional y electrónico. Editorial Metadata, en coedición con la Universidad Nacional Autónoma de México y el Proyecto Millennium de la ONU. Consúltese y descárguese en: <http://www.metadata.org.mx/nodofuturumexico>
5. **BAENA PAZ, GUILLERMINA**, 2004, "El miedo como patología social", en *Prospecti...va construyendo futuros*, No. 3. Revista digital del Nodo Futuro México del Proyecto Millennium de la ONU. Órgano oficial de la Red Escenarios y Estrategias Red EyE. Consúltese en línea en <http://www.metadata.org.mx/nodofuturumexico>
6. **BAENA PAZ, GUILLERMINA**, 2004, *Prospectiva política*, Editorial Metadata, en coedición con la Universidad Nacional Autónoma de México y el Proyecto Millennium de la ONU. Versión en libro electrónico, consúltese y descárguese en <http://www.metadata.org.mx/prospectivapolitica>, México.
7. **BAENA PAZ, GUILLERMINA** (coord.), 2005, *Seguridad Humana e infraestructura emocional*, libro colectivo. Editorial Metadata, en coedición con la Universidad Nacional Autónoma de México y el Proyecto Millennium de la ONU. Versión en libro electrónico, consúltese y descárguese en <http://www.metadata.org.mx/seguridadhumana>, México.
8. **BAENA PAZ, GUILLERMINA**, 2004, Coordinación de una investigación en cien sujetos del D. F. sobre causas de seguridad e inseguridad y manejo de las emociones básicas, México, abril del 2004.
9. **BALBI, EDUARDO**, 2003, "Seguridad Humana, prospectiva y prevención de conflictos". Documento inicial para el proceso de Investigación preliminar de base sobre Seguridad Humana., marzo del 2003.
10. **BALBI, EDUARDO**, 2003, "Informe Delphi primera ronda sobre Seguridad Humana", octubre de 2003.
11. **BALBI, EDUARDO**, "Informe Delphi segunda ronda sobre Seguridad Humana", octubre de 2003.

12. **BALBI, EDUARDO**, 2004. "Informe Delphi final sobre Seguridad Humana", febrero de 2004.
13. **BARRICK MARILYN C.**, 2003, *Psicología de las emociones*, México, Editorial Aguilar, Altea, Taurus, Alfaguara (ALAMAH).
14. **BBCMUNDO.COM**, 2006, "La ira afecta a los pulmones", <http://www.prodigy.msn.com/salud/ciencia/>
15. **CARPETA ANGULOSA**, 2006, Columna Punto y aparte, en Internet, mayo 9 de 2006.
16. **COMISIÓN SOBRE SEGURIDAD HUMANA**, 2001, Universidad para la paz, Instituto interamericano de derechos Humanos. Reunión de expertos. Relación entre derechos humanos y Seguridad Humana, Costa Rica, diciembre del 2001.
17. **COLEMAN, LOREN**, 2004, *The Copycat effect*, New York, Pocket books.
18. **COON, DENNISSE**, 1999, *Psicología. Exploración y aplicaciones*, México, Thompson editores.
19. **DUPEYRON, ODIN**, 2002, *Y colorín colorado, este cuento no ha acabado*, México, Editorial Diana.
20. **Eco, HUMBERTO**, 2006, *A passo di gambero. Guerre calde e populismo mediatico*, Milano, Bompiani Overlook.
21. **FERNÁNDEZ PEREIRA, JUAN PABLO**, 2005, *Seguridad Humana*. Tesis doctoral, Programa de doctorado en seguridad y prevención, España, Universidad Autónoma de Barcelona.
22. **FERNÁNDEZ ABASCAL, ENRIQUE**, et. al. "Introducción a la psicología de la motivación y de la emoción", en Francesc Palmero, et. al., (coordinadores), 2002, *Psicología de la motivación y de la emoción*, España, Editorial Mc Graw Hill.
23. **FUENTES JULIO, CLAUDIA**, 2003, *La liberación del hambre: una dimensión de la Seguridad Humana*, FLACSO Chile.
24. **GLENN, JEROME**, 2003, Director ejecutivo del Proyecto Millenium, Informativo sobre el resultado de la reunión plenaria del Proyecto Millenium, febrero del 2003.
25. **GOLEMAN, DANIEL**, 2006 "Vínculos que sanan", en *The New York Times*, circula por internet una versión en español.
26. **GÓMEZ, FRANCISCO**, "Viaje a la muerte por 400 pesos", en *El Universal*, 20 de abril del 2006, p. A 24.
27. **GUBERN, ROMÁN**, 2005, *El eros electrónico*, México, Editorial Santillana.
28. **LÓPEZ DÓRIGA, JOAQUÍN**, 2002, *Noticiero de Televisa*, 26 de noviembre del 2002.
29. **MAFFESOLI, MICHAEL**, 1997, *Elogio de la razón sensible. Una visión intuitiva del mundo contemporáneo*, Barcelona, Editorial Paidós.
30. **Mc LUHAN, MARSHALL Y QUENTIN FIORE**, 1969, *El medio es el mensaje. Un inventario de efectos*, Buenos Aires, Editorial Paidós.
31. **MESA DE ANÁLISIS, El miedo como forma de control social**. 2004, Participantes: Psicólogos Pablo Valderrama, Carlos Meza, Valeriano Ramírez, sociólogo y Sergio Montero, moderador, México, UNAM FCPS; Convento del Carmen San Ángel, 21 de mayo.
32. **MESA DE ANÁLISIS, La tristeza como forma de depresión social**. 2004. Participantes: Rami Schwartz, analista político, director de México.com Irlanda Flores, terapeuta Elías Margolis Schweber, sociólogo. Cristina Caramón, neurolingüista Moderadora: Guillermina Baena Paz, México UNAM FCPS, agosto 19.

33. **MESA DE ANÁLISIS**, *La ira como impotencia social*. 2004, Participantes: Delia Selene de Dios, Eduardo Valdés Azcárate, María de los Ángeles Sánchez Noriega, Guillermina Baena como moderadora, México UNAM, FCPS, 2 de septiembre.
34. **MESA DE ANÁLISIS**, *La alegría como forma de equilibrio y de evasión social*. 2004, Participantes: Eddy Ruiz, Manuel Gutiérrez Oropeza, Gabriela Ortega Pierres, Rodrigo Martínez Lara, Modera Susana Chavarría, México, UNAM FCPS, 23 de septiembre.
35. **MEYER, LORENZO**, 1998, *Liberalismo autoritario*, México, Editorial Océano.
36. **MONCADA SÁNCHEZ, ARMANDO**, 2006, Apuntes para una crítica del control social de la industria cultural en América Latina, Tesis de Maestría en Comunicación, UNAM.
37. **PALMA NOVOA, VALENTINA**, 2006, testimonio transmitido desde Chile: valenpalma@hotmail.com
38. **PRESENTACIÓN DEL LIBRO EL BOTÓN ROJO**, 2004, Participan los autores Rami Schwartz y Guillermo Farber, Comentaristas José de la Luz Rivera Galaviz, Guillermina Baena, México, UNAM FCPS, 17 de agosto del 2004.
39. **PRESIDENCIA DE LA REPÚBLICA**, 2006, *Las Buenas noticias también son noticia*, 28 de julio del 2006. Boletín electrónico.
40. **PÉREZ BERNAL, ALEJANDRA**, 2001, “La risa. Inagotable poder curativo”, en *El Universal*, 5 de noviembre del 2001, p. G 2.
41. **RAMÍREZ, GLORIA**, 2005, “De la Carta de los derechos humanos a la Carta de los derechos humanos emergentes”, en Baena Paz, Guillermina (coord.), *Seguridad Humana e infraestructura emocional*, libro colectivo, internacional y electrónico. Editorial Metadata, en coedición con la Universidad Nacional Autónoma de México y el Proyecto Millennium de la ONU. Consúltese y descárguese en línea en <http://www.metadata.org.mx/subnodofuturromexico>, México.
42. **RISO, WALTER**, 2004, *Sabiduría emocional*, Colombia, Norma editores.
43. **RISO, WALTER**, 2004, *Pensar bien, sentirse bien*, Colombia, Norma editores.
44. **SCWARTZ, RAMI, Y GUILLERMO FARBER**, 2002, *El botón Rojo*, México, EDAMEX.
45. **SEN, AMARTYA**, 2000, “¿Por qué la Seguridad Humana?”, Ponencia en el Simposio Internacional en Seguridad Humana, Tokio, 28 de julio del 2000.
46. **EL UNIVERSAL**, 2006, “Violencia del narco deja mil muertos”, 1 de julio. Primera sección.







## AUTOBIOGRAFÍA EMOCIONAL

Una vía para la Seguridad Humana

**Gabriela Ortega Pierres**

[gabrielapierres@hotmail.com](mailto:gabrielapierres@hotmail.com)

**Abstract:** *Las posibilidades de solucionar problemas de diversa índole en el ámbito social nos parecen más asequibles cuando hemos conocido nuestra autobiografía emocional. Aquello que nos pesaba, le pudimos tirar gracias a los movimientos expresados durante los ejercicios o en el autoanálisis. Reconocer la existencia de emociones manifiestas y reprimidas, sentidas o no sentidas, favorables o desfavorables, es ya un paso importante en la convivencia personal y grupal.*

**Palabras clave:** medicina holística, bioenergética, hata yoga, autobiografía, autobiografía emocional, capital emocional, asertividad, autoindagación, historia familiar, hábitos, genealogía.

*El eterno principio del final  
 La vida es circular,  
 Uno llega y se envuelve circularmente  
 en el vientre materno,  
 Toca paredes circulares.  
 El cordón que lo une a la madre  
 es circular.  
 El amor es circular,  
 llega y se envuelve con él,  
 con ella, con los otros  
 abre puertas,  
 jala hilos,  
 traspasa ventanas,  
 sale fuera,  
 y regresa a uno mismo  
 El tiempo es circular,  
 amanece con el sol,  
 anochece con la luna  
 El sueño es circular,  
 cuando uno se acuesta a soñar,  
 lleva consigo las madejas para tejer sus sueños.  
 Regresa a la alborada para continuar con la vida  
 para cerrar círculos.  
 Vida, amor, tiempo y sueño circulares,  
 Son el ir y venir del eterno principio del final.*

**Gabriela Ortega Pierres**

El ciclo vida-muerte nos remite a un eterno comienzo del final. ¿Cuándo empezó todo? ¿Cuándo será el final? Principio y fin son parte de un mismo asunto, vida-muerte lo son también, pues se engendran la una a la otra. Recordemos aquella adivinanza que solían contar-nos nuestros maestros: ¿Cuál es aquél animal que en sus primeros años camina en cuatro patas, luego en dos y al último en tres?... Sin importar las etapas en que se vive: infancia, adolescencia, edad adulta, o vejez, una autobiografía siempre va a cosechar buenos frutos, porque siempre habrá algo nuevo que aprenderemos de una retrospectiva histórica personal. Descubriremos algún rasgo, hábito o costumbre que desconocíamos pero que ha existido desde mucho tiempo atrás entre las generaciones que nos antecedieron.

Una autobiografía humana nos remite a nuestros orígenes y también a la historia del universo y de todos los seres vivientes que habitamos en él. La vida, se sabe, surgió de una gran explosión: el Big Bang hace unos quince mil millones de años. Poco a poco se fueron creando las condiciones para la vida animal y humana. La historia de vida de los seres humanos es de alguna manera la historia de la vida del universo. Cambios, evoluciones, recomienzos, ciclos que nos van convirtiendo en hombres y mujeres de tal o cual época.

Gracias a la memoria acumulativa, los seres vivos vamos transmitiendo de generación en generación hábitos de crecimiento y desarrollo que nos distinguen por características específicas: rasgos físicos, lugar de nacimiento, formas de vida. Cuerpos que nacen y viven plenamente o cuerpos que son marcados por el sufrimiento, por el dolor. Almas que se anidan en un cuerpo para cumplir un ciclo y luego se reintegran a su fuente original. Pasado conformado por el arrullo materno, por hábitos de pensamiento colectivos, por aprendizajes que nos hacen ser lo que en el presente somos.

A lo largo de nuestras vidas vamos encontrando personajes que sin duda alguna, han influido en el devenir de lo que hoy somos. Nos hemos encontrado en situaciones graciosas, placenteras o difíciles y algunas veces hubiésemos querido que éstas se prolongaran indefinidamente, otras nos hubiera gustado haberlas evadido.

Pocos somos lo que nos hemos detenido en el viaje de la vida para registrar aquellos paisajes maravillosos que nos llenaron de felicidad o la plenitud de una noche de luna, tal vez, detallar a los personajes que nos ayudan a ser, Escribir sobre nuestras sensaciones, emociones y sentimientos y hasta las palabras que conformaron un diálogo. Sin embargo todos podemos recordar dichos sucesos sin importar qué tan lejanos se encuentren de nuestra vida presente, debido a que en cada célula de nuestro cuerpo quedaron registradas todas las experiencias vividas, desde la concepción hasta la muerte. Se sabe que éstas quedan inscritas en todo nuestro cuerpo a pesar de no recordarlas. En ocasiones llega a suceder que un acontecimiento del presente nos remite como “flash-back” al pasado y entonces se activan ciertas sustancias en el organismo, los neuropéptidos, las cuales nos hacen actuar.

Gracias a que las fronteras del conocimiento se están desvaneciendo, avanzamos más en el estudio de nuestro ecosistema de manera integral. Etólogos, genetistas, psicólogos, etnólogos, sociólogos, filósofos, historiadores y muchos más estudiosos de la Naturaleza y del Ser, investigan acerca de los misterios del cuerpo y de la mente.

La emoción o *e-moción*, como la define Anantananda (1996:38-39) significa movimiento hacia afuera, y una emoción es “un surgimiento o un desbordamiento de energía psíquica”.

Los estímulos exteriores nos producen un sentimiento que luego se manifiesta en una emoción, por ejemplo: dolor, alegría, miedo, odio, sentimiento que surge en la interacción con otras personas, con las circunstancias que nos rodean, eventos del pasado que nos remiten a lugares, paisajes, música, imágenes, frases o creencias, en breve: pensamientos.

¿Por qué algunos hemos tomado nota de estos acontecimientos y otros no? Supongo que para algunos ha sido importante y estimulante y para otros no. Por ejemplo, yo provengo de una familia de diez miembros. Cinco mujeres y cinco hombres. Sólo yo encontré en la escri-

tura una manera de expresarme, de conocerme y de analizarme. Esto lo he venido haciendo desde los trece o catorce años (finales del segundo septenio).

El camino hasta hoy recorrido me ha permitido hacerme una serie de preguntas en torno a lo que son las emociones y cómo éstas nos pueden conducir hacia la paz, la tranquilidad o hacia la angustia y el dolor. He regresado a leer mis escritos de hace cuarenta años; me estoy reinterpretando para comprenderme y conocerme mejor. Durante el ejercicio me he percatado de que aquella que escribió no es la misma que hoy lee esos escritos, otra vez me reencuentro y me veo la misma, sólo con unos años más. Para sacarle provecho a esos escritos en este presente, he recurrido a diversas estrategias de investigación sobre las raíces familiares, como árbol genealógico, genograma, fotograma.

Miro el camino recorrido con mucho interés. No lo había hecho, pues siempre estaba buscando acumular más y más: conocimientos, experiencias, viajes, vestidos, zapatos, en fin, objetos exteriores. Ahora veo que muchos de nosotros estamos condicionados a hacer esto, de una forma u otra, en un país o en otro. Y es que los caminos se van haciendo con el otro, con los otros, con muchos. Desde la familia hasta la sociedad de consumo y la globalización. Después de escribir mi **currículum vitae**, documento tradicionalmente formal, empecé a jalar el hilo de mi vida y con ello diseñé un formato que me ayudara a encontrar los eventos importantes, su contexto y personajes, las emociones vividas o reprimidas, material que les comparto en este escrito.

Desdoblar la historia de cada ser humano puede resultar sumamente extenso, tan extenso como la historia de la humanidad. Por esta razón he estado haciéndolo por periodos y por eventos. Tomo un evento, ubico si aconteció en los primeros siete años, o de los siete a los catorce, o de los catorce a los veinte y uno y así sucesivamente. Otro instrumento que me ha ayudado a continuar en esta construcción de mi historia de vida, es la **fotobiografía**, el cual se ha traducido en un proceso de búsqueda y encuentro, camino en espiral que me ha llenado de sorpresas inusitadas. Una vez ubicadas las fotografías en tiempo y espacio, así como personajes, percepciones, descripciones, interpretaciones, procedo a hacer una narración breve acerca de la foto y poco a poco voy entretejiendo el canevá de mi biografía emocional. El taller de autobiografía ha sido una ruta de regreso a casa, a través de la cual reconozco y resignifico mi pasado, para comprender quien soy ahora.

### **AUTOBIOGRAFÍA EMOCIONAL Y SEGURIDAD HUMANA**

El término “autobiografía emocional” es bastante sugestivo, y ustedes se preguntarán: ¿Por qué autobiografía? ¿Por qué emocional? ¿Cuál es la relación que guarda este tema con la Seguridad Humana?

Desde un punto de vista holístico, cada ser humano viviente afecta y es afectado por otros en la convivencia humana. Nuestra presencia en el planeta responde a una razón, por ello, es importante conocer y comprender cósmicamente nuestra tarea, aquello por lo cual llegamos a este plano terrenal en un momento preciso; no antes, ni después, no en un punto cercano al Oeste o lejano del Norte. Donde estamos, donde hoy somos, ese es el lugar donde hemos de cumplir la tarea. También es deseable conocer cómo se conformó nuestra familia, el momento histórico en que papá y mamá se unieron y por qué tuvieron un número específico de nacimientos o abortos.

Si escribimos sobre Seguridad Humana y emociones es porque trabajando este campo del conocimiento, primero de manera individual y luego grupal, podemos esperar convivir en forma pacífica. Es por ello que nos hemos dado a la tarea de conformar una propuesta personal que en la interacción con quienes están más cercanos a nosotros, pueda contribuir a crear una conciencia social de lo que son las emociones.

Estamos convencidos de que si el trabajo empieza por uno mismo, extendiéndose después a otros, esto nos ayudará a elevarlo geoméricamente de manera infinita.

Esta propuesta gira en torno al ejercicio autobiográfico como una forma de autoconocimiento, su relación con las emociones y efectos en la convivencia social en el marco de la Seguridad Humana. Es a partir del hilo de una historia, la historia de cada quien, la que nos ha sido narrada por los otros y la que nosotros hemos construido sobre nuestro pasado y presente, como queremos encontrar el poder transformador hacia la sanación y, en consecuencia, un equilibrio emocional interno y externo. La propuesta contempla un ejercicio interactivo que sólo podrá ser realizado después del proceso de autoindagación, a fin de apoyarnos en este camino hacia el cambio, tomando en cuenta que podemos llegar tan lejos como estemos dispuestos a aceptar y reconocer los retos que un cambio implica.

Nuestro objetivo es invitar al lector para conocerse mejor, reconocer sus raíces y darse cuenta del potencial que su pasado le puede aportar. Para quienes no se interesen por éste, será una forma de empezar a hacerlo.

Esto requiere también de una voluntad personal y del desapego de viejas creencias en torno a cómo fuimos y cómo queremos ser ahora. Creo firmemente, que si estamos dispuestos a un cambio, tiraremos muchas cargas que nos atan a una forma de vida insatisfecha y rutinaria para dar paso a una reestructuración de la percepción no sólo de nosotros mismos sino del otro, de los otros, del mundo que nos rodea, para reconocernos en nuestra magnificencia. Así, la convivencia humana pasará a formar parte de la seguridad a la que todos aspiramos.

¿Por qué creemos que una autobiografía emocional pueda coadyuvar a la Seguridad Humana? Para responder, quiero recordarles otro texto en el cual hemos ya abordado este tema, el de la Seguridad Humana, y nos hacíamos la pregunta: ¿realidad o una utopía? (Ortega:2005:). En el texto hacíamos alusión al hecho de que si queremos el bienestar y la seguridad de todos, hemos de empezar por el propio.

De la misma manera como el océano está conformado por millones y millones de gotas que unidas son eso, una masa inmensa de agua; así, nuestro equilibrio y seguridad individual van a contribuir a la Seguridad Humana planetaria y universal, a condición de que fluyamos juntos, como las gotas del océano. O como dijera Neftali Beltrán:

*“...entregarse a la vida, dejarse llevar por la vida como los ríos que llegan solos a su destino...”.*

Y Alexander Lowen:

*“Sólo volviendo el pasado a la vida, puede facilitarse el verdadero crecimiento o avance en el presente. Si se corta el pasado, no existe el futuro”.*

#### ANTECEDENTES

El interés por trabajar la autobiografía emocional surge por una necesidad del cuerpo, del alma, del espíritu y del intelecto. Hambre de autosanación y de transformación, deseo de dejar viejas creencias. Reconocer hábitos heredados a partir de su repetición continua entre los miembros del círculo familiar y/o social y cuya aceptación o no aceptación asechaba el equilibrio emocional. Actitudes contradictorias por falta de congruencia en el pensar, decir y actuar. Sentimiento de fragmentación. La idea de autobiografía emocional surge del interés por desarrollar una herramienta susceptible de guiarnos en el conocimiento de una biografía personal. Deseo de conocer más hacia adentro del ser y comprender el sistema energético humano. Para tal propósito recurrimos a tres autores básicos que vislumbran la historia del ser humano desde una visión holística y complementaria: Caroline Myss, Rupert Sheldrake y Gudrun Burkhar. A través de la lectura y la participación en diferentes seminarios y talleres,

así como a vivencias personales, se ha ido desvaneciendo la sensación de estar fragmentada. Después de estas lecturas y vivencias logro tener una nueva autopercepción y una mirada de la realidad distinta.

¿Qué ha sido lo que me ha permitido tener estas sensaciones?

El cuerpo, recipiente que engendra una herencia, vínculo que me une con un pasado próximo o lejano, vehículo transmisor de voluntades, cuerpo contenedor de emociones, entidad física mental y espiritual susceptible de enfermar... El cuerpo, elemento primordial para una autobiografía emocional, puente entre el ayer, el presente y el futuro. Cuerpo que comunica, que recibe, que calla, que otorga. Cuerpo, símbolo de cada vivencia, materia en la cual la huella del pasado se palpa. Cuerpo que habita un alma.

Para comprender el lenguaje de la energía interior, recurrí al texto de Caroline Myss, quien ha desarrollado desde hace años una práctica médica energética basada en la filosofía holística y la intuición. En su libro *Anatomía del Espíritu*, explica el camino que la llevó a dicha práctica y sugiere formas de aplicación de dicha intuición. Un primer planteamiento de tal lenguaje se centra en el tipo de información que se puede leer a través del tejido celular y señala:

*Entre las experiencias que generan energía emocional en un sistema energético están las relaciones pasadas y actuales, tanto personales como profesionales, las experiencias, y los recuerdos profundos o traumáticos, y todas las actitudes y creencias, sean de tipo espiritual o supersticioso. Las emociones generadas por experiencias quedan codificadas en el organismo y los sistemas biológicos y contribuyen a la formación de tejido celular, el cual genera a su vez una calidad de energía que refleja esas emociones. Estas impresiones energéticas forman un lenguaje energético que contienen una información literal y simbólica. (1997:46)*

De tal manera que la fuerza emocional queda inscrita en el tejido físico interno del cuerpo y es así como se va construyendo la biografía emocional de una persona. Cada historia personal contiene su biografía emocional que se va construyendo con los otros a través de la comunicación, de los vínculos afectivos principalmente.

Sabemos que las primeras formas de comunicación han sido a través de símbolos; éstos nos indican las sensaciones que el cuerpo va teniendo y exterioriza a través de los sentidos y del movimiento. Las emociones son susceptibles de manejaarnos y llevarnos a situaciones de riesgo o inseguridad, pero si somos capaces de controlarlas, tendremos menos posibilidades de riesgo o inseguridad. Vemos pues, que el cuerpo contiene nuestra historia, a medida que avanza la vida, nuestra salud biológica se va convirtiendo en un relato biográfico vivo que expresa nuestras fuerzas, debilidades, esperanzas o temores. Caroline Myss insiste: "...

aprender el lenguaje simbólico de la energía significa aprender a evaluar la dinámica del poder en nosotros mismos y los demás. La información energética es siempre veraz. (1997:57)

Con base en los datos que expone la autora, hemos elaborado una tabla-guía para conocer la ubicación de los centros energéticos (chakras) en nuestro cuerpo, las manifestaciones mentales y emocionales y los posibles trastornos que ocurren cuando la energía se contrae. Para la autora, cada chakra contiene una enseñanza espiritual universal para la vida, que se construye durante el proceso de aprendizaje de nuestras experiencias.

Myss (2004:78) señala: el sistema de chakras es una representación arquetípica del proceso de maduración de la persona a través de siete fases claras y diferentes. Y están alineados verticalmente desde la base de la columna hasta la coronilla. [...] cada chakra representa una enseñanza de vida o un desafío común a todos los seres humanos.

Los órganos se refieren a cada una de las partes que componen el cuerpo según una denominación médica occidental. En la columna de las emociones encontramos frases que nos refieren a situaciones de seguridad o riesgo o de bienestar y salud. La última columna se refiere a las partes del cuerpo en donde la falta de equilibrio de la energía puede producir malestar. Así, encontramos que existe una correspondencia entre lo humano universal y el espíritu, el cuerpo, las emociones y los posibles trastornos que conducen a la enfermedad y/o curación.



TABLA No. 1 / ANATOMÍA DE LA ENERGÍA

ENSEÑANZAS VITALES QUE REPRESENTAN LOS SIETE CHAKRAS	ÓRGANOS	MANIFESTACIONES MENTALES Y/O EMOCIONALES	POSIBLES TRANSTORNOS FÍSICOS
1 MUNDO MATERIAL	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Soporte físico del cuerpo</li> <li>-Base de la columna</li> <li>-Piernas, huesos</li> <li>-Pies</li> <li>-Recto</li> <li>-Sistema inmunitario</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Seguridad física en la familia o grupo</li> <li>-Capacidad de proveer a las necesidades de la vida</li> <li>-Capacidad de hacerse valer y defenderse</li> <li>-Sentirse a gusto en casa</li> <li>-Ley orden social y familiar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Dolor crónico de la parte baja de la espalda</li> <li>-Ciática</li> <li>-Várices</li> <li>-Tumor o cáncer rectal</li> <li>-Depresión</li> <li>-Trastornos relacionados con la inmunidad</li> </ul>
2 SEXUALIDAD TRABAJO DESEO FÍSICO	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Órganos sexuales</li> <li>-Intestino grueso</li> <li>-Vértebras inferiores</li> <li>-Pelvis</li> <li>-Apéndice</li> <li>-Vejiga</li> <li>-Zona de las caderas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Acusación y culpabilidad</li> <li>-Dinero y sexualidad</li> <li>-Poder y dominio</li> <li>-Creatividad</li> <li>-Ética y honor en las relaciones</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Dolor crónico de la parte baja de la espalda</li> <li>-Ciática</li> <li>-Trastornos ginecológicos</li> <li>-Dolor pélvico ó en la parte baja de la espalda</li> <li>-Potencia sexual</li> <li>-Problemas urinarios</li> </ul>

<p>3</p> <p>EGO</p> <p>PERSONALIDAD</p> <p>ESTIMA PROPIA</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Abdomen</li> <li>-Estómago</li> <li>-Intestino delgado</li> <li>-Hígado, vesícula biliar</li> <li>-Riñones, páncreas</li> <li>-Glándulas suprarrenales</li> <li>-Bazo</li> <li>-Parte central de la columna</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Confianza</li> <li>-Miedo e intimidación</li> <li>-Estima y respeto propios,</li> <li>-Confianza y seguridad en sí mismo</li> <li>-Cuidado de sí mismo y de los demás</li> <li>-Responsabilidad para tomar decisiones</li> <li>-Sensibilidad a la crítica</li> <li>-Honor personal</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Artritis</li> <li>-Úlceras gástrica o duodenales</li> <li>-Afecciones de colon e intestinos</li> <li>-Pancreatitis / diabetes</li> <li>-Indigestión crónica o aguda</li> <li>-Anorexia</li> <li>-Bulimia</li> <li>-Disfunción hepática</li> <li>-Hepatitis</li> <li>-Disfunción suprarrenal</li> </ul>
<p>4</p> <p>AMOR</p> <p>PERDÓN</p> <p>COMPASIÓN</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Corazón y Sistema circulatorio</li> <li>-Pulmones</li> <li>-Hombros y brazos</li> <li>-Costillas / pechos</li> <li>-Diafragma</li> <li>-Timo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Amor y odio</li> <li>-Resentimiento y amargura</li> <li>-Aflicción y rabia</li> <li>-Egocentrismo</li> <li>-Soledad y compromiso</li> <li>-Perdón y compasión</li> <li>-Esperanza y confianza</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Fallo cardíaco congestivo</li> <li>-Infarto de miocardio (ataque al corazón)</li> <li>-Prolapso de la válvula mitral</li> <li>-Cardiomegalia</li> <li>-Asma / alegría</li> <li>-Cáncer de Pulmón</li> <li>-Neumonía bronquial</li> <li>-Parte superior de la espalda, hombros. Cáncer de mama</li> </ul>

<p>5</p> <p>VOLUNTAD</p> <p>AUTOEXPRESIÓN</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Garganta</li> <li>-Tiroides</li> <li>-Tráquea</li> <li>-Vértabras cervicales</li> <li>-Boca</li> <li>-Dientes y encías</li> <li>-Esófago</li> <li>-Paratiroides</li> <li>-Hipotálamo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Elección y fuerza de voluntad</li> <li>-Expresión personal</li> <li>-Seguir los propios sueños</li> <li>-Uso del poder personal para crear</li> <li>-Adicción</li> <li>-Juicio y crítica</li> <li>-Fe y conocimiento</li> <li>-Capacidad para tomar decisiones</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Ronquera</li> <li>-Irritación crónica de garganta</li> <li>-Úlceras bucales</li> <li>-Afecciones en las encías</li> <li>-Afecciones temporomaxilares</li> <li>-Escoliosis</li> <li>-Laringitis</li> <li>-Inflamación de ganglios</li> <li>-Trastornos tiroideos</li> </ul>
<p>6</p> <p>MENTE</p> <p>INTUICIÓN</p> <p>PERCEPCIÓN PROFUNDA,</p> <p>SABIDURÍA</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Cerebro</li> <li>-Sistema nervioso</li> <li>-Ojos, oídos</li> <li>-Nariz</li> <li>-Glándula pineal</li> <li>-Glándula pituitaria</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Autoevaluación</li> <li>-Verdad</li> <li>-Capacidades intelectuales</li> <li>-Sensación de capacidad</li> <li>-Receptividad a las ideas de otras personas</li> <li>-Capacidad para aprender de las experiencias</li> <li>-Inteligencia Emocional</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Tumor cerebral/ derrame/embolia</li> <li>-Trastornos neurológicos</li> <li>-Ceguera / sordera</li> <li>-Trastornos en toda la columna</li> <li>-Problemas de aprendizaje</li> <li>-Ataques epilépticos</li> </ul>

<p>7</p> <p>ESPIRITUALIDAD</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Sistema muscular</li> <li>-Sistema esquelético</li> <li>-Piel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Capacidad de confiar en la vida</li> <li>-Valores, ética y valentía</li> <li>-Humanitarismo</li> <li>-Generosidad</li> <li>-Visión global de las situaciones</li> <li>-Fe e inspiración</li> <li>-Espiritualidad y devoción</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Trastornos energéticos</li> <li>-Depresión mística</li> <li>-Agotamiento crónico</li> <li>-Sensibilidad extrema a la luz, al sonido y a cualquier otro factor ambiental</li> </ul>
--------------------------------	--	--	--

Fuente: Myss, Caroline: “Anatomía del Espíritu”. pp.102-107.

A fin de comprender la existencia de los hábitos en los organismos vivos consulté el libro *La presencia del pasado. Resonancia Mórfica y hábitos de la Naturaleza*, de Rupert Shel-drake, a partir de una revisión acerca de la evolución del universo.

¿Cuándo fue el principio de las cosas? ¿Llegará a haber un final? ¿Hacia dónde se dirige la fuerza cósmica que sostiene el universo? Las preguntas se han estado acumulando. Las dudas han aumentado y algunas cuestiones nos empiezan a aparecer más claras. Ha sido en el marco de la transdisciplina que se reinicia este caminar. La visión del mundo ya no gira solamente en torno al mecanicismo, positivismo o la física clásica. Nuevas formas de mirar hacia fuera y hacia dentro, nos permiten trascender hacia una visión más integral, holística y sistémica.

La vida es el eterno principio del final, es un constante circular. Desde que nacemos y durante nuestro desarrollo, la vida es un caminar. Ir y regresar; volver al inicio de las cosas, como el día y la noche. Movimiento continuo que nos lleva con los otros, con el cosmos. Creencias, recuerdos, costumbres, hábitos que nos hacen ser los actores sociales de nuestro tiempo.

En este trabajo se plantean algunas ideas expuestas por el biólogo inglés Rupert Shel-drake, quien propone la existencia de un pasado que se hace presente a través de los campos mórficos. De acuerdo con su pensamiento, un campo es una “región de influencia física. Los campos interrelacionan e interconectan la materia y la energía que quedan bajo su influencia. **“Los campos no son una forma de materia, sino que la materia es energía confinada en**

**unos campos**” (1988:558). Un campo mórfico es “un campo que existe dentro y alrededor de una unidad mórfica que organiza su estructura característica y patrón de actividad.” Más adelante señala que el término campo mórfico comprende a los campos morfogénéticos (origen de la forma), conductuales, sociales, culturales y mentales” (1988: 559). Los campos están organizados en jerarquías, niveles, clases y categorías que se expresan en las experiencias que forman parte de nuestra herencia biológica y cultural y que se estabilizan por resonancia mórfica. Podemos inferir que se refiere a sistemas organizados de información autorregulados que se encuentran en el cosmos y que contienen una memoria acumulativa.

La memoria va transmitiendo a través de generaciones, hábitos de crecimiento y desarrollo que existieron en el pasado. Generalmente, recordamos mejor lo que es importante y significativo. Un ejemplo de esto es la golondrina que hereda los instintos de su especie; nace, se alimenta, vuela, cuida de su plumaje, emigra, se empareja y anida tal y como lo hicieron habitualmente las golondrinas que las precedieron. Cada tipo de sistema natural tiene su propia clase de campo y confieren forma a los distintos tipos de átomos, moléculas, cristales, organismos vivos, sociedades, costumbres y hábitos mentales.

De suerte tal que recordar es un acto constante en el devenir de todos los seres vivos: cosas, plantas, animales, humanos. La generación actual recuerda los hábitos de alimentación, de cuidado de la salud, de crianza de los niños que tuvo la generación precedente y así sucesivamente hasta llegar a la aparición del hombre primitivo y de la creación del universo. A través de la transmisión oral primero, y después escrita, hemos conocido algunos de esos hábitos.

Para algunos cosmólogos, el origen del universo surgió de una gran explosión, el Big Bang hace unos quince mil millones de años, y continúa expandiéndose. Más allá de explicar las leyes de la Naturaleza, el origen de la vida o el proceso de implosión o Big Crunch, nuestro interés se sitúa en la importancia de los hábitos de la Naturaleza, incluido el hombre por supuesto.

Los hábitos o disposiciones mentales o corporales dependen de lo que ha sucedido anteriormente y de la frecuencia con que han ocurrido, “los hábitos se desarrollan en la Naturaleza” (1988:35-36) y es en el marco de esta idea que el autor se plantea la hipótesis de la causación formativa según la cual la Naturaleza es habitual, no es en modo alguno nueva. Sheldrake señala, que la idea de hábitos de la Naturaleza había sido propuesta anteriormente por el filósofo americano C.S. Pierce quien consideraba “la ley del hábito es la ley de la mente y llegó a la conclusión de que el cosmos creciente está vivo” (1988:36).

¿Por qué es para nosotros importante reconocer la existencia de los hábitos de la Naturaleza? Consideramos que la existencia de los hábitos en la Naturaleza nos guía en la búsqueda

de una explicación acerca de la manera cómo se van conformando patrones de proceder en cada ser humano y de cómo éstos son transmitidos de una generación a otra. Nuestras experiencias se vuelven hábitos repetitivos que producen un sentido de familiaridad y nos permiten acumular aspectos propios del ambiente. De tal manera que para Sheldrake la habituación se puede entender “en términos de autorresonancia”, la cual implica una memoria consciente o inconsciente.

Según Sheldrake, el hábito es:

*...una disposición corporal o mental; tendencia establecida a aparecer o comportarse de cierta forma, adquirida generalmente mediante la repetición; práctica establecida, costumbre o usanza. [...], en biología se utiliza para referirse al modo característico de crecimiento o aspecto de una planta o animal [...]. Según la hipótesis de la causación formativa, la naturaleza de las unidades mórficas de cualquier nivel de complejidad tiende a ser cada vez más habitual mediante la repetición, a causa de la resonancia mórfica. (1988:562)*

La resonancia es una influencia causal formativa que se transmite a través del espacio y del tiempo y que procede únicamente del pasado.

Hábitos, costumbres, usanzas, nos inducen a tomar tal o cual actitud, misma que nos caracteriza dentro de un sistema: la familia, la escuela, la comunidad. Hoy en día la familia, en sus diferentes modalidades (bimembre, multimembre), sigue siendo la célula que conforma una sociedad y es por ello que estudiando los hábitos en el seno de la familia, logramos comprender mejor quiénes somos y hacia dónde caminamos. La memoria acumulativa nos refiere información acerca de la herencia de hábitos de nuestros ancestros.

A fin de facilitar el trabajo autobiográfico utilicé los cortes por septenios (lapso de siete años), en el hilo de la historia personal sugeridos por Gudrun Burkhard en su maravillosa obra: *Buscando el hilo de la vida*.

La autora señala la existencia de tres grandes fases sobre las cuales se construyen las leyes de la biografía humana. La primera se refiere al **desarrollo físico** que se inicia con la concepción y dura hasta aproximadamente los 21 años. Ésta es una etapa receptora hasta cierto punto ajena a nuestra voluntad, ya que se refiere a los componentes genéticos heredados por nuestros ancestros. Le sigue la fase intermedia, llamada de **la expansión**. Es, aquella en la que nos vamos moldeando en el contexto social, afectivo, familiar; adquirimos grandes conocimientos y experiencias. Periodo que va de los 22 años hasta los 42 aproximadamente. La tercera fase abarca de los 43 en adelante es la etapa de **la realización**, durante la cual se va desarrollando con mayor plenitud el desarrollo espiritual.

Siguiendo esta visión sencilla pero concisa de cómo podemos abordar una biografía, quedaría ilustrado de la siguiente manera:



TABLA No. 2

PRIMERA FASE: 0-21 años	-Periodo de preparación o desarrollo físico - devenir de la mujer y hombre
SEGUNDA FASE: 22-42 años	-Periodo de expansión o de vivir ser mujer y hombre
TERCERA FASE: 43-65 y mas	-Periodo de realización y desarrollo espiritual de la mujer y hombre

Durante las fases los humanos, en todas las células de nuestro cuerpo vamos acumulando e imprimiendo luces, colores, sabores, emociones, sensaciones. Vamos descubriendo texturas y sonidos que nos van construyendo hasta convertirnos en los individuos que hoy somos. La memoria acumulativa celular juega un papel muy importante en el devenir del ser humano. Aprendizajes, hábitos, creencias, costumbres se van sumando, aún si pretendiéramos olvidarlos. Nuestras emociones emergen desde lo más profundo del ser y se convierten en acciones, a veces asertivas y otras, sin forma, ni control. Reprimir o negar una emoción es similar a un estallido, o como dice Anatananda:

*Cuando hay una fuga, una emoción reprimida se expresa mediante hábitos nerviosos, sueños recurrentes, actitudes mentales como el sarcasmo o la indignación, enfermedades físicas, mala digestión y así sucesivamente. (2001:38)*

A lo largo de estas fases, el mundo se presenta ante nuestros sentidos como un gran abanico de posibilidades, de estímulos que se convierten en un estado afectivo a través del sentimiento. El sentimiento no es propiamente intencional, sino que constituye un estado subjetivo, del ser, del espíritu, del alma.

Los seres humanos nos distinguimos entre los vivos por el uso de la razón, del lenguaje y del habla, además de la intuición. Aprendemos a interpretar símbolos, signos ó códigos y al ser partícipes del conocimiento a través del juego lingüístico, convivimos con el otro, con los

otros. Todo ello hace del comportamiento animal y humano un complejo y elaborado sistema de convivencia, el cual aún no ha sido completamente descifrado. La comunicación, ya sea visual, auditiva, gustativa, proxémica, kinestésica, verbal o escrita se torna en el medio principal para la convivencia humana. El lenguaje es el medio a través del cual nos permitimos expresar el recordar, y al hacerlo damos cuenta de una memoria acumulativa. Hablar, nos dice Boris Cyrulick, etólogo, es algo más que designar cosas, ideas o sentimientos:

*...no solamente actuar sobre el otro sino estructurar el afecto. Y este trabajo de la palabra modifica una parte cerebral, modifica toda una parte de la anatomía de nuestro cerebro. (B. Cyrulnik:2006:9)*

Los sentimientos, se sabe, nos pueden producir bienestar o malestar, estados de ánimo que pueden conducirnos a vivencias de alegría-seguridad o de angustia-inseguridad. Las palabras van también estructurando nuestros afectos a lo largo de nuestras vidas. Así, las canciones que escuchamos en nuestra infancia nos remiten a recuerdos, a escenas gratas o no gratas y los objetos percibidos se convierten en símbolos de alegría o tristeza. La autobiografía se convierte en pedazos de verdad a partir de los cuales recomponemos algo que no existe forzosamente en nosotros pero que tiene una función importante.

Escribir una autobiografía es un ejercicio que despierta emociones, es un ejercicio terapéutico de creatividad y subjetivación. Es traer al presente la memoria acumulativa emocional, proceso de subjetivación, algunas veces doloroso, otras de gran felicidad.

La autobiografía nos aporta información que muchas veces tenemos rezagada y la cual en innumerables ocasiones inclina un kilogramo más en la balanza para la toma de decisiones.

El trabajo autobiográfico nos remite a un pasado alejado de nosotros en este presente. Sin embargo, no hay razón para no cambiar un sentimiento no favorable del pasado por uno que sea favorable en el presente. Sostenemos este punto de vista a partir de una perspectiva holística, la cual nos remite a la comprensión de una idea de unidad conformada por la existencia de campos organizativos y de campos morfogénicos.

La hipótesis de la causación formativa, sostenida por el biólogo inglés Rupert Sheldrake (1985:13-18 ), propone que la memoria es inherente a la Naturaleza, es a partir de esta perspectiva, que planteamos como hechos factibles, la permanencia de modelos familiares de vida, que son transmitidos de una generación a otra. No sólo los componentes genéticos como el ADN, sino muy probablemente, las creencias, hábitos, y costumbres que significaron a los sujetos como actores sociales en un tiempo pasado, pero cuyas características cobran vigencia entre algunos miembros de la familia en el tiempo presente.

En la propuesta de la existencia de los campos morfogénicos, las coordenadas tiempo y espacio no se conciben como en otras perspectivas científicas, como: evolucionismo, mecanicismo o determinismo. En la existencia del universo no hay principio ni fin. Nosotros los hombres inventamos el tiempo y el espacio para facilitarnos la comprensión del mundo y del propio universo.

En ámbito de la neurología, diversas investigaciones, entre las que podemos citar la de la neuróloga Candace Pert (citado por Myss: 2004:46) ha demostrado que los neuropéptidos, sustancias químicas activadas por las emociones, son pensamientos convertidos en materia. La energía emocional genera un movimiento hacia afuera de nuestro cuerpo y se manifiesta en diferentes formas: favorable o desfavorable a nosotros y a los otros.

A través de los avances descritos en diversos campos del conocimiento y de los cuales no profundizamos más, por exceder los límites de esta exposición, creemos poder acercarnos a un trabajo tan fascinante y subjetivo como es la autobiografía de las emociones en el ser humano y su relación con la convivencia pacífica.

Cuán difícil se torna para muchos de nosotros creer que los eventos sucedidos en el pasado y que hubieran quedado suspendidos, —como emociones reprimidas— son susceptibles de recordarse y curarse. Prueba de ellos son las distintas escuelas con métodos terapéuticos tan conocidos como el psicoanálisis, la bioenergética, la gestalt, las constelaciones familiares y otras más.

Para los fines que nos hemos propuesto en este trabajo, ofrecer una herramienta para la recopilación de datos autobiográficos a fin de comprender los hábitos que se han repetido generación tras generación, lo que buscamos con este camino es ayudar a reducir los riegos a los que estamos expuestos en el vivir cotidiano y coadyuvar para que la permanencia de todos sobre este planeta logre ser no sólo equilibrada sino placentera.

En este sentido, nuestra invitación es la de indagar más acerca de nuestra propia vida: la orientación que le hemos dado, los orígenes familiares, pero sobre todo, comprender cómo hemos llegado hasta donde estamos. Bendecir a la Naturaleza que nos ha acunado, bendecir a nuestros ancestros.

*El sentido se construye en nosotros con lo que nos precede  
y lo que nos sigue, con la historia y con los sueños,  
con el origen y con la descendencia.*

**Boris Cyrulnik**

## **AUTOBIOGRAFÍA EMOCIONAL**

### **FLUIR CON EL COSMOS**

Cuando nacemos traemos con nosotros un mensaje de pertenencia, no sólo por el componente genético, sino por todas las circunstancias que nos rodearon en ese momento: la geografía del terreno, las relaciones de pareja, los vínculos familiares, las condiciones de embarazo, y sobre todo, el tipo de emociones que se suscitaron desde la concepción hasta el nacimiento. Posteriormente las que se sucedieron en el transcurso de la vida.

Desde nuestra perspectiva, somos y nacemos en el sitio adecuado, ahí en donde llevaremos a cabo una tarea, cualquiera que sea: ser padre de Einstein, de Hitler o ser la madre Teresa de Calcuta, o un iluminado; ser padre o madre de nuestros hijos. Comprender nuestro origen familiar es una de las cosas más difíciles de llevar a cabo para algunos de los que habitamos en ese planeta. Si bien es cierto que las migraciones han existido desde tiempos inmemoriales, en ocasiones nos cuesta trabajo entender por qué nacimos en el Este y no en el Oeste, o por qué no fueron nuestros padres el señor y la señora Pérez, o Kelly, o Nirmal, y podemos preguntarnos: ¿Qué importancia tiene la hora de nacimiento y por qué sucedió a las 3:00 a.m. de una fría mañana, o justo al medio día? Todo ello tiene una razón de ser que cósmicamente nos conduce hacia el futuro.

### **RECONOCER LO QUE ES**

Reconocer, en mi caso, la existencia de una energía psíquica, física y espiritual que me acompaña a todos lados, habría sido imposible comprenderla sin el corazón. Darse cuenta es muy sanador. Creí en un medio intelectual en donde se favorecía a la razón. Los detalles de las emociones, cosas del corazón, eran novelas de Alejandro Dumas o Caridad Bravo, “cuentos” del “Vanidades” o “cosas sin importancia”. Expresar las emociones no era lo común. En un principio, fueron el baile, la música y las artes manuales los medios a través de los cuales las expresaba.

Con el paso del tiempo y mi participación en diversos cursos logré comprender que esos movimientos mecánicos hacia afuera, se traducían en actitudes incomprensibles y que muchas de éstas eran reprimidas. Empecé a entender que las condiciones —de toda índole— de mis progenitores, contribuyeron a que yo naciera con las características biológicas y psíquicas de ahora. Pero no solamente eran mis padres, sino los padres de mis padres, mis tatarabue-

los y varias generaciones anteriores a la mía, quienes habían contribuido a mi nacimiento y vida. Ello significaba reconocer la existencia de un patrón inicial de hábitos que se repiten generación tras generación. Las constelaciones familiares han sido hasta este presente una herramienta invaluable para que yo me diera cuenta de esto y me acercara a este proyecto para escribir sobre Seguridad Humana. También otros acercamientos teóricos y prácticos que tuve hacia la práctica médica: alopatía, homeopatía y herbolaria.

### LAS LECTURAS

Los estudios en psicología y pedagogía que obligadamente tuve que hacer para continuar en mi profesión me llevaron a valorar la importancia que tiene la educación del ser humano, en particular en sus primeros años de vida, mientras se van conformando las características del niño, del adolescente, hasta llegar a ser adulto. Con Caroline Myss estoy aprendiendo a conocer el perfil espiritual-biológico del sistema energético humano. De esta manera empecé a trabajar mi autobiografía emocional haciendo los cortes por septenios propuestos por Gudrun Burkhard, que me ayudaron a precisar los eventos importantes en el desdoblamiento de las vivencias del pasado para comprender mi presente.

A fin de precisar tales acontecimientos, me fue de gran ayuda la lectura de Rupert Sheldrake, para quien la presencia del pasado es elemento indispensable para comprender el presente. A través de su propuesta pude adentrarme al estudio de la existencia de una vía no material de transmisión del conocimiento.

En las lecturas de Berth Hellinger encontré una explicación de los movimientos del alma a través de las constelaciones familiares. Los escritos de Alexander Lowen, creador de la bioenergética, me ayudaron a comprender mejor la relación: mente-cuerpo-espíritu, particularmente las vivencias en los talleres.

Desde otra perspectiva la Gestalt ha sido también un gran aprendizaje. Un acercamiento a la Programación Neuroligüística a través de sus escritos, Gregory Bateson, Richard Bandler, Virginia Satir y Milton Erickson me guiaron para encontrar congruencia en lo que hago. En particular la obra de Federico Pérez, *“El vuelo del Ave Fénix”* me ofreció un material invaluable para poner en práctica el uso y el poder de la palabra. Y con Boris Cyrulnik aprendí a conocer las posibilidades de resiliencia que todos tenemos.

### LOS RETOS

El primer reto era dejarme fluir yo misma y después con el Universo. ¿Cómo dejar de pensar negativamente si la mente a cada rato me lo recalca? Que no puedes, que no está bien,

¿qué van a decir los demás? Que si quería ir al partido político o de fútbol y no a la iglesia. Que si quería ponerme un traje azul y la norma era que debería ser gris? Si quería estar con “malas” y no “buenas” compañías? ¿Cómo aprender a “soltarme” y “soltar” lo que cargaba? ¿Por qué “olvidaba” lo más importante en el momento preciso? Bueno, la lista era bastante larga. **¿Y dónde quedaban las emociones? Pues aquí, en el cuerpo, inscritas a lo largo y a lo ancho, en cada célula, en el fondo del alma y a flor de piel.**

Todo ello se reflejaba en una incongruencia entre pensar, decir, hacer y sentir: era consciente de lo que pensaba pero no admitía lo que sentía. Mi manera de conducirme estuvo durante largos años determinada por la razón y muy poco por los sentimientos o las emociones.

*El hombre se descubre cuando se mide con un obstáculo.*  
**Antoine de Saint-Exupéry**

## LOS APOYOS

### *La reflexión y la contemplación*

El camino hasta hoy recorrido me ha llevado a hacerme muchas preguntas en torno a las emociones sentidas y no sentidas a lo largo de los años. ¿Por qué elegí tales estudios?, ¿por qué elegí al compañero de mi vida y padre de mis hijos?, ¿por qué elegí vivir en una gran ciudad y no en el campo?

He regresado a mis diarios de adolescente y me estoy reinterpreto. Durante el ejercicio me he percatado de que aquella que escribió no es la misma que hoy lee; otras veces me reencuentro y me veo la misma, sólo que con unos años más. Miro el camino recorrido con mucho interés. Nunca lo había hecho pues estaba muy ocupada acumulando más y más: creencias, apegos, dolores, enfermedades, frustraciones, pertenencias etc. Ahora me doy cuenta de que es un condicionamiento social al que todos estamos expuestos y que voluntariamente podemos soltar.

### *Los Cursos y Talleres*

He recurrido a diferentes talleres y métodos: desde el psicoanálisis, la bioenergética, las constelaciones familiares, la Programación Neurolingüística, el masaje terapéutico y relajante, hasta la elaboración del genograma, fotobiografía, narrativa autobiográfica, expresión corporal, dibujo, baile, música, canto y hasta yoga. Ahora estoy tratando de fluir con el universo, dejando que se exprese más el hemisferio derecho: creatividad, intuición, emoción. También lo atemporal y lo alógico.

*De cualquier modo que se llame tu espina,  
acéptala; es compañera de la rosa.*  
**Rabindranath Tagore**

## UNA PROPUESTA

Desdoblar la historia de cada ser humano puede resultar sumamente extenso, tan extenso como la historia de la humanidad; o puede aparecer como una hoja en blanco. Puede ser un ejercicio aburrido o divertido, en negro y blanco o a colores. Es cuestión de enfoque, de experiencia y de amor. Cada quien se construye su propia historia; a veces por conveniencia, otras por ignorancia.

He elaborado, con base en mi experiencia, un ejercicio de recopilación de datos utilizando la información que se obtiene a través de las cuatro tablas, a fin de trabajar la autobiografía emocional.

- **Tabla No. 1**, que contiene información acerca de las enseñanzas vitales que representan los siete chakras en la anatomía de la energía.
- **Tabla No. 2**, que se refiere a las fases por las que pasamos los seres humanos, y sobre las cuales se construyen las leyes de la biografía: períodos de preparación por septenio.
- **Tabla No. 3**, que es una guía para la recopilación de datos de una autobiografía emocional. Presencia de hábitos para trabajarse en períodos de siete años, a fin de reencontrar los períodos de preparación, su relación con las emociones, los escenarios, las situaciones y los hábitos que se han repetido en nuestras vidas.
- **Tabla No. 4**, que es un proceso de indagación sobre nuestros ancestros por generaciones: Presencia del pasado-genealogía convencional.

La tabla que está relacionada con el tejido cósmico de los hábitos y su relación con la autobiografía emocional, cuya fuente de inspiración se encontró en *Datos principales de la biografía*, de G. Burkhard (2000:3), es un diseño que se basa en nueve indicadores: **año de nacimiento, edad, acontecimiento escenario, situación, personajes, hábitos, emoción y experiencia** ( tabla No.3). En ella aparecen dos coordenadas: X y Y. En el eje de las columnas se encuentran los nombres de los indicadores propuestos (datos personales). En el eje de las filas vamos anotando los años transcurridos desde que nacimos hasta la fecha actual o el septenio que queremos trabajar. Podemos tener muchas experiencias para trabajar y se podrán llevar a cabo en la medida que le dediquemos tiempo.

Para iniciar la recopilación de información para las tablas 3 y 4 se recomienda tener varias libretas donde anotar cada uno de los indicadores. También habrá que tomarse el tiempo para indagar sobre nuestros antepasados y reencontrar a los parientes, entrevistarlos, recuperar fotos, recrear el árbol genealógico para llenar los espacios faltantes.



TABLA No. 3 / GUÍA PARA LA RECOPIACIÓN DE DATOS DE UNA AUTOBIOGRAFÍA EMOCIONAL

AÑO	EDAD	ACONTECIMIENTOS	ESCENARIOS	SITUACIONES	PERSONAJES	HÁBITOS	EMOCIONES	EXPERIENCIAS
1980	0	-concepción						
		-embarazo						
		-nacimiento						
1981	1							
1982	2							
1983	3							
1984	4							
1985	5							
1986	6							
1987	7							
1988	8							
1989	9							
1990	10							
1991	11							

1992	12							
1993	13							
1994	14							

**Presencia de hábitos en la autobiografía emocional.**

Los años continúan según los septenios que se quieran trabajar. Autora: Gabriela Ortega

De esta manera los datos por anotar son:

- **Año.** Columna en la cual anotaremos la fecha de nacimiento.
- **Edad.** Aquí anotamos los primeros siete años de vida, y si queremos trabajar dos o más septenios lo adecuamos al número de eventos que deseamos trabajar.
- **Acontecimiento.** Se refiere a los eventos del pasado que nos fueron significativos y deseamos cambiar la actitud emocional respecto a esos eventos porque tuvimos una experiencia no favorable y nos sigue causando malestar. Algunas veces puede suceder que identifiquemos el malestar pero no la emoción. También es posible identificar el acontecimiento como un evento muy favorable y que nos causa gran placer el recordarlo.
- **Escenario.** Se refiere a la coreografía que se inscribió en el momento del acontecimiento: luz, color, sonido, texturas, diálogos.
- **Situación.** Se refiere al panorama en el cual se sucedieron los acontecimientos y que nos permite enmarcar la imagen del lugar: problemática, placentera, de riesgo, de inseguridad, a fin de poder precisar en forma asertiva el evento a trabajar.
- **Personajes.** Se refiere a ese otro u otros que dieron vida a la emoción.
- **Hábitos.** Es el acto repetitivo que nos guió a actuar de forma que provocó un malestar/bienestar; acto favorable/no favorable, que deseamos reconocer y cambiar porque nos duele y que es motivo de una comunicación con los personajes (visuales, auditivos, kinestésicos, olfativos, gustativos).
- **E-moción.** Movimiento a través del cual se expresó la experiencia (alegría, coraje, gusto, odio...).
- **Experiencia.** Lo que significó para nosotros esa vivencia y lo que podemos aprender de ella.

A partir de la recolección de estos datos hacemos un pequeño escrito para aclarar nuestros sentimientos y experiencias y poder trabajar a través del cuerpo y de la mente las emociones.

Hasta aquí se trata de un trabajo personal. Lo más fuerte y significativo viene a darse en un trabajo colectivo, a través de los talleres en los cuales se encuentra la resonancia a nuestras vivencias, por lo que propongo al lector acercarse a grupos coterapéuticos para tener logros significativos. También a través de redes de contención. El trabajo con el cuerpo es indispensable para obtener los resultados esperados, ya sea la danza, la expresión corporal, la hatha yoga, el método Fendelkrise, la bioenergética. Todos ellos requieren de asiduidad y disciplina.

Cada individuo es un caso personal que tendrá que ser analizado con la mayor honestidad posible y una ayuda terapéutica, personal o grupal.

El otro registro que propongo es acerca de la **historia familiar hacia el pasado y el presente**. (tabla No. 4: Presencia del pasado—Genealogía convencional de las generaciones ascendentes). La matriz original es una propuesta de Luis Leñero Otero (1976:42). Le hemos agregado una columna más para los acontecimientos históricos en el mundo y en el Universo.

En este registro aparecen los datos de nuestros ancestros tratando de abarcar al menos tres generaciones. Se considera un promedio de 25 a 30 años por generación, de suerte que tres o cuatro familias pueden generarse en un siglo. Este dato puede variar por las condiciones de vida de cada la familia: entorno rural/urbano, familia nuclear/extensa, clase social, tipo de enfermedades, sucesos históricos: guerras, etnocidios u otros.

Es un ejercicio personal en el cual hemos de ir conociendo no sólo la historia de nuestros ancestros sino de los acontecimientos que se dieron en el mundo y en el universo a nuestra llegada a este planeta y su relación con los eventos de la biografía personal. La razón por la cual hemos agregado esta columna, es porque consideramos que existe una relación muy estrecha entre los hábitos individuales y los de las generaciones anteriores. Cuando un elemento de cada sistema se mueve afecta al resto de los elementos que lo componen. También existe una sincronía entre los elementos, misma que nos puede ayudar a conocernos más, lo cual creemos, repercute en nuestra seguridad individual y colectiva.


**TABLA No. 4 / GENEALOGÍA CONVENCIONAL DE LAS GENERACIONES ASCENDENTES**

GENERACIÓN FAMILIAR	PERÍODO APROXIMADO DE NACIMIENTO DE LOS PADRES	PERÍODO DE FORMACIÓN DE NUEVA FAMILIA (TOMANDO COMO REFERENCIA EL MATRIMONIO O SU EQUIVALENTE)	ACONTECIMIENTOS HISTÓRICOS EN MÉXICO EN EL MOMENTO DE LA FORMACIÓN DE LA NUEVA FAMILIA	ACONTECIMIENTOS HISTÓRICOS EN EL MUNDO Y EN EL UNIVERSO EN EL MOMENTO DE LA FORMACIÓN DE LA NUEVA FAMILIA
3ª. GENERACIÓN ABUELOS	1910	1938		
2ª. GENERACIÓN	1950	1980		
PRIMERA GENERACIÓN	1981	2007		

**La primera generación que se quiere trabajar aparece en la última fila.**

**Las generaciones que nos anteceden aparecen en la primera fila**

**Autora: Gabriela Ortega Pierres**

El ejemplo que yo expongo abarca un período aproximado de 3 generaciones: abuelos, padres, e hijos. En la primera columna aparecen los nombres de los personajes que conforman cada generación; en la segunda, los años en que se unieron como pareja, en la tercera los acontecimientos locales que se suscitaron durante los años de nacimiento de los abuelos, padres, hijos. En la siguiente los mismos acontecimientos durante los años de unión matrimonial en el ámbito local. Después los acontecimientos en el ámbito nacional. En la última columna los acontecimientos mundiales y universales.

Siguiendo el hilo de la historia personal y de los acontecimientos se llegan a atar cabos que nos pueden dar luz con relación a la forma en que los acontecimientos de nuestro entorno nos afectaron y afectaron a nuestros padres. Asimismo, podremos conocer, con ayuda del genograma y fotograma los nacimientos y decesos con sus causas, de nuestros ancestros. Un genograma nos arroja información de los miembros que conformaron nuestra familia, tanto paterna como materna durante varias generaciones e implica un trabajo personal que

no todos estamos dispuestos a asumir. Sin embargo nos revela muchas de las causas que provocan nuestras emociones. Una fotografía, es también un gran apoyo en la construcción de nuestra autobiografía emocional.

*Quando nos hallamos ante un sufrimiento inevitable,  
lo importante es nuestra actitud.  
Se puede actualizar aquí el máximo potencial humano:  
convertir una tragedia personal en triunfo.*

**Victor Frankl**

### CONCLUSIONES

El camino recorrido hasta aquí ha sido grato, enriquecedor, aunque no por ello algunas veces doloroso. Sin embargo el balance es bueno. El panorama que ahora se vislumbra es otro, tal vez porque hemos cambiado y ello es lo que le hace diferente. Hemos recorrido sólo un pequeño tramo de nuestra historia y aún hay mucho que aprender sobre las emociones. Creemos que el primer paso está dado: reconstruir una historia de vida para conocerse mejor. Para ello los caminos son infinitos, nosotros hemos apenas jalado una hebra de la madeja que alcanzamos a percibir. Si logramos provocar en el lector un interés por conocer más y mejor su autobiografía emocional, estaremos gratamente complacidos. Si nuestro texto ha despertado controversias, dudas, polémica, aún mejor.

Los factores tanto ambientales, como internos que nos rodean contribuyen a ir siempre adelante, como lo escribiera el poeta español Goytisolo en su poema "Palabras para Julia": "Tu no pues volver atrás porque la vida ya te empuja como un aullido interminable... interminable...".

Relacionar los eventos del presente con el pasado nos ayuda a encontrar los hábitos que conformaron un campo de resonancia en los patrones familiares y hoy se hacen presentes. El darse cuenta de la forma como funcionan tales patrones es ya un logro para conocer cómo las emociones van tejiendo el hilo de la autobiografía. La existencia de la transdisciplina nos ayuda a conocer con mayores aciertos, los caminos por recorrer.

Las posibilidades de solucionar problemas de diversa índole en el ámbito social nos parecen más asequibles cuando hemos conocido nuestra autobiografía emocional. Aquello que nos pesaba, le pudimos tirar gracias a los movimientos expresados durante los ejercicios o en el autoanálisis. Reconocer la existencia de emociones manifiestas y reprimidas, sentidas o no sentidas, favorables o desfavorables, es ya un paso importante en la convivencia personal y grupal.

Empezar a jalar el hilo de la vida personal es un buen inicio para el trabajo autobiográfico emocional. En la perspectiva que hemos presentado convergen diversos autores que han transitado por una visión sistémica, la cual nos demanda de una mayor profundidad en los planteamientos de cada uno de ellos, y que por cuestiones de espacio sólo hemos podido tocar aquí de manera muy breve.

Gracias al derrumbe de las fronteras del conocimiento, somos ahora capaces de incursionar, no sin problemas, hacia las profundidades del alma y del espíritu. Reconocer las grietas de nuestro cuerpo. El pensamiento de Oriente y Occidente parece no estar ya tan alejados, y con ello podemos darnos la oportunidad de caminar de manera más equilibrada usando ambos hemisferios de nuestro cerebro. Es tiempo de reconocer nuestras raíces y honrar a nuestros ancestros, y para ello hemos de conocerlos y valorarlos. Hemos de encontrar los hilos energéticos que nos han unido a ellos desde generaciones atrás, en aras de caminar mejor por la vida.

El estudio de los campos mórficos y hábitos de la Naturaleza nos induce a formular otras preguntas acerca de la existencia de un posible campo primitivo y universal, como fuente de toda animación de la naturaleza del universo. Esto es, la posible existencia de un campo unificado original a partir del cual surgieron todos los campos de la Naturaleza.

En este sentido compartimos la idea del autor cuando escribe:

*En todas las tradiciones, tarde o temprano llegamos a los límites del pensamiento conceptual y también al reconocimiento de esos límites. Solamente la fe, el amor, la esencia mística, la contemplación, la iluminación o la gracia de Dios pueden llevarnos más allá. (Sheldrake:1988:493)*

Su planteamiento sobre los hábitos de la Naturaleza y la existencia de campos mórficos, nos ha abierto una vía para comprender el presente a partir de nuestro pasado. Conforme a la hipótesis de la causación formativa, sería más fácil el aprendizaje si éste lo han hecho un gran número de personas con anterioridad. Con Caroline Myss incursionamos un poco en la anatomía de la energía a partir de los chakras. Gudrun Burhard nos ha facilitado la tarea a partir de los períodos de preparación, expansión y realización del ser humano y elaborar una tabla de los hábitos y su relación con la autobiografía emocional, para poder acceder a una narrativa de nuestros acontecimientos por septenios.

Lo que hemos presentado aquí es el inicio de la autoindagación, que requiere como cualquier otra investigación, de tiempo, de voluntad, disciplina y ahínco. Les deseamos mucha suerte y para concluir les damos algunos “tips” para continuar con el trabajo.

**FACTORES PROTECTORES INTERNOS QUE FACILITAN LA RESILIENCIA**

(NAN HENDERSON-MIKE M. MILSTEIN: 2003:28)

1. Presta servicios a otros y/o a una causa.
2. Emplea estrategias de convivencia, como adopción de buenas decisiones, asertividad, control de los impulsos y resolución de problemas.
3. Propicia la sociabilidad, la capacidad de ser amigo y la capacidad de entablar relaciones positivas.
4. Ten sentido del humor.
5. Procura el control interno.
6. Procura autonomía e independencia.
7. Ten una visión positiva del futuro personal.
8. Procura ser flexible.
9. Ten capacidad de aprendizaje y conexión con éste.
10. Busca automotivación.
11. Procura ser idóneo en algo.
12. Procura sentimientos de autoestima y confianza en ti mismo.

**APRENDE DE TUS EMOCIONES**

(ESPECIAL DE JORGE BUCAY:2005 PP.84-85)

1. Cuando sepas escuchar tus emociones, podrás expresarlas sin hacerte daño.
2. Toda situación será una oportunidad para aprender a vivirla.
3. En la medida en que observes y acompañes respetuosamente la emoción original, ella va recorriendo su camino hasta que se calma.
4. Escucha música y de ser posible baila para evitar rigidez en músculos y articulaciones.
5. Sé traductor de ti mismo.
6. Dale crédito a tu interior.
7. Admite cierta inseguridad, lo cual te permitirá aprender y comprender su presencia.
8. Exprésate de la mejor forma, busca las palabras y el momento adecuado para hacerlo.

## EPÍLOGO

*Guía para el místico contemporáneo: ( Myss C. 2004.:272)*

1. Todos somos uno.
2. Respetarnos mutuamente.
3. Respétate a ti mismo.
4. El amor es poder divino.
5. Entrega tu voluntad a la voluntad divina.
6. Busca solamente la verdad.
7. Vive en el momento presente.

## LISTA DE REFERENCIAS

1. **ANANTANANDA, S.**, 2001 *¿Qué hay en mi mente? La inspiración de una nueva percepción*. Editorial Siddha Yoga Dham de México, S. A.
2. **BLANCO, JORGE**, 2006 *Curso-Taller de Programación Neurolingüística* (Colección Paradigma y Modelos Comunicacionales. UNAM. FCPy S. DGPA. Ciudad Universitaria. México).
3. **BURHARD, GUDRUN**, 2000. *Buscando el hilo de la Vida*. Editorial Rudolf Steiner, Geistesleben, México.
4. **BUCAY, JORGE**, 2005 *Mente Sana No. 7: "Elegir la felicidad"*. *Revista Psicología Positiva*. Editor Bucay Jorge, Barcelona.
5. **CYRULNIK, BORIS**, 2005 *"La edad del sentido"*. Encuentro Internacional sobre resiliencia. Argentina. 13-14 Mayo del. Texto reproducido por la Campo Grupal No. 67. Argentina.
6. **EL MURMULLO DE LOS FANTASMAS**, 2003. Editorial Gedisa. Barcelona.
7. **CHOPRA, DEEPAK**, 2000 *Cómo crear Abundancia*. Cinta magnetofónica. México.
8. **EASTON, STEWART**, 1984 *El hombre y el mundo a la luz de la Antroposofía*. Editorial Rudolf Steiner. Madrid.
9. **HAY, LOUISE, L.**, 2001 *Tú puedes sanar tu vida*. Editorial Diana. México.
10. **HELLINGER, BERTH**, 2002 *Reconocer lo que es*. Editorial Herder. Barcelona.
11. **LEÑERO OTERO, LUIS**, 1976 *La familia*. Editorial Edicol, S. A. México.
12. **MAILLARD, CATHERINE Y VAN EERSEL, PATRICE**, 2004, *Mis antepasados me duelen*. Editorial Obelisco. Barcelona.
13. **Mc GOLDRICK, M GERSON, RANDY**, 2003, *Genogramas en la Evaluación Familiar*. Editorial Gedisa. Barcelona.
14. **MYSS, CAROLINE**, 2004, *Anatomía del Espíritu. La curación del cuerpo llega a través del alma*. Editorial B, Barcelona.
15. **HENDERSON, NAN Y MILSTEIN, MIKE**, 2003, *Resiliencia en la escuela*. Editorial Paidós, Buenos Aires.
16. **ORTEGA P., GABRIELA**, 2005. "Seguridad Humana. ¿Utopía o Realidad?", en *Seguridad Humana e infraestructura emocional*. Libro colectivo, internacional y electrónico. Editorial Metadata, en coedición

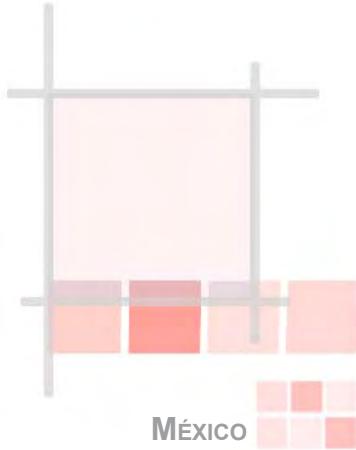
con la Universidad Nacional Autónoma de México y el Proyecto Millennium de la ONU. Consúltese y descárguese en línea en <http://www.metadata.org.mx/seguridadhumana>, México.

17. PÉREZ, FEDERICO, 1982, *El vuelo del Ave Fénix*. Editorial Pax, México.
18. SHELDRAKE, R., 1988, *La presencia del Pasado. Resonancia mórfica y hábitos de la Naturaleza*. Editorial Kairós, Barcelona, 2005.  
—*Una nueva ciencia de la vida. La hipótesis de la causación formativa*. Editorial Kairós, Barcelona.
19. SZYNIA, DAVID, 2006, *Revista Campo Grupal*. “Los duelos en el cuerpo”, <http://www.campogrupal.com/duelos.html>

#### TALLERES

- “Autobiografía”: Rosa Nissan.
- “Autosanación y Transformación”. Terapeuta Maria Montiel.
- “Bioenergética”. Terapeuta María Martínez.
- “Constelaciones Familiares”. Terapeuta Yolanda Rendón.
- “Hatha Yoga”: Consuelo González, Indira Bassols, Daniela Rocha.
- “Masaje lúdico y terapéutico”. Terapeuta Santiago Mejía.





## ¿POR QUÉ TEMEMOS A LA MUERTE?

Resignificación de la vida frente al destino de mortalidad

**Montserrat Gómez Ramírez**

[montserrat\\_jl@yahoo.com.mx](mailto:montserrat_jl@yahoo.com.mx)

**Abstract:** *Un acercamiento a las causas y motivaciones más profundas del hombre respecto a su destino final. Una propuesta para comenzar a construir una vida llena de significados, interpretando o construyendo los símbolos para que el hombre muera de manera trascendental y no convencional. El individuo —nos dice la autora— ha olvidado cómo morir, porque no sabe vivir. De la saciedad de la vida, es decir, de la riqueza de significados y de lo vivido, se desprende una forma estoica y heroicamente digna de reconocer la muerte.*

**Palabras clave:** miedo, muerte, filosofía, tanatología, necrofilia, amor a la vida, religión, escape, destino final.

Hablar de la muerte es remitirse a la vida, por lo tanto, se trata de un tema que a todos nos atañe, complejo, amplio, confrontante, revelador, siempre vigente y que no se agota. A partir del mismo se puede *profundizar* en el ser humano e *iluminar* diferentes zonas de sus temores fundados o infundados para asimilar, vivir y enfrentar de la mejor manera posible el desenlace de la vida.

Hay muchas preguntas en torno a la muerte que se multiplican cuando reflexionamos sobre ella.

En cuanto el hombre es consciente de su muerte y de que ésta es el polo opuesto, innegable e irremediable de la vida, comienza en él, sigilosamente, un sentimiento de temor, de miedo ante esta realidad, sabe que la muerte forma parte del sentido general de la existencia humana y que es su horizonte inevitable, pero no lo acepta, o por lo menos no pretende siquiera reflexionar al respecto.

¿Es imposible negar el miedo ancestral que el hombre tiene con respecto a la muerte? ¿Por qué nos cuesta trabajo entender un proceso natural como la muerte? ¿De dónde surge el miedo que sentimos ante la muerte? ¿Cuál es nuestra percepción de la muerte en un mundo atiborrado de imágenes y situaciones donde aparece la muerte del “otro” a cada instante? ¿En qué momento histórico del pensamiento humano nos encontramos con respecto a cómo maneja el ser humano el temor a la muerte? ¿Podremos algún día ser felices y aceptar nuestra finitud, dejar de lado todo el miedo que nos estremece al hablar de ella? ¿Aprendemos a no reverenciar tanto al cuerpo, y aceptarlo en su quebranto? ¿Viviremos nuestro último suspiro con paz y tranquilidad cuando ésta se avecine? ¿Cómo enfrentaremos el miedo a la muerte en el año 2020?

#### ¿DEBEMOS TENERLE MIEDO A LA MUERTE?

Desde los albores del pensamiento humano, el miedo a la muerte ha sido uno de los principales motores de inspiración y de reflexión. Ya se preguntaban los griegos si nuestro temor a la muerte es infundado, ya se respondían: “Mientras vivimos no estamos muertos y cuando morimos no estamos vivos”. El aforismo de Epicuro sigue vigente: “En la muerte no hay nada que temer, puesto que somos incompatibles con ella. Si estamos nosotros, aún no hay muerte; si está la muerte, no estamos nosotros, por lo tanto, nada puede traernos o quitarnos.”.

Desde el punto de vista filosófico, sin la idea de la muerte no sería posible meditar sobre lo que es el hombre, su vida, su muerte y el cosmos, “sin la muerte sería incluso difícil hasta filosofar” (Schopenhauer, 1992).

Platón (1983: 154-158) considera la filosofía como una preparación para la muerte. En su obra *Fedón* se pregunta si debemos tenerle miedo o no a la muerte, veamos que es lo que nos responde:

—¿Y no se da el nombre de muerte a eso precisamente, al desligamiento y separación del alma con el cuerpo?

—Sin duda alguna —respondió Simmias.

—Pero el desligar el alma, según afirmamos, es la aspiración suma, constante y propia tan sólo de los que filosofan en el recto sentido de la palabra; y la ocupación de los filósofos estriba precisamente en eso mismo, en el desligamiento y separación del alma y del cuerpo. ¿Sí o no?

—Así parece.

—¿Y no sería ridículo, como dije al principio, que un hombre que se ha preparado durante su vida a vivir en un estado lo más cercano posible al de la muerte, se irrite luego cuando le llega ésta?

—Sería ridículo. ¡Cómo no!

— Luego, en realidad, oh Simmias —replicó Sócrates—, los que filosofan en el recto sentido de la palabra se ejercitan en morir, y son los hombres a quienes resulta menos temeroso el estar muertos. Y puedes colegirlo de lo siguiente: si están enemistados en todos los respectos con el cuerpo que desean tener el alma sola en sí misma, ¿no sería un gran absurdo que, al producirse esto, sintieran temor y se irritasen y no marcharan gustosos allá, donde tienen esperanza de alcanzar a su llegada aquello de que estuvieron enamorados a lo largo de su vida —que no es otra cosa que la sabiduría— y de librarse de la compañía de aquello con lo que estaban enemistados? ¿No es cierto que al morir amores humanos, mancebos amados, esposas e hijos, fueron muchos los que se prestaron de buen grado a ir en pos de ellos al Hades, impulsados por la esperanza de que allí verían y se reunirían con los seres que añoraban? Y en cambio, si alguien ama de verdad la sabiduría, y tiene con vehemencia esa misma esperanza, la de que no se encontrará con ella de una manera que valga la pena en otro lugar que en el Hades ¿se va a irritar por morir y marchará allá a disgusto? Preciso es creer que no, compañero, si se trata de un verdadero filósofo, pues tendrá la firme opinión de que en ninguna otra parte, salvo allí, se encontrará con la sabiduría en estado de pureza. Y si esto es así, como decía hace un momento, ¿no sería un gran absurdo que un hombre semejante tuviera miedo a la muerte?

— Sí, por Zeus —dijo Simmias—, un gran absurdo.

—¿Y no te parece que es indicio suficiente de que un hombre no era amante de la sabiduría, sino del cuerpo, el verle irritarse cuando está

*a punto de morir? Y probablemente ese mismo hombre resulte también amante del dinero, o de los honores, o de una de estas dos cosas, o las dos a la vez.*

*—Efectivamente —respondió—, ocurre tal como dices.*

¿O acaso lo que tememos es no volver a ser recordados por nadie? Porque cuando morimos, también nos llevamos nuestra individualidad, nuestra personalidad que nos llevó  *toda*  una vida construir. Una vez más, es el profundo y lúcido Schopenhauer quien lo plantea de manera contundente: “Nada muere con la muerte salvo la individualidad misma. Nadie vive en el pasado, ni tampoco en el futuro, cada individualidad no tiene otra sede que el  *presente* . Lo que el individuo teme es verse privado del presente”.

La antropología nos enseña (Hertz, 1990: 91) que debido a la fe que tiene en sí misma una sociedad, no puede admitir que un individuo que ha formado parte de la misma se pierda para siempre: “*La última palabra ha de ser la de la vida*”. Esta reintegración constituye tanto en las sociedades primitivas como avanzadas —la Iglesia cristiana garantiza a los que están integrados en ella  *la resurrección y la vida* — uno de los actos más solemnes de la vida colectiva. El campo de la muerte seguirá siendo la zona oscura en la que de la forma más categórica y permanente triunfarán la magia y el mito. Los ritos, prácticas y creencias alrededor de la muerte continúan siendo el sector más  *primitivo y moderno*  de nuestras civilizaciones.

#### LOS TIEMPOS DIACRÓNICOS DE LA MUERTE

Morin (1994), sistematiza el estudio de la muerte y el temor que el ser humano siente por ésta, y lo ubica en tres tiempos diacrónicos:

1. Los hombres de las sociedades arcaicas.
2. Las sociedades metafísicas.
3. La época moderna.

#### *Los hombres de las sociedades arcaicas*

- a. Fueron impresionados en el plano imaginario por lo contagioso de la muerte.
- b. Concibieron una multiplicidad de ritos para detener el contagio sugerido por la descomposición del cadáver. Y para favorecer el pasaje del difunto al mundo de los espectros.
- c. Para ellos resultaba repulsiva la idea de una muerte definitiva.

- d. La muerte sólo podía ser para ellos una muerte-renacimiento.
- e. Surge la idea de que los desaparecidos viven en otra parte su vida como vivientes.

### *Los hombres de las sociedades metafísicas*

Se asiste a una separación radical de vivos y muertos. Se llega del doble al dios, pasando por el muerte-antepasado-dios, la divinidad potencial del muerto, pero a través de selecciones severas donde los muertos-antepasados y los muertos-jefes se separan de los otros muertos, los grandes antepasados se distinguen de los pequeños antepasados y los dioses se destacan entre los grandes antepasados.

Desde ese momento, los dobles desaparecerán, la noción de espíritu alcanzará todo su sentido, así como la de alma:

La verdadera inmortalidad (espíritu) reemplaza entonces la amortalidad (doble). Nacen las religiones de la salvación. Al morir, el alma abandona el cuerpo, evita a los demonios y llega al Paraíso. El ideal platónico, la búsqueda de salvación de los cristianos, la aspiración ascética al Nirvana o al Uno-Todo en los sistemas de pensamiento orientales, ilustran cabalmente esta tendencia, aunque sin agotarla.

### *Los hombres de la época moderna*

El hombre no se deja invadir por los espíritus (menos aún por los dobles), deja de concederle en menor crédito a los mitos o a los ritos.

El progreso de la ciencia y de la técnica, el desarrollo del espíritu crítico, la expansión del espíritu individualista y competitivo impuesto por un mundo en donde la rentabilidad y el beneficio reemplaza a los antiguos valores, dejan sólo al individuo: *“La salvación, sí existe, no puede estar sino en él, así como la muerte es su muerte, que deberá afrontar sin la ayuda de Dios”*, reflexionaba Edgar Morin.

Para Ariés (1999), la vergüenza con respecto a la muerte en la actualidad, se debe a que se la considera un tabú.

Para la psicología (Freud, 1989: 116) uno de los factores por el cual hoy nos sentimos desorientados en este mundo, es el cambio de actitud que hasta ahora se venía observando ante la muerte, es decir, existe una clara manifestación a prescindir de la muerte, a eliminarla de la vida.

La muerte propia era, seguramente, para el hombre primordial, tan inimaginable e inverosímil como todavía hoy para cualquiera de nosotros. Sucedió cuando el hombre primordial vio morir a alguno de sus familiares, su mujer, su hijo o su amigo, a los que amaba, seguramente, como nosotros a los nuestros, pues el amor no puede ser mucho más joven que el impulso asesino. Hizo entonces, en su dolor, la experiencia de que también él mismo podía morir, y todo su ser se rebeló contra ello, cada uno de aquellos seres amados era, en efecto, un trozo de su propio y amado yo. Mas, por otro lado, tal muerte le era, sin embargo, grata, pues cada una de las personas amadas integraban también algo ajeno y extraño a él. La ley de la ambivalencia de los sentimientos, que aún domina hoy en día nuestras relaciones sentimentales con las personas que nos son amadas, regía más ampliamente en los tiempos primitivos.

De acuerdo con Freud, el enigma intelectual que la imagen de la muerte planteaba al hombre primordial le forzó a reflexionar, y fue así el punto de partida de toda reflexión. Freud acota que hay que limitar y corregir tal afirmación:

*...lo que dio su primer impulso a la investigación humano no fue el enigma intelectual, ni tampoco cualquier muerte, sino el conflicto sentimental emergente a la muerte de seres humanos, y sin embargo, también extraños y odiados. De este conflicto sentimental fue del que nació la psicología.*

Para la sociología, el temor que el hombre siente ante la muerte es producto de la orfandad en la que se encuentra cuando tiene que convivir con ella. En términos sociológicos (Baudrillard, 1993: 151) los muertos han dejado de existir, han sido arrojados fuera de la circulación simbólica de la colectividad. Estamos inmersos en una *desocialización de la muerte*, lo cual significa que hemos traducido a la muerte como una fatalidad individual, un proceso natural que no merece reflexión alguna, sino meras respuestas convencionales que sirven como sedantes.

Lejos estamos de entender que la muerte es una relación social que acontece en la comunidad, un intercambio simbólico. En los pueblos primitivos existe un intercambio colectivo, a través de los rituales y los mitos (Hertz, 1990), (Vincent, 1999) y (Mauss, 1991). En el apartado titulado "Efectos físicos en el individuo por la idea de la muerte sugerida por la colectividad (Australia y Nueva Zelanda)", Mauss estudia los efectos psicológicos y físicos que un individuo propicia al *suponer* que se encuentra hechizado por haber cometido una *falta social*, es decir, al atentar contra la moral colectiva, el daño que comete es tan grave que tiene que pagarlo con su propia muerte, esta situación tiene lugar aún y cuando no esté enfermo, no exista daño físico alguno, ni una prueba palpable de su falta. El peso de la colectividad sobre el individuo es indubitable.

El fundamental imperativo de todo ritual es lo que uno no puede conseguir solo: *el hombre no puede impartirse vida a sí mismo sino que debe conseguirla de sus congéneres humanos*. Para Baudrillard, toda muerte es social, pública, colectiva, la pena es absorbida por el grupo.

#### EL MIEDO A LA MUERTE EN EL FUTURO

Prevalecerán, por encima de muchas otras, dos encrucijadas a la hora de enfrentar el miedo que el ser humano seguirá sintiendo por la muerte: aceptarla o negarla, y su vida girará en torno a cualquiera de estas dos propuestas.

Para quienes deciden aceptarla:

- Se replegarán al plano espiritual y tratarán de manejar su temor a la muerte vía gurús espirituales, adivinos mágicos, sacerdotes, ministros, médicos, tanatólogos, especialistas, en fin; buscará desde todos los planos: social, psicológico, espiritual, físico las respuestas para llevar una vida con calidad y poder así prepararse para su muerte.
- Buscará respuestas en los libros, y en todas las disciplinas: médicos, psicólogos, filósofos, sociólogos, antropólogos, literatos, físicos, etc.; buscarán en sus discursos ofrecer distintas perspectivas en torno a la muerte y esto le permitirá al hombre crear sus propias categorías e interpretaciones, para así estar preparado cuando ésta toque a su puerta.
- En las pláticas de café con sus amigos, en el diván del psicoanalista, en el consultorio de su médico, en el confesionario de su templo, hablar de la muerte ya no será un tabú. Hablará de la muerte pero con un fin trascendental, no con miedo.
- Al entender y aceptar su naturaleza será más consiente de su salud, y buscará que su vida sea con más calidad y para esto se valdrá de la tecnología. Los buenos *spa*, masajes de relajación, lugares de meditación, pláticas grupales donde se aborde el tema, acudirá a revisiones médicas más constantemente y les tenderá la mano a los moribundos que se tope en el camino.
- Aprenderá a distinguir entre los discursos trascendentales de su existencia que le permitan encontrar la paz y la tranquilidad, de aquellos que sólo ven la muerte como espectáculo, morbo e inversión.
- Llevará una vida menos disipada y más organizada, todo en pos de su salud y de su tranquilidad emocional.
- Será llamado “vitalista”, ese hombre ansioso y respetuoso de vida, sentirá un amanecer, podrá tocar el viento, disfrutará sentir rodar las gotas de lluvia sobre su cara,

sabrá disfrutar de la Naturaleza, vivirá intensamente todo lo que se llama vida, y sabrá reconocer y aceptar cuando la muerte se presente ante él, aprenderá a amar al prójimo y a su cuerpo en sus quebrantos.

Para los que la niegan:

- Se prevé que la mayoría de las personas recurrirán a dos opciones que les permitirán vivir con el miedo a la muerte: la huida y la represión.
- La huida se puede dar a partir del abuso del alcohol, de los narcóticos, los euforizantes, la búsqueda desenfrenada de placeres y distracciones. Y la represión a través del “olvido” de que uno es mortal.
- Se sentirá triste sin saber por qué.
- Trabajaré arduamente por conseguir un estilo de vida confortable, gran parte de sus inversiones serán en seguros de vida, de gastos médicos, seguros de desempleo, cirugías constantes, visitas al médico, a todos los especialistas, se realizará periódicamente estudios médicos no necesarios, estará a la vanguardia de todos los productos que prometen juventud y salud eterna.
- Transferirá su temor a la muerte entendiéndola como “muerte espectáculo”. Así será la única manera como aceptará a la muerte: la muerte en los videojuegos, la muerte del prójimo vista en las noticias, películas “gore” (donde se pueden presenciar crímenes reales), tendrá gusto por presenciar asesinatos, la guerra la entenderá como necesaria y parte de un esquema económico, político y social. Pensará que todos merecen morir menos él.
- Será hipocondríaco, y psicopatológico, es decir, sentirá que cualquier enfermedad lo aqueja, tendrá constantes desequilibrios físicos y de salud provenientes de sus ansias de estar sano, se volverá obsesivo y todo girará en torno a la búsqueda de la salud.
- Despreciará a su cuerpo cuando esté enfermo, buscará saciar esa desesperación invirtiendo mucho dinero en él. Despreciará a los moribundos, y evitará a toda costa las enfermedades.
- Todo lo que provenga de la Naturaleza lo sentirá como amenazante. Abusará de los beneficios de la tecnología que lo mantendrán en una esfera de confort y alejado de lo natural.
- Su plano espiritual estará olvidado, no pretenderá buscar y profundizar en su propio cosmos, en sus pulsiones, enfrentar sus miedos; esto sólo le representará una pérdida de tiempo, lo que le interesa es lo vívido, lo palpable, lo práctico, todo aquello que no se pueda comprar, simplemente no existe.

*“El verdadero problema es que no tenemos una auténtica definición de la muerte”, decía Elisabeth Kübler Ros.*

Le tememos a la muerte porque:

- No contamos con una definición propia respecto a la muerte, es la gran desconocida.
- La idea de la muerte impacienta nuestra tranquilidad, nos da miedo construir un espacio de reflexión y contemplación, hacia el mundo espiritual, cósmico y universal que conservamos y muchas veces no conocemos.
- Tememos perder todo lo que tenemos en vida: nuestros seres queridos, nuestros proyectos, nuestros bienes, nuestra salud, en fin, perdemos todo lo que nos hace “ser”.
- Perdemos nuestra individualidad, buscamos ante el temor reforzar nuestros lazos con la sociedad, ya que solos contemplaremos atónitos y como espectadores nuestro final y eso resulta aterrador.
- Con la muerte, ya no intervendremos en “el mundo”, reconocemos la incapacidad de plantear siquiera nuestra participación en lo “futuro”, en lo que suceda.
- Inmersos en un mundo vitalista, pensar en la muerte es sinónimo de estancamiento, de inmovilidad, caducidad, pensar en la muerte sólo resulta válido cuando forma parte de un discurso mítico, mágico, religioso, en la dimensión social, hablar de la muerte es un tabú.
- Nos cuesta trabajo aceptar nuestra muerte, aceptamos la muerte del “otro”, pero no reconoceremos y mucho menos, imaginamos la nuestra. Prescindimos hablar de la muerte e incluso a eliminamos esta idea de la vida, por eso cuando la tenemos enfrente, nuestros ojos nublados por las lágrimas nos impiden ver.
- Percibimos a la muerte como una fatalidad, no como algo natural. Esto se debe en parte a que nos encontramos en una sociedad de permisón: es permitido habla de lo que el hombre comprende, de lo desconocido, sólo lo trasportamos al plano imaginario, místico, espiritual, esotérico, no real.
- Vivimos en una sociedad que rechaza la muerte, la silencia. La trata con indiferencia y hace todo lo posible por evitarla. La existencia del mal de antaño repercutía en la doma de la muerte. La supresión del mal ha vuelto a su estado salvaje a la muerte. El caso típico de nuestra sociedad se puede apreciar en un hospital: tanto el personal médico como los familiares que acompañan a un moribundo en su agonía evitan escrupulosamente hablar sobre la muerte.

- No aceptamos la finitud del cuerpo. Inmersos en discursos de salud eterna y juventud también, no aceptamos nuestros quebrantos, la finitud del cuerpo. Nos convertiremos en polvo nuevamente —pero como diría Quevedo—, seremos ahora polvo enamorado.

Debemos crear un mundo simbólico en colectividad y tratar de erradicar el discurso en el cual la muerte se convierte en fatalidad, nulidad de la existencia, absurdo, castigo y soberbia, debemos cambiar ese discurso y encontrar sus justas correspondencias.

Pero ese propósito primero lo tenemos que lograr en solitario. Debemos crear nuestro propio universo simbólico que nos permita ser más libres, que nos reconcilie con nuestro miedo a la muerte, el cual, en ocasiones, no queremos reconocer. Pero quien ha estado alguna vez enfermo, habrá de admitir que en esos momentos emergen nuestros temores, los *fantasmas* de la finitud que nos atormentan hasta que surge inevitable la pregunta: ¿Qué es la muerte? Debemos tratar de interpretar nuestro temor a la muerte, pero no sólo a esa muerte entendida como consumación de la existencia, sino a todas aquellas muertes que nos acompañan, todas esas pérdidas, los desprendimientos que lastiman el cuerpo y el alma.

Inmersos en una sociedad atiborrada de hedonismo, narcisismo, permisividad y consumismo, en breve, individualista, asistimos solos a nuestra propia muerte y enfrentamos también solos el adiós a nuestros muertos. No existe un intercambio simbólico, si acaso, existe una repetición asumida como tradición.

La propuesta es, comenzar a construir una vida llena de significados, interpretando los símbolos si es que los hay y si no los hay, construirlos, sólo así el hombre morirá de manera trascendental y no convencional. El individuo ha olvidado cómo morir, porque no sabe vivir. De la saciedad de la vida, es decir, de la riqueza de significados y de lo vivido, se desprende una forma estoica y heroicamente digna de reconocer la muerte.

#### CONCLUSIONES

Conocer mejor la muerte (Vincent, 1999) es *reducirla a su justo lugar*, evitando a la vez el no querer tomarla en consideración (negación); la fascinación obsesiva, que no hace perder de vista el combate por una vida mejor; en fin, la evasión hacia fantasías de consolación o de compensación (conductas mortíferas). De este modo, al superar la *negación* de la muerte, todo hombre debe tener el coraje y la lucidez de mirarla sin miedo. No se trata en absoluto de matar lo imaginario (el hombre no puede prescindir de ello, como lo confirma el psicoanálisis), sino de reconstruirlo, de generar nuevos símbolos, de inventar nuevos lenguajes.

A este respecto, *una educación de la muerte*, sugiere Vincent, debería formar parte de los programas escolares en todos los niveles de la enseñanza, y en la totalidad de sus dimensiones (biológicas, psicológica, sociológica, económica).

¿No será mejor dar a la muerte, en la realidad y en nuestros pensamientos, el lugar que le corresponde y dejar volver a la superficie nuestra actitud inconsciente ante la muerte, que hasta ahora hemos reprimido tan cuidadosamente? Esto no parece constituir un progreso, sino más bien, en algunos aspectos, una regresión; pero ofrece la ventaja de tener presente la verdad y hacer más soportable la vida. Soportar la vida es, y será siempre, el deber primero de todos los vivientes.

Para Lepp el único antídoto eficaz contra el miedo a la muerte parece hallarse en un intenso amor a la vida. Es preciso saber que podemos morir, y, sin embargo, vivir como si no debiéramos morir jamás. La causa más frecuente de las neurosis y otras dificultades psíquicas —menciona Lepp— no se halla en los conflictos inconscientes de la sexualidad, la causa más frecuente de perturbaciones psíquicas parece radicar en la falta o pérdida del sentido de la vida. Las dificultades conyugales, profesionales, sociales, se manifiestan como consecuencias de una vida cuyo sentido se ignora. El hombre puede vivir para sus hijos, para la patria, para la humanidad, para el arte, la ciencia o para Dios. Lo que desde el punto de vista psicológico importa, es que tenga conciencia de que vive para algo, o preferiblemente, para alguien: *si logramos dar sentido a nuestra vida, nuestra muerte también lo tendrá*. Lepp enfatiza que los hombres que viven intensamente y saben por qué viven, enfrentan una gran serenidad en su envejecimiento y la proximidad de la muerte.

Moriremos. Eso es todo. Pero sólo de nosotros depende que esa muerte sea un pedazo de infinito, un sueño, una poesía de la materia, ¡No me rebelo contra la muerte, sino contra el modo de morir!

#### LISTA DE REFERENCIAS

1. ARIÉS, PHILIPPE, 1999, *El hombre ante la muerte*. Editorial Taurus, Madrid, España.
2. BAUDRILLARD, JEAN, 1993, *El intercambio simbólico y la muerte*, Monte Ávila Editores, Caracas, Venezuela.
3. CARUSO, IGOR, 2003, *La separación de los amantes*, Editorial Siglo XXI, México.
4. FREUD, SIGMUND, 1989, *El malestar en la cultura*, Editorial Alianza, México.
5. HEGEL, G. W. F., 1987. *Fenomenología del espíritu*, Editorial FCE, México.
6. HERTZ, ROBERT, 1990, *La muerte. La mano derecha*, Alianza Editorial Mexicana, México.
7. KÜBLER-ROSS, ELISABETH, 1997, *La rueda de la vida*, Ediciones B, Punto de lectura No. 101, Barcelona. —2000, *Sobre la muerte y los moribundos*, Editorial Grijalbo Mondadori, Barcelona, España.

8. LEPP, IGNACE, 1967, *Psicoanálisis de la muerte*, Editorial Carlos Lohlé, Buenos Aires, Argentina.
9. MAUSS, MARCEL, 1991, *Sociología y antropología*, Editorial Tecnos, Madrid, España.
10. MORIN, EDGAR, 1994, *El hombre y la muerte*, Editorial Kairós, Barcelona, España.
11. PLATÓN, 1983, *Fedón*, Editorial Orbis, Barcelona, España.
12. REYES. ZUBIRIA, LUIS ALFONSO, 1996, *Acercamientos Tanatológicos al enfermo terminal y su familia*, Curso fundamental de Tanatología, Tomo III, México.
13. SCHOPENHAUER, ARTHUR, 1992, *El mundo como voluntad y representación*, Editorial Porrúa, México.
14. VINCENT, THOMAS LOUIS, 1999, *La muerte*, Editorial Altaya, España.

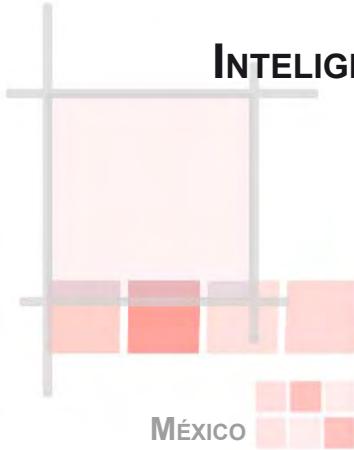


# INTELIGENCIA EMOCIONAL FEMENINA PARA LA SALUD

La mujer, ser holístico de infinitas soluciones

**Delia Selene de Dios Vallejo**

[deliadedios@yahoo.com.mx](mailto:deliadedios@yahoo.com.mx)



**Abstract:** *La salud ha permitido a las mujeres romper las barreras simbólicas de lo privado para llevar a foros abiertos una discusión y el cuestionamiento sobre su posición y condición: como mujeres, como pobres, como indígenas. De ayer, de hoy, del futuro. No se puede abordar la cuestión del alma femenina moldeando a la mujer de manera que se adapte a una forma más aceptable según la definición de cultura que la ignora, y tampoco se puede doblegar a una mujer con el fin de que adopte una configuración intelectualmente aceptable para aquellos que afirman ser los portadores exclusivos del conocimiento. Las mujeres con su inteligencia integral, su actitud holista, han curado, curan y curarán a través de los siglos y los siglos.*

**Palabras clave:** inteligencia emocional femenina, salud, medicinas alternativas, emociones positivas, medicina holística, herbolaria, medicina tradicional, curanderismo, chamamismo, medicina espiritual, tradiciones, conocimiento indio, parteras.

*El Saber no basta, hay que utilizarlo.  
El querer no basta, hay que demostrarlo.*  
**Goethe**

Combinar los avances de la medicina convencional y los remedios caseros acreditados es, con toda seguridad una excelente forma de tratamiento. Las mujeres, las abuelas, a menudo tenían soluciones muy sencillas para los problemas de toda la familia. Encontraban remedios en la naturaleza, en el agua, la tierra, en el jardín, en los prados, en el bosque, en los animales, en las flores, en las frutas, en el sol y en el sereno. Conocían la misteriosa fuerza de la medicina que surgía de la naturaleza y la aplicaban en forma de alimentos, de envolturas, paños, inhalaciones de vapores, baños, infusiones o zumos, así como otras formas y medios para curar. Tal conocimiento lo aplican con emoción efectiva.

Hipócrates dijo: “Las enfermedades son un trastorno del equilibrio interno en el plano espiritual, físico y mental”. Las enfermedades nos dan la oportunidad de reflexionar sobre nuestra situación y de tratarnos más adecuadamente y con cariño, por ejemplo haciendo suficiente ejercicio, respirando aire puro, alimentándonos de forma sana, equilibrada y manteniendo una relación correcta entre trabajo y descanso.

#### **PENSAMIENTO Y EMOCIÓN POSITIVA DE LA SALUD HUMANA**

En los procesos curativos, una atención cariñosa es, por lo menos, tan necesaria como un tratamiento correcto, cuidarse con cariño —o mejor aún, recibir atención y consuelo— nos hace sentir bien y constituye, con frecuencia, la mejor medicina. Dedicar tiempo a las dolencias, a la atención personal, al contacto físico y “ponerse manos a la obra” es muy importante durante el proceso curativo. (Uhlemayr, p. 13)

Experimentamos de modo subjetivo lo que vemos, oímos y tocamos en el mundo supuestamente objetivo y material que nos rodea. Todas las enfermedades, o la gran mayoría existente entre los seres humanos tienen un origen psicosomático. Los padecimientos son producto de un desequilibrio energético en la vibración celular común.

La materia es energía, hasta el último de los átomos que la conforman está compuesto de energía oscilatoria que va en distintas frecuencias vibratorias, así cualquier cosa existente, incluso nosotros mismos somos una manifestación de dicha energía. Todo tiene su propia influencia, vibración y función específica.

Muchas personas vivimos constantemente expuestas a las ondas ELF (frecuencia extremadamente baja) sin darnos cuenta de que ellas alteran y entorpecen las reacciones del sistema inmunológico de nuestros cuerpos. Vivimos en lugares donde existen cables de alta

tensión, antenas aéreas, sistemas de comunicación, cerca de estaciones de radio y televisión, etcétera, en consecuencia estamos expuestos a las ondas ELF. Es menester recordar que nuestro cuerpo humano está formado de un 75% u 80% de agua, conductor de electricidad por naturaleza, así recibimos éstas ondas y las llevamos a todo nuestro organismo. (Tate Selaróm: p. 26)

El investigador japonés Masaru Emoto nos dice que “la comunidad médica ha empezado a ver el agua como un transportador de energía y se le emplea en el tratamiento de enfermedades”. También plantea que los investigadores modernos han mostrado que la mente tiene un impacto directo en las condiciones del cuerpo. “Cuando tienes una vida plena y placentera, tu cuerpo se siente mejor, pero cuando tu vida está llena de conflictos y tristeza, tu cuerpo lo sabe. Cuando las emociones fluyen por todo tu cuerpo te da una sensación de alegría que te encamina hacia la salud física”. Agrega: “El agua es una fuerza vital, transportada por la sangre y los fluidos corporales, es el medio por el cual los nutrientes circulan a través de nuestro cuerpo. Este fluir del agua nos permite una vida activa... el agua tiene la capacidad de copiar y memorizar información”.

Masaru Emoto ha fotografiado cristales de agua que responden al lenguaje de nuestras emociones y las ha dado a conocer, de igual forma nos plantea:

“Los humanos somos seres vibrantes, cada individuo vibra en una frecuencia única. Cada uno de nosotros posee habilidades sensoriales necesarias para sentir las vibraciones de los demás. Una persona que experimenta una gran tristeza transmitirá una frecuencia triste, y alguien que siempre está alegre y tiene una vida plena emitirá la frecuencia correspondiente. Una persona que ama a otras proyectará una frecuencia de amor, pero alguien que actúa con maldad emitirá vibraciones oscuras y malignas. Cuando la gente se reúne, viste ropas especiales, canta, baila, festeja, se disipan vibraciones alegres”.

Si todo se encuentra en estado de vibración, todo crea sonidos. Las palabras son sonidos. La música y las palabras habladas son vibraciones.

Los sonidos con la misma frecuencia resuenan. Una parte crea una frecuencia y la otra responde con el mismo sonido, ambas resuenan. Se dice que las cosas similares se atraen, y así las vibraciones se atraen e interactúan una con otra.

En las relaciones humanas personas que generan frecuencias similares se atraen, de lo cual surge la amistad. Algunas permanecen indiferentes entre sí, sin importar cuán cerca se encuentren en el terreno físico. Pero si alguien que no te agrada se acerca a ti y tú reaccionas, significa que, de alguna manera, resuenan con tal individuo así, el amor es una especie de resonancia.

Cuando estás enamorado te desempeñas mejor en el empleo, y es posible que tu trabajo (y a menudo tu entorno) cambie sin que lo adviertas. Las personas que continúan trabajando bien en edad avanzada, de manera casi inevitable están enamoradas. Claro que no se limitan al amor de pareja, sino que incluyen respeto y atracción desinteresada hacia otras personas. El amor tiene el efecto de elevar nuestro nivel de frecuencia y hacernos brillar.

La mayoría de los objetos en la naturaleza emiten frecuencias estables, los seres humanos somos capaces de utilizar toda la escala de sonidos. Los humanos somos los únicos que resonamos con todas las demás criaturas y objetos de la naturaleza, con todo lo que existe en el Universo, transmitimos y recibimos energía.

Pero esta habilidad es un arma de doble filo. Cuando la gente sólo actúa en beneficio propio, emite una energía que destruye la armonía de la Naturaleza. Considera también Masaru Emoto a la intencionalidad del observador hacia lo observado, si la mirada, el pensamiento, la palabra, son bien intencionados proporciona valor; si es maligna, lo arrebató. Por ello: Brindar atención positiva o negativa a algo o alguien es una manera de dar energía. La forma de conducta más nociva es negar la atención. "Ser ridiculizado no es tan dañino como ser ignorado"...

Si consideramos que el cuerpo humano es un universo en sí mismo, en consecuencia llevamos todos los elementos dentro de nosotros. Somos polvo de estrellas. Masaru Emoto midió vibraciones provenientes de diversas personas y descubrió que las negativas se corresponden con las que emiten diversos elementos: las vibraciones que crea la irritación son equivalentes a las del mercurio; las del enojo a las del plomo; y las de la tristeza a las del aluminio... la incertidumbre se relaciona con el cadmio, la desesperación con el acero y el estrés con el zinc... Los metales resuenan con las emociones y los estados anímicos de la gente.

Con base en los principios de la vibración, todo lo que necesitamos es emitir la emoción opuesta a la negativa. Al combinar dos ondas opuestas, la emoción negativa desaparece.

Veamos esto:



#### EMOCIONES

NEGATIVA	POSITIVA
-Odio, enojo, miedo, ansiedad, presión	-Gratitud, bondad, valor, paz mental presencia de ánimo

No hay nadie sin un poco de maldad, tampoco lo hay del todo perverso. El hecho de que alguien posea emociones contrarias lo hace humano.

Si las emociones negativas han llegado a enfermarte necesitas buscar curación, especialmente si se te dificulta llenar tu corazón de amor y gratitud. Si tu corazón está colmado de odio por otras personas o hacia ti mismo en esos momentos es útil recurrir a sanadores.

Dice el autor de *Los mensajes ocultos del agua*, Masaru Emoto (2005: 69-173):

*En mi opinión, un médico que trate el cuerpo humano primero debe ser un filósofo. En el pasado el papel del médico de la comunidad recaía en un chamán o sacerdote, el cual exhortaba a la gente a seguir las leyes naturales, a vivir correctamente y hacer uso de los poderes curativos que se encuentran en la naturaleza. Hoy contamos aún con hombres y mujeres-medicina, seres humanos sabios, curanderos, personas quienes curan con medicina alternativa. Seguramente existirán en el futuro.*

Regresaremos al pensamiento de Emoto, quien dice lo siguiente:

*Los problemas de salud de la gente, en buena medida, sus padecimientos, son resultado de emociones negativas. Si puedes borrar la causa de tales emociones, esto significa que tienes una capacidad innata de recuperarte de las enfermedades. No podemos subestimar la importancia de ser personas positivas.*

*El pensamiento positivo fortalecerá tu sistema inmune y te ayudará a iniciar el proceso de recuperación. Dar a la gente una razón para vivir fortalece tanto su espíritu como su sistema inmune.*

*Considera la conciencia como alma y que entre todas las medicinas no hay ninguna que supere los poderes curativos del amor. No sólo el amor produce inmunidad, sino fundamentalmente lo hace la combinación de amor y gratitud.*

*La vibración de la gratitud es más poderosa y tiene mayor influencia. El amor tiende a ser energía más activa, es el acto de entregarse de manera incondicional. En contraste, la gratitud es una energía más positiva, un sentimiento que proviene de haber recibido algo. El autor sugiere tener el doble de gratitud que de amor para procurar el equilibrio. El espíritu de las palabras dichas con determinación puede influir en lo existente. (Emoto:173)*

Habrá que recordar que las investigaciones del psicólogo Ivan Petrovich Pavlov y su escuela enfatizan que el estímulo verbal, sea oral o escrito, es más fuerte que cualquier otro estímulo.

Estos pensamientos nos son útiles en nuestro tema, los vamos a retomar más adelante al observar la inteligencia emocional femenina al servicio de la salud. Puesto que las mujeres-medicina, mujeres sabias, las usan en sus terapias.

Por lo pronto tenemos la evidencia de que todo cuerpo humano es un conjunto uniforme cuyas partes se hallan siempre en relación recíproca, de manera que el malestar de una parte debe tener influencia sobre las otras, una perturbación lleva consigo otra.

Un cuerpo está sano cuando todas sus partes se hallan en estado normal, haciendo sin dolor ni esfuerzo el trabajo a que están destinadas, además se le observará armonioso. La enfermedad modifica las formas del cuerpo. Una persona sana tiene una mirada clara, tranquila, no tiene contracciones en su cuerpo, no tiene malestares, no siente su cuerpo, disfruta de su vida, su trabajo, reposa tranquilo, es quien tiene un porqué para vivir.

#### **LAS MUJERES Y LOS HOMBRES POSEEDORES DE DIVERSAS INTELIGENCIAS**

Las mujeres llevan aportando gracia, ingenio, inteligencia y ternura a la vida humana desde que nuestros antepasados avivaban sus fogatas en África hace millones de años.

Ahora las mujeres están a punto de cambiar el mundo. ¿Por qué? Porque durante los millones de años en que nuestros antecesores se trasladaban en pequeños grupos de cazadores-recolectores, los sexos desempeñaban labores distintas, y dichas labores exigían destrezas también diferentes.

Mientras el tiempo y la naturaleza iban multiplicando incesantemente el número de buenos trabajadores, la selección natural conformaba aptitudes distintas en el cerebro masculino y el femenino; no hay dos personas iguales, pero, por término medio, mujeres y hombres poseen una serie de habilidades innatas diferentes. Y las tendencias actuales sugieren que muchos sectores de la comunidad económica del siglo XXI van a necesitar de las dotes naturales de la mujer. No querría en modo alguno ser mal interpretada: los hombres tienen muchas habilidades naturales que serán esenciales en el mundo “global”. Tampoco en el pasado se han quedado a la zaga: han explorado y trazado mapas de todo el mundo; han creado la mayor parte de nuestra literatura, arte y ciencia; y han inventado muchos de los placeres de la vida contemporánea, desde la imprenta a la bombilla, los zapatos deportivos, el chocolate elaborado y la Internet.

Los hombres seguirán haciendo magnas contribuciones a nuestra sociedad de alta tecnología. Pero las mujeres han empezado a acceder a la población activa retribuida en cantidades sin precedentes casi en el mundo entero. Cuando estas mujeres penetren, o incluso saturen, el mercado global en décadas venideras, creo que introducirán ideas y prácticas increíblemente innovadoras.

¿Cuáles son las dotes naturales de la mujer? ¿Cómo van a cambiar el mundo las mujeres? Voy a comenzar con el modo de pensar de la mujer.

Existen a mi juicio sutiles diferencias en la manera en que hombres y mujeres, por término medio, organizan su pensamiento, variaciones éstas que parecen surgir de diferencias en la estructura cerebral. Más aún, como se expone aquí, la “forma de ver” de las mujeres ha empezado ya a impregnar nuestros periódicos, programas de televisión, aulas, salas de juntas, cámaras de gobierno, tribunales, hospitales, urnas y alcobas. El modo de pensar femenino está incluso afectando a nuestras creencias fundamentales sobre justicia, salud, caridad, ocio, intimidad, amor y familia.

Las mujeres, en general, adoptan una perspectiva más amplia que los hombres en torno a cualquier cuestión. Las mujeres piensan de forma contextual, holística. Muestran también mayor flexibilidad mental, aplican juicios más intuitivos y más imaginativos y tienen una tendencia más marcada a hacer planes a largo plazo, aspectos todos ellos de esta perspectiva contextual. En esta medida su inteligencia se debe a la asignación social aplicada a la mujer.

La inteligencia de una persona está formada por un conjunto de variables tales como la atención, la capacidad de observación, la memoria, el aprendizaje, las habilidades sociales, etc., lo cual le permite enfrentarse al mundo diariamente. El rendimiento que obtenemos de nuestras actividades diarias depende en gran medida de la atención que les prestemos, así como de la capacidad de concentración que manifestemos en cada momento. Pero tendremos en cuenta que, para tener un rendimiento adecuado intervienen muchas otras funciones como, por ejemplo, un estado emocional estable, una buena salud psicofísica o un nivel de activación normal.

La inteligencia es la capacidad de asimilar, guardar, elaborar información y utilizarla para resolver problemas, cosa que también son capaces de hacer los animales e incluso los ordenadores. Pero el ser humano va más allá, desarrollando una capacidad de iniciar, dirigir y controlar sus operaciones mentales y todas las actividades que manejan información. Aprendemos, reconocemos, relacionamos, mantenemos el equilibrio y muchas cosas más sin saber cómo lo hacemos. Pero tenemos además la capacidad de integrar estas actividades mentales y de hacerlas voluntarias, en definitiva de controlarlas, como ocurre con nuestra atención o

con el aprendizaje, que deja de ser automático como en los animales para focalizarlo hacia determinados objetivos deseados.

Una de las definiciones que mejor se adaptan a nuestra forma de entender el término, es aquella donde se define a la inteligencia, de la siguiente manera: “La aptitud que nos permite recoger información de nuestro interior y del mundo circundante, con el objetivo de emitir la respuesta más adecuada a las demandas que el vivir cotidiano nos plantea”, según acuerdo generalizado entre los estudiosos del tema depende de la dotación genética y de las vivencias experimentadas a lo largo de la vida.

Su denominado Proyecto Spectrum: la visión tradicional de la inteligencia cambiaba, a los ojos de un psicólogo de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Harvard, Howard Gardner, en la idea de que el ser humano sólo tenía un tipo de inteligencia fue rebasada. En su libro *Frames of Mind*, establece nueve tipos de inteligencias: la verbal-lingüística, la lógica-matemática, la kinestética, la visual-espacial, la musical, la intrapersonal, la interpersonal, la naturalista y la existencia. Aunque sus colegas investigadores llegaron a describir hasta 20 tipos de inteligencia.

#### RETOMANDO A LAS EMOCIONES

Las emociones son los estados anímicos que manifiestan una gran actividad orgánica, reflejada en los comportamientos externos e internos como lo anotamos en párrafos anteriores.

Las emociones son una combinación compleja de aspectos fisiológicos, sociales, y psicológicos dentro de una misma situación polifacética, como respuesta orgánica a la consecución de un objetivo, de una necesidad o de una motivación. Veamos aquí a las emociones humanas.



#### CUADROS DE EMOCIONES

-Duelo, hostilidad, euforia, furia, resentimiento, desesperación, temor, aprensión, ansiedad, éxtasis, placer, gratificación, felicidad, rabia, cólera, miedo, pánico, melancolía, decepción, nerviosismo, consternación, terror, fobia, pesimismo, satisfacción, depresión, confusión, indignación, irritabilidad.

### *Experiencias emocionales básicas*

Las emociones pueden agruparse, en términos generales, de acuerdo con la forma en que afectan nuestra conducta: si nos motivan o nos llevan a aproximarnos o a evitar algo.

Robert Plutchik, fue quien identificó y clasificó las emociones en 1980. Consideró que se experimentan 8 categorías básicas de emociones que motivan varias clases de conducta: temor, sorpresa, tristeza, disgusto, ira, esperanza, alegría y aceptación; cada una de éstas nos ayudan a adaptarnos a las demandas de nuestro ambiente aunque de diferentes maneras. Las diferentes emociones se pueden combinar para producir un rango de experiencias aún más amplio. Estas emociones varían en intensidad.

### *Aspectos fisiológicos de las emociones*

Emoción es un fenómeno consciente de capacidad de respuesta. El ser humano responde a circunstancias y a entradas específicas con combinaciones de reacciones mentales y fisiológicas. Las reacciones mentales son parte del conocimiento. Las respuestas fisiológicas varían, pero involucran al sistema respiratorio, cardiovascular y otros sistemas corporales. Éstas son frecuentemente inducidas por sustancias químicas a las cuales contribuye el sistema límbico, esto es, el hipotálamo y la amígdala. Una buena hipótesis acerca del desencadenamiento de emociones se origina en el modelo del cerebro como instrumento de control.

El hipotálamo y el tálamo juegan un papel fundamental en el desarrollo de las emociones, el hipotálamo contiene los centros que gobiernan los dos sistemas autónomos (simpático y parasimpático), por lo que ejerce un papel esencial en el conjunto de la vida afectiva, pulsional y emocional, y en el control de las manifestaciones emocionales por intermedio del sistema nervioso autónomo.

Las emociones van siempre acompañadas de reacciones somáticas. Son muchas las reacciones somáticas que presenta el organismo, pero las más importantes son:

- Las alteraciones en la circulación.
- Los cambios respiratorios.
- Las secreciones glandulares

El sistema nervioso está encargado de regular los aspectos fisiológicos de las emociones. El sistema nervioso autónomo acelera y desacelera los órganos a través del simpático y parasimpático; la corteza cerebral puede ejercer una gran influencia inhibitoria de las reacciones

fisiológicas; de este modo algunas personas con entrenamiento logran dominar estas reacciones y llegan a mostrar un autocontrol casi perfecto.

### *Información acerca de la inteligencia emocional*

La inteligencia emocional es una forma de interactuar con el mundo que tiene muy en cuenta los sentimientos, y engloba habilidades tales como el control de los impulsos, la autoconciencia, la motivación, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía, la agilidad mental, etc. Ellas configuran rasgos de carácter como la autodisciplina, la compasión o el altruismo, que resultan indispensables para una buena y creativa adaptación social.

Las personas con habilidades emocionales bien desarrolladas también tienen más probabilidades de sentirse satisfechas y ser eficaces en su vida.

### **LAS EMOCIONES SEGÚN GOLEMAN**

Con base en las investigaciones realizadas por los dos investigadores Solovey y Mayer, y comparándola con las Inteligencias Múltiples, Goleman afirmó en su última conferencia en Madrid, que la inteligencia emocional es un término que incluye dos tipos:

#### *La Inteligencia Personal*

Compuesta a su vez por una serie de competencias que determinan el modo en que nos relacionamos con nosotros mismos. Esta inteligencia comprende tres componentes cuando se aplica en el trabajo:

- **Conciencia en uno mismo:** es la capacidad de reconocer y entender en uno mismo las propias fortalezas, debilidades, estados de ánimo, emociones e impulsos, así como el efecto que éstos tienen sobre los demás y sobre el trabajo. Esta competencia se manifiesta en personas con habilidades para juzgarse a sí mismas de forma realista, que son conscientes de sus propias limitaciones y admiten con sinceridad sus errores, que son sensibles al aprendizaje y que poseen un alto grado de autoconfianza.
- **Autorregulación o control de sí mismo:** es la habilidad de controlar nuestras propias emociones e impulsos para adecuarlos a un objetivo, de responsabilizarse de los propios actos, de pensar antes de actuar y de evitar los juicios prematuros. Las personas que poseen esta competencia son sinceras e íntegras, controlan el estrés

y la ansiedad ante situaciones comprometidas y son flexibles ante los cambios o las nuevas ideas.

- **Automotivación:** es la habilidad de estar en un estado de continua búsqueda y persistencia en la consecución de los objetivos, haciendo frente a los problemas y encontrando soluciones. Esta competencia se manifiesta en las personas que muestran un gran entusiasmo por su trabajo y por el logro de las metas por encima de la simple recompensa económica, con un alto grado de iniciativa y compromiso, y con gran capacidad optimista en la consecución de sus objetivos.

### LA INTELIGENCIA INTERPERSONAL

Al igual que la anterior, esta inteligencia también está compuesta por otras competencias que determinan el modo en que nos relacionamos con los demás:

- **Empatía:** es la habilidad para entender las necesidades, sentimientos y problemas de los demás, poniéndose en su lugar, y responder correctamente a sus reacciones emocionales. Las personas empáticas son aquellas capaces de escuchar a los demás y entender sus problemas y motivaciones, que normalmente tienen mucha popularidad y reconocimiento social, que se anticipan a las necesidades de los demás y que aprovechan las oportunidades que les ofrecen otras personas.
- **Habilidades sociales:** es el talento en el manejo de las relaciones con los demás, en saber persuadir e influenciar a los demás. Quienes poseen habilidades sociales son excelentes negociadores, tienen una gran capacidad para liderar grupos y para dirigir cambios, y son capaces de trabajar colaborando en un equipo y creando sinergias grupales: “Las normas que gobiernan el mundo están cambiando. En la actualidad no sólo se nos juzga por lo más o menos inteligentes que podamos ser ni por nuestra formación o experiencia, sino también por el modo en que nos relacionamos con nosotros mismos o con los demás” plantea Daniel Goleman.

La inteligencia es mucho más flexible que la máscara de material que la oculta. La inteligencia puede expresarse por igual como pensamiento o como molécula. Una emoción básica como el miedo se puede describir como sensación abstracta o como tangible molécula de la hormona adrenalina. Sin la sensación no hay hormona; sin la hormona no hay sensación. De la misma forma, no hay dolor sin las señales nerviosas que transmiten el dolor, no hay alivio para el dolor sin las endorfinas que se ajustan a los receptores del dolor para bloquear esas señales.

Nuestro cuerpo desempeña un papel importante en cada proceso intelectual; a lo largo de nuestro desarrollo como seres humanos, desde el seno materno hasta la edad adulta, es él quien proporciona al cerebro la valiosa información que éste necesita del medio ambiente que nos rodea.

Cada movimiento, desde la infancia es decisivo en la creación de redes neuronales... a través de nuestros ojos, oídos, nariz, lengua y piel recibimos las sensaciones, éstas se convierten así en fundamento del conocimiento. Entre mente y cuerpo se da una relación integral (Ibarra, 1997: p.13).

El infinito potencial del sistema mente/cuerpo se libera a través del movimiento, pues la asombrosa plasticidad neuronal sólo necesita el movimiento para activar ese potencial que puede transformar por completo nuestra vida, es la característica original de nuestro sistema nervioso...

A todo lo largo de la vida el sistema nervioso es dinámicamente cambiante, se organiza por sí mismo, no sigue un orden establecido, es enormemente flexible y adaptativo, nunca estático, siempre desarrollando nuevas redes neuronales, como respuesta a las experiencias y vivencias. Desde el inicio de nuestra vida las células nerviosas están completas aunque poco organizadas; así vamos respondiendo al medio exterior a las imágenes, olores, sonidos, sensaciones, mientras poseemos la suficiente cantidad de nutrientes, de oxígeno, de estimulación y de libertad para movernos, podremos diseñar y rediseñar sistemas neuronales complejos, porque la plasticidad de nuestro sistema nervioso es impresionante.

Las experiencias son directas e involucran a los sentidos y a las emociones. “El aprendizaje es experiencia y todo lo demás información”, nos dice Albert Einstein; por su parte Aristóteles afirmaba: “Nada hay en el intelecto que no haya pasado por mis sentidos.” (Goleman, 2000: 14-21)

#### **LA FE COMO UNA EMOCIÓN POTENTE**

Los psicólogos hoy en día hacen uso de la Programación Neurolingüística como una técnica curativa y ellos manejan la fe. Nosotros consideramos que las mujeres sanadoras han hecho uso de la comunicación, de la técnica aquí señalada y desde luego de la fe en sus terapias aplicando de manera contextual su inteligencia emocional femenina.

Cuando se habla de fe, normalmente pensamos en credos o doctrinas, y eso es lo que efectivamente son muchas creencias. Pero, en un sentido más esencial, es fe cualquier principio, guía, aforismo, convicción o pasión que pueda suministrar sentido y orientación en la vida. Los estímulos que se nos ofrecen son innumerables. Las creencias son los filtros

predispuestos, organizados, de nuestra percepción del mundo. Las creencias son como los gobernadores del cerebro. Si coherentemente juzgamos cierta una cosa, es como si trasmitiéramos al cerebro una orden acerca de cómo debe representarse lo que sucede. Casals creía en la música y en el arte, que había dado belleza, orden y nobleza a la vida, y que todavía se mostraban capaces de realizar el milagro cotidiano para él. Cómo creía en el poder trascendente de su arte, disponía de potencial en un grado que casi desafia al entendimiento. Sus creencias transformaban todos los días al anciano en un genio lleno de vitalidad. Le mantenían vivo, en el sentido más verdadero de la expresión.

John Stuart Mill escribió: “La persona que tiene fe posee más fuerza que otras noventa y nueve que sólo tengan intereses”. Precisamente por eso la fe franquea las puertas a la excelencia. Una creencia comunica una orden directa al sistema nervioso; cuando uno cree que algo es verdadero literalmente se pone en un estado tal como si lo fuese. Utilizadas apropiadamente, las creencias pueden ser la fuerza más poderosa para hacer el bien en la vida; por lo contrario, las creencias que ponen límites a nuestras acciones y pensamientos pueden ser tan devastadoras como negativas. A través de la historia la fe ha inspirado a millones de personas y les ha dado fuerzas para hacer cosas que nunca hubiesen creído realizables. La fe nos ayuda a obtener de nosotros mismos los recursos más profundos, y a dirigirlos en sentido favorable al objetivo buscado.

Las creencias son las brújulas y los mapas que nos guían hacia nuestros objetivos y nos inspiran la confianza en que sabremos alcanzarlos. A falta de ellas o de la esperanza de construirlas, los seres humanos llegan a verse totalmente desamparados, como barcas sin motor ni timón. En cambio, con unas creencias firmes que sirvan de guía, uno se ve capaz de emprender la acción y de dar forma al mundo en que desea vivir. La fe ayuda a ver lo que uno quiere y confiere energías que ayudan a obtenerlo.

En realidad, ninguna otra fuerza rectora del comportamiento humano resulta tan poderosa. La historia de la humanidad es, en esencia, la historia de las creencias humanas. Los individuos que han dejado huella en la historia (llámese Jesucristo, Mahoma, Copérnico, Cristóbal Colón, Edison o Einstein) son algunos de quienes cambiaron nuestras creencias.

Muchos conocemos también el denominado efecto placebo. Las personas a quienes se sugiere que las drogas que van a tomar surtirán efectos determinados, muchas veces experimentan dichos efectos aunque se les dé una píldora desprovista de cualquier propiedad activa. Norman Cousins, que se enteró por experiencia directa del poder de curación por la fe, concluye: “Los fármacos no siempre son necesarios. La fe en la curación siempre lo es”.

En un estudio notable sobre el efecto placebo, se reunió a un grupo de pacientes de úlcera gástrica, que fue dividido en dos subgrupos. A los del primero les dijeron que iban a

tomar una droga nueva capaz de aliviar definitivamente su dolencia; a los del otro grupo que recibirían un producto experimental cuyos efectos aún no eran bien conocidos. El primer subgrupo registró un 70% de mejoras significativas; en cambio, del segundo grupo sólo un 25% mejoró ante el padecimiento de sus úlceras. Toda la diferencia estuvo en el sistema de creencias adoptado, ya que en ambos casos los pacientes recibieron un producto carente de propiedades curativas. Más notables todavía son los numerosos estudios de pacientes que, pese a tomar fármacos de conocido efecto nocivo no experimentaron ninguna molestia tras haberseles dicho que iban a mejorar su estado.

La Programación Neurolingüística ha sido aplicada desde tiempos ancestrales en la medicina tradicional, aunque no con tal denominación. Los mensajes con significados de curación han formado parte de la terapia de los brujos, los curanderos y los hechiceros. Indudablemente en el contexto cultural, de la hoy denominada medicina alternativa existen la fe y las diversas inteligencias humanas.

#### **EMOCIONES, SALUD-ENFERMEDAD**

Según la tradición tibetana, la enfermedad es el resultado del desequilibrio en el cuerpo psicofísico, que se produce a raíz de las emociones conflictivas, tales como la ira o la avaricia. Muchas emociones pueden afectar a nuestra salud. Datos científicos demuestran el vínculo entre las emociones y la salud especialmente fuertes en el caso de los sentimientos negativos: ira, ansiedad y depresión. Estos estados, si son intensos y prolongados, pueden aumentar la vulnerabilidad a la enfermedad, empeorar los síntomas o dificultar la recuperación. Estados positivos, tales como la ecuanimidad y el optimismo, parecen tener efectos saludables.

Daniel Goleman dice que los estados mentales no son los únicos factores de la enfermedad, existen muchas causas: estamos expuestos a gérmenes o células en nuestro cuerpo, aunque el sistema inmunitario está continuamente vigilando, hay muchas cosas que pueden debilitarlo. Una de ellas es la herencia: podemos heredar una tendencia genética a las enfermedades autoinmunes al cáncer o a otras.

Los malos hábitos también son otro factor: el fumar conduce a las enfermedades pulmonares; no comer bien debilita el sistema inmunitario. El entorno es otro factor; la contaminación, falta de servicios sanitarios, agua potable, alimentación sana, vestido adecuado, vivienda digna, trabajo, descanso, ejercicio cuando se suman a las carencias afectan a la salud. (Goleman, 2003: 13-43)

A partir de sus planteamientos hemos elaborado un cuadro relacionando las emociones con la salud, a continuación lo anotamos.



CUADRO SOBRE EMOCIONES Y SU IMPACTO SOBRE LA SALUD

TIPO	EMOCIONES QUE AFLIJEN (DESCRIPCIÓN RESPECTO A LA ENFERMEDAD)	TIPO	EMOCIONES QUE NUTREN (DESCRIPCIÓN RESPECTO A LA SALUD)
IRA	<p>-Parece conducir a una muerte temprana. Se presenta en 3 etapas: cinismo, visión negativa y desconfianza de la gente, suposición de amenaza, se pone en guardia el sujeto. Se conduce con hostilidad hasta la ira, sentimiento que desemboca a la acción; estallidos de ira, gritar a la gente, quejarse con impaciencia; se pueden presentar enfermedades cardíacas letales. El riesgo de hostilidad, es mayor en hombres que en mujeres. La testosterona puede afectar la agresividad. Si se tiene alto nivel de testosterona, se es controlador, suele tener más ganas de discutir o de luchar, se es más vulnerable a enfermedades.</p>	<p>ECUANIMIDAD O ESTADO DE CALMA, TRANQUILIDAD</p>	<p>-Las personas que practican algún método de relajamiento (meditación) tienen beneficios para la salud, sus células T aumentan. Cuanto más medita o se tranquiliza, relaja, se calma la persona y tiene mayor afecto en su salud lo refleja.</p>
DEPRESIÓN	<p>-Sentirse triste, compadecerse de sí mismo o sentirse impotente. Hay más pruebas de que la depresión influye más en interferir en la recuperación de una enfermedad grave, que en ser la causa inicial de la misma. Los deprimidos se mueren antes o se recuperan con más lentitud.</p>	<p>OPTIMISMO</p>	<p>-Es un estado o actitud positiva, una visión relacionada con la forma de explicarnos las cosas malas que nos suceden en la vida manteniéndose alejados de la depresión o la desmoralización ante los acontecimientos desagradables. Los optimistas, incluso en situaciones intensas gozan de mejor salud.</p>

ANSIEDAD O ESTRÉS	-Fenómeno de agitación o desasosiego, angustia. El miedo y la preocupación parecen tener un impacto sobre el sistema inmunitario, cuando existen en el ser humano, éste tiene menos células T y B, los que mantienen la inmunidad potencian el riesgo de perder la salud.	SEGURIDAD	-Es el sentimiento de ser capaz de hacer frente a la situación, tener un sentido de control. Una persona segura quien cree que puede hacer frente a las cosas puede gozar de mejor salud.
REPRÉSION O NEGACIÓN	-Se relaciona con reprimir o negar que se tiene tensión o preocupación. Las personas dicen sentirse bien y no estar preocupadas cuando sí lo están y ello es malo para la salud.	AMISTAD	-La conexión social, o personas quienes proporcionan apoyo emocional, tener amigos y varias formas de participación en su comunidad, en organizaciones civiles, la iglesia, reuniones públicas, etc. Las conexiones humanas amortiguan los efectos del estrés entre los enfermos, el afecto auxilia para mantener la salud.
		JÚBILO Ó FELICIDAD	-Reírse importa, las personas quienes ríen mucho diariamente aumentan sus células T relacionadas con la inmunidad. Aunque no se pueda decir que el reír posea un efecto médico significativo. En la India existen clínicas de la risa para curar a enfermos.
		BONDAD	-Los datos al respecto son escasos. Al pensar en todas las personas quienes han sido buenas en nuestra vida, o en hechos de bondad se presenta un aumento en el número de las células T y el sistema inmunitario en general. Se podría decir que ser bondadoso es por propio interés para mantenerse saludable.

**EL SISTEMA DE SALUD EN MÉXICO  
(GASTOS EN SALUD EN LOS HOGARES, INM, 2005)**

México es uno de los países de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE) con participación más baja en el gasto total en salud. En 2003 representó 6.2 por ciento del PIB. En términos del gasto total en salud per cápita, también en México está por debajo del promedio de la OCDE (2307 dólares americanos), con un gasto de 583 dólares en el año 2003 (OCDE, 2005).

El sector público es la principal fuente de financiamiento de la salud en todos los países de la OCDE, exceptuando en los Estados Unidos, México y Corea. La participación del sector público en México es la segunda más baja después de Estados Unidos, con tan sólo 46.4 por ciento del gasto en salud pagado por fuentes públicas en el 2003. Esto explica por qué los gastos en salud deben ser absorbidos por los hogares, lo cual redundará en gastos que pueden afectar seriamente el patrimonio de las familias que los enfrentan (OCDE, 2005).

Por otro lado, los recursos humanos, físicos y tecnológicos del sector salud no son suficientes para cumplir con las necesidades de la población:

- El número de doctores per cápita fue de 1.5 por cada 1000 habitantes en 2003.
- En ese año había 2.1 enfermeras por cada 1000 habitantes.
- El número de camas disponibles en los hospitales para el cuidado intensivo de la salud fue de una por cada 1000 habitantes.
- El promedio de estadía en los hospitales para el cuidado intensivo de salud ha decrecido ligeramente en la década pasada en México de 4.4 días en 1993 a 4.1 en 2003, una tendencia descendente también observada en otros países de la OCDE.
- El número de Unidades de Resonancia Magnética (URM) fue de 0.2 por cada millón de habitantes. Es el porcentaje más bajo de la OCDE, cuyo promedio fue de 7.6 URM.
- El número de escáneres fue de 1.5 por cada millón de habitantes, mientras el promedio de la OCDE fue de 17.9.

Todos los indicadores mencionados se encuentran por debajo del promedio de los países de la OCDE. Lo anterior señala el gran problema de acceso a tecnologías avanzadas en salud y, por tanto, la oportunidad de detección y atención oportunas de problemas de salud en el grueso de la población mexicana.

Datos de la Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos en los Hogares de 2000 señalan que alrededor de 4.5 por ciento de gasto corriente total de los hogares se destina a cuidados de la salud (Hernández y Pérez, 2003). Esta realidad explica en parte la prevalencia de la medicina

tradicional entre el pueblo mexicano; y desde luego entre los marginados de los marginados; los pueblos indígenas y especialmente las mujeres.

### MEDICINA TRADICIONAL

Paloma Bonfil y Raúl Marco del Pont Lalli en su libro *Las mujeres indígenas al final del milenio* nos muestran a las indígenas en el tema que vamos a tratar.

En todos los pueblos del mundo el proceso de salud-enfermedad es una realidad concreta presente en el ciclo de vida de todos los individuos sociales. Desde siempre ha sido una preocupación básica del ser humano la observación de sus padecimientos hasta llegar a elaborar complejas concepciones sobre la vida y la muerte, las enfermedades y sus tratamientos. Parte importante del patrimonio cultural de cada pueblo es este desarrollo cognoscitivo, y a partir de él se han conformado sistemas médicos empíricos teniendo como base la apropiación y uso de los recursos naturales del entorno biótico.

Estos conocimientos se han transmitido de generación en generación para preservar la vida y permitir la reproducción y florecimiento de la propia cultura. Miles de años de observación y experimentación empírica han sido necesarios para la evolución de los diversos sistemas médicos empíricos alrededor del mundo, de las concepciones que los fundamentan, así como del conocimiento de plantas, animales y minerales que constituyen los nichos ecológicos. Se han seleccionado los elementos útiles con potencialidades curativas y elaborado taxonomías y diferentes tratamientos para las necesidades de salud que afrontan las sociedades.

Frecuentemente se piensa que la medicina tradicional abarca sólo el manejo de medicamentos naturales o más específicamente, la curación herbolaria. Pero la medicina llamada tradicional es más que eso: es una concepción holística que ubica al individuo en su relación con otros seres, con la naturaleza y con el universo. Tiene su propia lógica y leyes que entrelazan las percepciones del cuerpo con las del macrocosmos. Por ello, en las enfermedades están incluidas causalidades generadas en esos tres aspectos. La enfermedad es vista como un desequilibrio que se presenta por la falta de armonía o la infracción a las leyes reconocidas en dichas esferas.

La adquisición de esta sabiduría tiene sus reglas y prohibiciones, sus esfuerzos y pruebas, y requiere de la conducción de otro especialista que le antecede, del conocimiento de las fuentes a través de la experiencia directa, al igual que de la reflexión interna para expresar la lógica de su clasificación del mundo profano y sagrado.

El uso y la práctica de este conocimiento es una responsabilidad que implica poder, reconocido y legitimado socialmente. El hombre-medicina, la mujer-medicina, la persona que cura,

para no llamarlo con su nombre específico en cada cultura, tiene la autoridad y el respeto de su comunidad por el gran compromiso de guardar y mantener el bienestar de todos.

Como recurso para la atención a la salud, la medicina tradicional continúa beneficiando a los grupos étnicos de nuestro país y a las culturas populares rurales y urbanas. Como práctica subalterna frente a la medicina oficial, mantiene su eficacia y legitimidad social en un amplio sector de nuestra población.

Hasta ahora el campo de investigación sobre la medicina tradicional ha sido abordado principalmente por la antropología, pero cada vez mayor número de disciplinas científicas se incorporan para enriquecer el rescate y la revaloración de este patrimonio cultural que ha contribuido sustancialmente a la conservación de la salud humana, al igual que al desarrollo del conocimiento médico autóctono y de sus recursos. Las necesidades actuales de salud en el mundo y la crisis económica de muchos países como el nuestro, hacen indispensable un estudio más profundo de los recursos médicos disponibles.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha promovido la utilización de todos los recursos existentes —sin discriminaciones ideológicas ni políticas— reconsiderando la potencialidad, eficacia y aceptación de las medicinas tradicionales en las culturas populares. Con el objeto de contribuir a mantener la salud para todos los seres humanos, la OMS recomienda establecer puentes de colaboración entre los diferentes sistemas médicos.

En México, a quienes nosotros llamamos curanderos se les llama médicos o médicas tradicionales. En el país hay una academia de medicinal tradicional y también está la sede de la Federación Mundial de Medicinal Tradicional.

Las medicinas tradicionales y la medicina occidental tienen mucho en común: la poderosa influencia psicológica de la presencia del médico (o curandero, naturista, mago, osteópata, brujo, balneólogo, yerbero, etc.) en la actitud mental del paciente ante su enfermedad; el uso de muchos procedimientos terapéuticos similares, sobre todo ante problemas tan antiguos como fracturas, hemorragias, heridas traumáticas, embarazo y parto, picaduras de serpientes, enfermedades de la piel y senilidad; la administración de numerosas sustancias de diversos orígenes y con distintos grados de pureza, de las que la inmensa mayoría no han sido investigadas científicamente, otras son venenos más o menos potentes, y unas cuantas tienen efectos farmacológicos y/o terapéuticos comprobados; la historia natural de la enfermedad, que en muchos casos tiende a curarse en forma espontánea, frecuentemente a pesar de lo que médicos tradicionales y occidentales recomienden como tratamiento (la tendencia y los poderes intrínsecos del organismo para recuperar la salud se conoce desde principios de la historia y fue bautizada en latín como *vis medicatrix natura*; como todo en medicina, su existencia ha sido aceptada por muchos y negada por otros tantos a través del tiempo. En nuestro

siglo, sus partidarios la conocemos como homeostasis y le conferimos un papel fundamental en la biología normal y patológica).

Las medicinas tradicionales y la medicina occidental no son productos culturales aislados e independientes entre sí, sino todo lo contrario; cuando se les contempla en forma global y con conciencia histórica, hasta resultan ser parientes cercanos. El parentesco no es por compadrazgos o relaciones políticas; se trata de miembros de la misma familia, por cuyas venas corre la misma sangre ancestral. La medicina moderna inició su carrera hace más de 30 siglos y siempre ha conservado su mismo carácter ambivalente de oficio y profesión, de empirismo y análisis objetivo, de arte (en el sentido del artesano, no del artista) y ciencia.

En nuestro medio la medicina tradicional está haciendo un loable esfuerzo por incorporarse al nivel científico del siglo XXI. Como este parece ser un primer intento, todavía se perciben rezagos de irracionalidad en su postura. Un ejemplo es la convicción de que todo el herbolario tradicional contiene principios farmacológicamente activos y relevantes a los diferentes problemas patológicos en que se usan. Tal convicción se basa en el hecho real de que algunas yerbas definitivamente sí tienen principios activos con efectos farmacológicos interesantes que deberían ser estudiados y aprovechados, como por ejemplo el zoapatle. La medicina occidental ha heredado mucho de las medicinas tradicionales y todavía va a incorporar mucho más de ese rico acervo de sabiduría empírica.

Veamos un cuadro en la siguiente página, donde pretendemos sintetizar las experiencias señaladas:

ELEMENTOS	TÉCNICA TERAPÉUTICA	DESCRIPCIÓN
FUEGO Y SOL	La magia de las velas	Encendido de velas de cera natural (abeja, grasa animal) o de parafina (derivados del petróleo) e hilo de algodón (pabilo) unido a pensamientos e invocaciones. También elaboradas con otras sustancias tales como: perfumes, azúcar, canela u otras. Velas de colores con significado específico. Se relacionan con el festival hebreo Chanukah, festival de las Luces.
	Moxibustión/ Ventosas	Puro de hierbas chinas que producen calor a veces colocadas en una esfera de cristal ubicada en puntos claves para curar males corporales. En México se han usado monedas y velas encendidas cubiertas con un vaso de cristal con el mismo objetivo.
	Limpias con fuego	"Piroterapia". Uso del fuego mezclando minerales, flores y perfumes, purificando al sujeto en tratamiento.
	Baños de sol	El (a) paciente se exponen al sol por momentos durante el tratamiento.
AIRE	Respiración rítmica profunda. Elemento fundamental de la vida humana	Inhalar, retener y exhalar aire en tiempos determinados, por una y otra fosas nasales o por ambas; o por la boca. Siempre con pensamiento fijo en lo que se hace (concentración) y se dice para sanar al paciente.
	Palabra	Curación mediante oraciones, rezos, ensalmos, mantras, cuentos tradicionales, programación neurolingüística.
	Arteterapia	Pintura, escultura, música, para curación.
	Soplo	Tiene virtudes poco conocidas, se sopla y se envía pensamientos intencionales de sanación.
	Oxigenación de las células	Después de una exploración sobre las condiciones físicas, se coloca al paciente en una cámara para aplicarle oxígeno a través de una mascarilla y aparatos en tanto se escucha música de nueva era o clásica. Se Sumerge el cuerpo simulando la experiencia de los buzos en el fondo del mar con medicina hiperbárica. Oxigenar a los pacientes en un aparato simulador de la inmersión de buzos bajo el mar. Oxigenación varia mediante inhalación de O <sub>2</sub> , o bien añadido de azúcar, agua, sumos para reducir la fatiga, limpiar vías respiratorias, mejorar la circulación, eliminar toxinas, etc.

TIERRA	Abrazoterapia	Curación mediante abrazos afectuosos.
	Danzaterapia	Uso de la danza para liberar energía negativa y obtener energía positiva. "Si no te mueves te entumes".
	Mineraloterapia	Uso de minerales, piedras semipreciosas, metales, polvos, aceites esenciales, etc.
	Gemoterapia ó Radiestesis	Curación a través de las piedras. Los cristales son agua fosilizada. Se forman cuando el agua se combina con un elemento en presencia de ciertas condiciones de presión, temperatura y energía. Cuando las condiciones sean las adecuadas, el agua provocará que el elemento se convierta en cristal. Todos los cristales tienen ciertas propiedades físicas: el cuarzo por ejemplo es utilizado para amplificar, transformar, almacenar, enfocar y transmitir energía; los rubíes se utilizan en los rayos láser y en la microcirugía. Ciertos cristales, piedras o cuarzos tienen la posibilidad de curar, energetizar, y elevar el espíritu mediante frecuencias vibratorias.
	Biomagnetismo o magnetoterapia, Sofromagnetismo	Uso de minerales magnéticos o campos electromagnéticos (muñequeras, colchones, almohadas, esferas, plantillas, etc.) Se usan las manos magnetizadas, el sople y la concentración para sanar al paciente.
	Acupuntura y digitopuntura	Con agujas estilo oriental, introduciéndolas en el cuerpo según corrientes o flujos de energía positiva o negativa. O con las yemas de los dedos haciendo presión en puntos corporales, canales energéticos relacionados con órganos y sistemas corporales.
	Herbolaria ó Fitoterapia	Se usa en distintos sistemas para extraer los principios medicinales de las plantas. Utilización de vegetales y sus partes: raíces, tallos, troncos, cortezas, hojas, ramas, flores pétalos, frutos, semillas, etc. En cataplasmas, limpias, masajes, alimentos o bebidas (Flores de Bach).estratégicos. Plantas crudas: frutas, tallos, hojas. Zumos de frutas, verduras y legumbres. Infusión. Se agrega a agua hirviendo la planta: flores, hojas, frutas. Cocción. Se usa para partes duras compactas, cortezas, ramas, semillas leñosas, raíces, tallos. Maceración. Consiste en dejar reposar la parte de la planta en un recipiente con agua o alcohol, por horas o varios días. Tintura. Es la maceración de las plantas, que se realiza en frío en alcohol de 70 o 60 grados. Las tinturas se usan por gotas después de ser procesadas. Pomadas, ungüentos. Mezcla del jugo de las plantas en una sustancia blanda como vaselina o lanolina. Fricciones. Se usa la planta con alcohol para restregar el cuerpo con líquido frío o caliente, con la mano, cepillo o esponja. Elixir. Mezcla de un licor medicinal con azúcar, miel o jarabe.

AGUA	Hidroterapia Baños de Temazcal	<p>Agua. Baños de pies y brazos fortalecen el sistema inmunológico. Baños fríos activa estímulos curativos, curten, estimulan la circulación y deseo de curarse. Baños calientes de vapor aromático, las temperaturas altas frenan la penetración y multiplicación de várices. Mejoran el riego sanguíneo y calienta el cuerpo. Lavados. Envolturas con puños empapados de agua, vinagre fríos, para bajar la fiebre. Inhalaciones. Aire caliente y húmedo.</p> <p>Infusiones. Plantas medicinales en las aplicaciones del agua. Se usa también aceites esenciales naturales concentrados, son sustancias activas, se usan en pequeñas dosis, sus efectos curativos se transmiten a través de la piel y el olfato.</p> <p>El agua es la mejor bebida: reanima, alimenta, fortalece y refresca.</p> <p>Usar el agua es básico en la vida humana. Somos un cuerpo compuesto por un 75% de agua. Beber dos litros de agua diariamente es saludable. Al agua con fines curativos se le consume en: vapor, líquida o sólida (hielo), mediante baños, inmersiones, lavados de partes de cuerpo internas o externas, rompiendo cristalizaciones e impurezas. Agua caliente, tibia o fría usada en baños, bebidas y rituales varios hacia la salud - felicidad.</p> <p>Hoy existen centros denominados SPA donde se combina el baño, oxigenación y musicoterapia.</p> <p>Se hace uso del fuego, piedras y hierbas benéficas tales como ruda o albahaca, bajo la luz lunar o solar, en cavidades excavadas o construidas expofeso, ejerciendo invocaciones de ancestros, diosas, dioses prehispánicos; en lenguas nativas envueltas en metáforas, atendiendo a cada uno de los integrantes del ritual para bien de la humanidad y como uno de los verdaderos tesoros del conocimiento mágico - religioso restaurador de la armonía, de origen indígena.</p>
------	--------------------------------------	--

Existen otras manifestaciones de medicina alternativa en el mundo, veamos por ejemplo lo siguiente: el Oxígeno está de moda en Europa. Citarse en un bar de oxígeno es lo último de la moda, aunque los primeros lugares de este tipo surgieron en Japón en los años 80, ahora los hay en España y Estados Unidos. Se trata de espacios de relax con una barra al uso donde se puede pedir desde un zumo con agua enriquecida con O<sub>2</sub>, hasta un tratamiento facial antiedad oxigenante, pero la 'especialidad de la casa' son las inhalaciones de oxígeno puro.

### LAS MUJERES MEDICINA, LAS MUJERES SABIAS

Nos dicen Paloma Bonfil y Raúl Marco del Pont que las mujeres procuradoras de salud para sus familias se construyen en su ser para otros y el peso —como carga y como estatus— de este papel se acrecienta en la medida en que es mayor su pobreza porque juega un papel en la reproducción de su grupo al aportar cuidados y servicios para la salud. Ello está unido a la alimentación como condición elemental para la sobrevivencia saludable.

Al entenderse la salud y la práctica médica como procesos sociales, culturalmente ideologizadas y políticamente manejados, las movilizaciones y propuestas de las mujeres indígenas desde su doble papel de terapeutas y demandantes de servicios son transformadoras porque ellas son elementos de cohesión grupal, son presencia y potencial de cambio desde sus hogares hasta los espacios comunitarios trascendiéndolas, puede ser como parteras o en la práctica de la medicina doméstica tradicional.

Las mujeres con sus esfuerzos y desvelos suplen las carencias estructurales de servicios y opciones terapéuticas para ellas y sus familias. En ellas recae por condicionamiento de género. Así han desarrollado un saber curativo y preventivo apoyado en el conocimiento de su entorno natural y de la psicología cultural de los individuos, recurren a todos los medios a su alcance para atender al paciente de manera integral para restaurar su equilibrio. Echan mano de agentes terrenales y sobrenaturales, de los seres de la tierra, del agua y del aire, de espíritus bienhechores poderosos para proteger la existencia humana.

### SU REFERENTE ES MÁGICO-RELIGIOSO, PLENO DE SIMBOLISMO

Las curadoras indígenas tienden puentes entre lo privado y lo público, los intereses familiares y las percepciones de sobrevivencia de su comunidad o grupo. A través de la salud, las mujeres indígenas —profesionales o no— diagnostican las condiciones de vida de sus pueblos: la pobreza, la enfermedad y mortandad, la discriminación, la falta de atención y servicios por parte de las instituciones, el abuso, la ignorancia (Bonfil y Del Pont: p 143-144). Una de ellas reflexiona:

*...con qué tristeza vemos nosotros estas cosas, porque si nosotros somos indios, también tenemos conciencia humana, nos corre sangre en las venas y es lo que debe valorar mucha gente que está detrás de un escritorio, que no vive la situación en el pueblo, sino que dispone de su escritorio, pero nunca llega a ver la realidad que vive la gente del pueblo... Nosotros tenemos necesidad de ver las condiciones de vida de los otros, no nomás vamos pensando en 'yo' sino también pensamos en lo que realmente necesitan. Y somos todos los que estamos aquí enfrente.*

La práctica terapéutica tradicional en manos femeninas es invaluable y reconocida por sus comunidades indígenas. La salud como un ejercicio de sobrevivencia es un elemento para la reproducción biológica y económica de los hogares campesinos indígenas, junto con el trabajo de las mujeres, el cuidado de los menores y el estado de nutrición-salud de los integrantes del hogar.

La salud es un espacio de las actividades tradicionalmente asignadas a las mujeres, pero ha rebasado los marcos del hogar y lo doméstico para volverse cosa pública.

Es importante el papel femenino en la medicina doméstica, así como la función que cumplen las especialistas de la salud al interior de sus comunidades, inscritas como están en un sistema de creencias y en procesos de adaptación a los cambios sociales y culturales. Las mujeres como practicantes profesionales de la salud permiten construir espacios de interacción entre médico/especialista y paciente, culturalmente aceptables para las mujeres indígenas, quienes, por otro lado, dada la precariedad eterna de sus vidas y lo estrecho de sus recursos, requieren de todas las oportunidades posibles para acceder sin miedo ni prejuicios a los distintos servicios de salud.

Los servicios de salud en los depauperados municipios indígenas son generalmente escasos pero además, existe una actitud de profunda desconfianza por parte de la población indígena ante la atención institucional, así como un generalizado desprecio por la población indígena por parte del personal médico que aún en su mejor disposición de ayudar, rara vez dispone de los elementos para conocer y tratar con la población beneficiaria.

*¿Qué está pasando cuando visitamos un hospital? Cuando llevamos a un paciente a una clínica, todo marginado, todo sucio porque no tiene recursos, ¿qué pasa en la clínica? Le cierran las puertas y lo mandan a bañar primero para que regrese a consulta... Ojalá esto sea escuchado y se respete la medicina tradicional, nuestras tradiciones; que nuestras mujeres sean respetadas cuando acuden a un servicio médico, porque cuando llega una señora en trabajo de parto al hospital, ahí están todos los médicos pasantes y cuántos médicos pasan a hacer un tacto para valorar a la paciente. Por eso muchas de las mujeres prefieren quedarse en su casa y no ir a exhibirse con tantos jóvenes o pasantes que no tienen preparación, y aunque la tengan, no demuestran su ética profesional ante la gente humilde, ante la gente que también merece su respeto. ¿Qué está pasando? Están violando sus derechos de mujeres.*

Ellas dicen:

*No hay clínicas en unas comunidades, no hay doctor y donde hay no te atienden o no te respetan, nos dejan esperando mucho tiempo con trabajo*

*nos dejan entrar porque nos ven que somos indias. A veces nos dan la receta, nos mandan a la farmacia y no les importa si no tenemos dinero. Las medicinas las venden muy caras en las comunidades. Donde hay un buen servicio es porque hay mujeres de la comunidad que participan en los comités de salud y hay parteras. En los hospitales se burlan de nosotros, no nos respetan, no nos ayudan. La mala atención principalmente en el IMSS-Solidaridad. Además, es caro curarse fuera de la comunidad. Se necesitan clínicas, más atención y medicinas en las comunidades y que el trato sea bueno. Queremos que nos den las medicinas adecuadas, no cualquier pastilla que quita el dolor y no cura.*

*También es necesario que haya traductores en los hospitales y en las clínicas para que nos puedan entender los doctores y nos atiendan bien. A los doctores les paga el gobierno, pero no nos dan buena ayuda...*

Librados así a sus recursos, para enfrentar y resolver por sí mismos sus problemas de salud, los pueblos indios han desarrollado un saber terapéutico apoyado sobre todo en el conocimiento del entorno natural y de la psicología cultural de los individuos. Es decir, se recurre a todos los medios a su alcance para atender al paciente dentro de un enfoque integral: el espíritu y el cuerpo no están disociados y la enfermedad o el padecimiento son síntomas de perturbaciones en ambos niveles.

Por otra parte, para restaurar el equilibrio —devolver la salud— se echa mano de los agentes terrenales y sobrenaturales, de los seres de la tierra y del agua y del aire, así como de los espíritus bienhechores y poderosos que ayudan a los seres humanos a desenvolverse en esta vida.

A pesar de los prejuicios que han enfrentado y enfrentan, los terapeutas tradicionales, parteras, yerberas, sobadoras, curanderas y toda la gama de entremedio, siguen cumpliendo una función necesaria a los grupos indígenas y representan uno de los bastiones donde con mayor fuerza se conserva y retroalimenta el conocimiento indio: en las ciencias de la salud y la curación. Así, las mujeres realizan un trabajo invisible en salud: son médicas de miles de personas, sabias de la herbolaria, parteras, curanderas, enfermeras gratuitas de sus familias y comunidades.

*Por el elevado costo de los medicamentos y del servicio médico en general, y por la confianza que tienen en las virtudes curativas de las plantas, la medicina tradicional, transmitida oralmente por madres a hijas, es practicada tanto en el campo como en las áreas suburbanas de las ciudades...*  
(Hernández y Murguialday, 1993:124)

Así, curar es limpiar, es alejar la enfermedad, los malos aires, es restablecer la armonía entre el Cielo y la Tierra, entre los hombres y las mujeres, entre el día y la noche. Además de dirigir ritos, las mujeres también los transitan. Entre varios pueblos se acostumbra las ceremonias para los ciclos fundamentales de la vida: el nacimiento, la pubertad, el matrimonio, la muerte.

Ahora bien, frente a este panorama las soluciones institucionales de medicina alópata han resultado insuficientes, por lo que desde hace unos años se está llevando a cabo, desde las instituciones de salud, una campaña que permita integrar dentro del proceso de prevención y curación el conjunto de saberes que en materia tradicional manejan mujeres y hombres de los pueblos indios. El trabajo de las parteras sigue siendo pues, funcional en términos de las necesidades de las mujeres dentro de las comunidades indígenas, aún en el caso en que sus actividades principales sean el trabajo doméstico y la agricultura, es decir, cuando no se dediquen exclusivamente al ejercicio de la partería.

La medicina tradicional mexicana tiene una fuerte presencia en las comunidades indígenas, estimándose que existe una terapeuta tradicional por cada 500 a 1.500 habitantes. Su importancia puede medirse si recordamos que por ejemplo, en la Montaña de Guerrero, el 70% de los partos son atendidos por parteras tradicionales y en Oaxaca alrededor del 60% (Sepúlveda, J. 1993:45).

Si bien es evidente la desigualdad en las condiciones en que ejercen los médicos comunes y los terapeutas tradicionales, existen en México experiencias interesantes de integración de este último sector dentro de la atención institucional, bajo los programas regionales de salud y hospitales rurales mixtos, cuyo inicio se dio en la Sierra Norte de Puebla, en Cuetzalan, donde funciona el primer hospital mixto atendido por el personal médico del Instituto Nacional Indigenista y por médicos tradicionales de las organizaciones Nahua-Totonaca de la Región Cuetzalteca.

Existen, asimismo, varias clínicas de médicos tradicionales y más de 100 farmacias comunitarias. Un modelo diferente es el desarrollado por la OMIECH (Organización de Médicos Indígenas del Estado de Chiapas) con el IMSS-Solidaridad para dar atención mixta, derivación de pacientes y entrenamiento en medicina tradicional a los pasantes de servicio social. (p 46).

La participación profesional y política de las mujeres indígenas en la terapéutica tradicional es muy importante, más aún al considerarse que en México, el 61% de los terapeutas son mujeres, según resultados de algunos estudios realizados sobre el tema. Dentro de este universo, las parteras constituyen un sector especializado del 38% dentro del campo médico

femenino (Zolla 1992:2) y han adquirido su saber por herencia materna o familiar, por vocación, por la posesión de un don o por la fuerza de las circunstancias.

Estas mujeres, para quienes se abren mayores posibilidades por estar dedicadas a los distintos oficios de curar, pueden vincular esta circunstancia con las características éticas del oficio y los roles nutricios de las mujeres indígenas y del campo, con lo que tornan el cuidado de la salud en una actividad profundamente cargada de simbolismo femeninos y, desde esa perspectiva plantean proyectos y demandas estructurados.

Como agentes de la salud, las terapeutas tradicionales hacen de su práctica curativa una práctica cultural y política de “reproducción”. El trabajo curativo de las mujeres, por su esencia misma, traspone los umbrales del ámbito doméstico y femenino al que podría suponerse constreñido.

Los alcances de las prácticas curativas femeninas entre los pueblos indios y entre la población rural en general, tienen gran significado para estas poblaciones así como para las instituciones de salud. En datos levantados por el Programa IMSS-Coplamar (1987) se estimaba que más del 80% de los nacimientos en las regiones de atención, ocurrían en el ámbito de la partera tradicional y de la partera empírica capacitada.

Dentro de un marco más general, los y las médicos(as) tradicionales han venido organizándose para constituirse en interlocutores reconocidos por el Estado. Desde la fundación de la Organización de Médicos Indígenas del Estado de Chiapas (OMIECH) en 1986, han venido apareciendo diversas corporaciones que incluyen ya algunas organizaciones de mujeres exclusivamente.

En 1986 se constituyeron dos organizaciones de médicos tradicionales; dos más en 1987; tres en 1988; diez en 1989; once en 1990; diecinueve en 1991 y seis en 1992. La proliferación de estos cuerpos agremiados ha significado un margen más amplio de negociación de recursos, mejores condiciones para desarrollar la ciencia tradicional, mayores recursos para los terapeutas y centros de atención médica tradicional.

La salud ha permitido a las mujeres romper las barreras simbólicas de lo privado para llevar a foros abiertos una discusión y el cuestionamiento sobre su posición y condición: como mujeres, como pobres, como indígenas. De ayer, de hoy, del futuro.

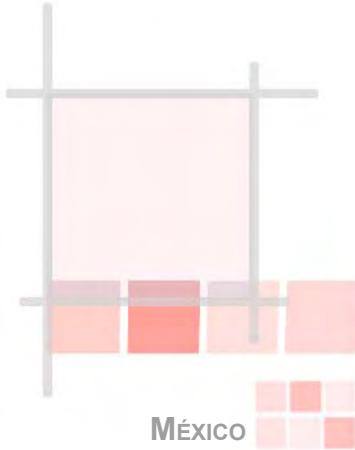
No se puede abordar la cuestión del alma femenina moldeando a la mujer de manera que se adapte a una forma más aceptable según la definición de cultura que la ignora, y tampoco se puede doblegar a una mujer con el fin de que adopte una configuración intelectualmente aceptable para aquellos que afirman ser los portadores exclusivos del conocimiento. De esto hemos escrito en este texto. Las mujeres con su inteligencia integral, su actitud holista han curado, curan y curarán a través de los siglos y los siglos.

## LISTA DE REFERENCIAS

1. **BONFIL, SÁNCHEZ PALOMA, RAÚL MARCO DEL PONT LALLI**, 1999, *Las mujeres indígenas al final del milenio*. Editorial FNUP, CONMUJER. México.
2. **BUDAPEST, SUSANA**, 1996, *El poder mágico de las mujeres: el libro sagrado de la espiritualidad femenina*. Editorial Océano, México.
3. **CIERVA, TERESA DE LA**, 2006, "El oxígeno está de moda", *Diario Sur*. Sección Vivir. Año LXIX No. 22, 282 Málaga España, 18 de abril.
4. **CHOPRA, DEEPAK**, 1997, *Cuerpos sin edad, mentes sin tiempos*. Editorial Vergara.
5. **CRUZ RAMÍREZ JOSÉ**, 2002, "La fe o el nacimiento de la excelencia", en *Manual de Programación Neurolingüística: curso El poder de nuestro estado*. Fundación Panamericana Cultural para la Educación y Desarrollo Humano Siglo XXI. Sesión 5. (FUNEDUCA Siglo XXI).
6. **DIANA, JULIO**, 2005, *Chamanismo : sanación y conocimiento*. Editores Mexicanos Unidos, México.
7. **GELERNTER, DAVID**, 1994, *De Muse in de machine. Computerinzing the poetry of human thoughte*, Nueva York, Editorial Free Press.
8. **GOLEMAN, DANIEL**, 2000, *La inteligencia emocional*, José Vergara Editor. México.
9. **GOLEMAN, DANIEL**, Comp. 2003, *La salud emocional*. Editorial Kairós. Barcelona.
10. **HAY LUISE L.**, *Tú puedes sanar tu vida*, 2005, Editorial Diana, México.
11. **HERNÁNDEZ, DANIEL Y PÉREZ MARÍA JESÚS**, 2003. *Gastos de los hogares y pobreza en México*. Cuadernos de Desarrollo Humano, núm. 5, SEDESOL.
12. **INSTITUTO NACIONAL DE LAS MUJERES**, 2005, *El papel de mujeres y hombres en el cuidado de la salud dentro de los hogares*, INM, México.
13. **KENTON, LESLIE Y RUSSELL CRONIN**, 1997, *La curación por los zumos* Barcelona, Ediciones Martínez Roca.
14. **MARTINEAUD, SOPHIE**, 1998, *El test de inteligencia emocional*, Ediciones Martínez Roca.
15. **MASARU, EMOTO**, 2005, *Los mensajes ocultos del agua*. Editorial Alamah Santillana Ediciones, México.
16. **MINA ADAMS**, (s. f.) Antón. *Brujas y magos: Historia, tradiciones y prácticas de la magia blanca*. Madrid, Editorial Edaf.
17. **PINKILA ESTÉS, CLARISSA**, 1998, *Mujeres que corren con los lobos*, Barcelona, Ediciones B.
18. **SHINODA, BALEN JEAN**, 2006, *Mensaje urgente a las mujeres*. Editorial Kairós, Barcelona.
19. **TATE, SELARÓM**, 1998, *Cristales y cuarzos. El poder sanador del nuevo milenio*. Editorial Syrmma, México.
20. **UHLEMAYR, ÚRSULA**, 1999, *Remedios de siempre: envolturas, baños, emplastes*. Editorial Integral, Barcelona.
21. **VALERA GUERRERO, GILDA ISABEL**, *Las emociones*. NEUROHOST, en <http://www.neurohost.org>
22. **PSICOACTIVA**, <http://www.psicoadactiva.com>

260

I P P 1 2 L



## BONOS DE CAPITAL EMOCIONAL

Causas y efectos de la actividad humana

**Noé Carrasco Rodríguez**

[noe\\_carrasco55@yahoo.com.mx](mailto:noe_carrasco55@yahoo.com.mx)

**Abstract:** *En el banco de las emociones se pueden adquirir los bonos de capital emocional que implican una actitud de cambio frente a la vida y frente al futuro. El pasado ya pasó, hay libertad de elegir lo que queremos ser en la vida. Somos energía, silencio y paz interior y con ellos podemos cambiar nuestro destino. He aquí un extenso comentario sobre las posibilidades de la yoga y el cultivo del buen Karma, el concepto hindú de “la buena acción”, para ascender emocional y espiritualmente en un presente continuo hacia el futuro.*

**Palabras clave:** capital emocional, cambio, karma, paz interior, energía, yoga, orientalismo, filosofía hinduista, meditación, kundalini, paz interior.

¿Qué tan cierto es que todos experimentamos sentimientos que nos contraen en nuestro estado de ánimo y por qué seguimos en esa misma línea?

La manera en que influyeron a través del tiempo desde nuestro nacimiento hasta nuestros días las personas con las que tuvimos contacto (familia, amigos, vecinos, etc.) tiene que ver directamente en cómo vemos hoy la vida, ya que a través de estas relaciones frecuentes o distantes hubo patrones de conducta que aprobamos de tales relaciones y las hicimos nuestras, pero hoy sentimos la necesidad de saber cómo deshacernos de ciertos patrones que ya no queremos; como estar tristes, preocupados, tener miedo, enojarse o sentirse culpable, sólo por mencionar algunos y que limitan ese estado de expansión donde sientes libertad de actuar, hablar, donde compartes tus ratos felices con alguien más y que estos breves momentos se esfuman muy rápido y su repetición es tardía.

#### ELEGIMOS CAMBIAR

¿El destino de cada persona es bueno o malo según como le toque estar? Realmente no hay bueno o malo, sólo hay: una vida, un destino para cada quien y de su actitud depende su visión de la vida, ¿o aquellos que no tienen bienes materiales son infelices y quienes los tienen son felices? ¿De qué depende? ¿Tenemos que tratar a otros como si fuésemos nosotros? Quiere decir esto que si soy compasivo en mi actitud con alguien lo estoy siendo conmigo, estas acciones son lo que alimenta el espíritu, y la honestidad de nuestras acciones traerá un mayor grado de bienestar, lo que hagamos a otros nos lo hacemos a nosotros: son nuestro reflejo.

Al estar conscientes hoy día de lo que elegimos cambiar nos permite tomar nuevos caminos para que a través del tiempo y la constancia, podamos lograr estar en posición de lo nuestro, que es la dicha y la armonía y que es nuestra esencia real y no nuestro cuerpo, si hemos estado repitiendo un patrón de conducta por años, necesitamos desaprender ese patrón, pero no es como apagar la luz de tu cuarto o tu oficina, se requiere de tiempo y disciplina para lograr tu objetivo, pero lo principal es que sepas lo que quieres cambiar y cómo lo puedes hacer.

El dar es lo mejor de tu Ser, es lo que te trae paz y tranquilidad y, al dar lo mejor de tu Ser, de ti, incluye la honestidad, porque si mintieras tu lo sabrías. ¿Quieres llevártelo todo, lo puedes hacer? Inténtalo.

## BONOS DE CAPITAL EMOCIONAL

¿Qué es el capital emocional? Yo lo entiendo como el estado o actitud que forma parte de mi personalidad, el cómo veo la vida, cómo respondo a los acontecimientos que se presentan ante mí, momento a momento, día tras día, qué tan seguro y feliz puedo estar colaborando y conviviendo con mis seres queridos, amistades, vecinos o compañeros de trabajo. ¿Puedo con mis comentarios dar un entendimiento más amplio a alguien ayudándole sin ser mi intención, puedo dar una sonrisa a conocidos o extraños de manera que se sientan bienvenidos, puedo apoyar en algún trabajo físico sin esperar nada a cambio o simplemente escuchar?

Qué tal si por el contrario veo que las cosas no suceden como yo quisiera y voy por ahí con una cara larga y triste, lamentándome de que mi vecino no contestó mi saludo o que es un déspota, de que no tengo trabajo y me ofrecen trabajos que no merezco con un ingreso muy bajo, fijándome en los defectos de la gente y criticando sus actitudes y sus formas, ya sea de actuar, de vestir o de hablar, esperando con ansia a que se termine el día, o un turno, o una relación, porque ya no soporto estar más en contacto con alguien, y al día siguiente, la misma escena y, pienso que la vida es injusta conmigo pues *yo me porto bien*, sin embargo no tengo los resultados esperados.

Pero sea cual sea mi forma de ser, de actuar o de sentir, ¿Cómo se formó; cómo llegué a estar en esta condición de visión o entendimiento hoy día, qué tipo de **bonos de capital emocional** adquirí en mi cuenta de banco de emociones y porqué tomé la decisión de aceptar esos bonos ya sea que me hagan sentir expandido o contraído? ¿Cuál es el nivel de entendimiento que tengo respecto a la vida en general? ¿Por qué otras personas viven mejor económicamente que yo? ¿Por qué no tengo el pelo rizado o lacio? ¿Por qué soy tan gordo o flaco? ¿Por qué tan alto o bajo? Y mi color de ojos y el de mi piel, qué tal mi boca, ¿por qué no es como la de alguien más? Se parece esto a algo en ti. Hablemos de manera general.

Primero que nada, debes aceptarte tal como tú eres, y debes estar orgulloso de ser como eres, porque eres único, aún cuando haya alguien que se parezca físicamente a ti, en el interior poseen cada uno situaciones distintas ¿o cómo sabes por lo que ha pasado quien se parezca o no físicamente a ti? Esa persona que te gustaría ser como él o ella, y ese algo que posee que te gustaría tener, tal vez si conocieras sus experiencias no quisieras estar en sus zapatos. ¿Cómo sabes si ese alguien también anhela algo que tú o alguien más posee por ley natural y eso lo contrae y lo llena de angustia?

Cada uno de nosotros llega a esta vida con una tarea por desempeñar y como la *energía universal* es supremamente inteligente, cada uno de nosotros posee lo necesario para desempeñar su trabajo en esta vida.

Esta vida es como una gran obra de teatro en donde todos y cada uno actuamos y hacemos nuestro papel muy convincentemente aun cuando parezca grotesca, mala o muy generosa cada actuación individual. ¿Qué piensas de esto? Imagina que te llaman para un papel dentro de una obra teatral y tú aceptas. Te toca hacer el papel de Romeo y te enamoras, soportas muchas cosas dentro del papel. Eres el protagonista de la obra, estás actuando. ¿Qué sucede cuando termina la obra? Eres otra vez tú (Juan, Pedro, Maria) como sea que te llames.

De igual forma en esta vida vas a experimentar muchas cosas, vas a ver muchas cosas y a opinar sobre ello y te vas a poner feliz o triste, vas a bendecir o a maldecir y es el papel que estás representando. Desde luego que llegaste a hacer un trabajo, una tarea y esa es conocerte a ti mismo, saber realmente quién eres y qué tanto eres capaz de dar, porque al dar recibes, ¿pero, qué das?

Das comprensión, ternura, amor, amistad, honestidad, buenas intenciones y deseos a los que están a tu alrededor, ya sean personas, animales, árboles, plantas, flores o cosas como las bancas de un jardín, ¿das respeto? O das desprecio, insultos, indiferencia y ese tipo de cosas que después cuando las recuerdas te hacen sentir mal porque se las dijiste a alguien que tu amas o estimas, o te enteraste que juzgaste mal a una persona. O dañaste un árbol que también es un ser vivo y te proporciona oxígeno y purifica tu medio ambiente, o dañaste una banca donde tú y otros descansan o charlan en el jardín o el parque. *¿Por qué hacemos estas cosas?*

Al igual que cuando siembras unas semillas de maíz, por ejemplo, y la cuidas, esa siembra regándola con agua, protegiéndola de las plagas, cuando llega el momento de cosechar unas pocas semillas se multiplican considerablemente, recoges la multiplicación de lo que sembraste, de la misma manera tus acciones son como las semillas que plantas, somos sembradores, sembradores de acciones y con el tiempo estas acciones darán sus frutos. *¿Qué tipo de acciones siembras tú?*

En la literatura yóguica se explica la base de lo que experimentas en forma individual. Y esto se llama karma, la traducción literal de karma es “acción”, y toda acción tiene una reacción. En otras palabras, el karma es tu destino, tu destino en esta vida, vas a experimentar el fruto de tus acciones pasadas, acciones de vidas anteriores, muchas vidas anteriores. Esto es válido para ti si crees en la reencarnación y si no crees en eso. *¿Cómo es que las cosas no suceden de acuerdo con tus actos o intenciones de hoy en esta vida si es que son buenas y justas?*

Ves gente que vive en la opulencia, alegres y sanas físicamente y también hay gente opulenta que no es feliz, por alguna enfermedad suya o de algún ser querido o tiene miedos,

temores e inseguridad de perder lo que tiene o de no tener paz interior; hay personas menos afortunadas en lo económico pero disfrutan de la vida, trabajando honestamente y siendo armoniosos con lo que les rodea; sus familiares, vecinos, amigos, etc.

Todos y cada uno llega a esta vida con su propio karma o destino y se le ha proporcionado un cuerpo para su tarea o representación en esta vida. Aquel que vive enfermo tiene ese tipo de cuerpo, el niño de la calle tiene un cuerpo que es más resistente porque su alimentación es diferente e irregular, hay quienes tienen cuerpos sanos y atléticos o quienes tienen cuerpos deformes o con deficiencias mentales o motoras del cuerpo. Pero todo está en tu actitud ante lo que tienes o posees que la misma vida te ha otorgado, de acuerdo con tus acciones del pasado, las que hoy disfrutas o cuyas consecuencias sufres.

Y los eventos de la vida ¿Cómo ves los acontecimientos? Del mundo, de tu país, ciudad, comunidad, de tu vecindario, de tu familia. ¿Qué piensas de las guerras e invasiones, de los países que no tienen suficiente alimento, de las epidemias, de los conflictos sociales, guerrillas, raptos, asesinatos, violaciones, accidentes, toda clase de injusticia que ves en el exterior e interior de tu país, tu ciudad, y en tu comunidad los pleitos entre pandillas, entre familias o entre familiares? ¿Cómo es tu actitud en estos hechos? ¿Eres parte del todo, de la escena que vives día con día, momento a momento? Hay cosas o actos que debes hacer y también los que no debes hacer, hay cosas que debes decir y otras que no. ¿Cuál es tu actitud? ¿Actúas con prudencia y discernimiento, con justicia y respeto? O tomas atribuciones que no te corresponden.

Como dije antes **¿Qué bonos de capital emocional adquieres?** ¿Cómo tomas los acontecimientos en el exterior? Las catástrofes, las guerras, las muertes en masa, la violencia en general. ¿Está en tus manos dar solución o alivio a estos hechos? ¿Por qué te involucras emocionalmente con ello? No quiero decir que te vuelvas insensible o indiferente porque tienes sentimientos pero también un buen juicio y discernes de lo que puedes hacer, no le otorgues más tiempo del necesario, digírelo rápido. Si es tu intención poder ayudar a algo o a alguien, resulta benéfico una plegaria, a una persona, a un pueblo, a los bosques incendiados, pero vuelve al presente. Como dije antes, es una gran obra, la obra de la vida, si consideras que otros están mal, déjalos, ocúpate de ti, de tu interior, está en armonía.

Aún cuando pareciera que están mal, no es así. Todo es un gran juego, todo es perfecto y puro y como eres parte del todo, tú eres perfecto y puro también. Ámate tal como eres, cuando aprendes a amarte a ti mismo sabes lo que es y entonces puedes amar a otros a tu alrededor, puedes dar amor, ternura, compasión.

Piensas que te suceden cosas desagradables todo el tiempo, acéptalas, te están haciendo más fuerte y más sabio y llegará el momento que esos acontecimientos no te muevan, sé valiente de todas formas estás aquí; piensas que la vida es maravillosa ¡disfrútalo!

Realmente tú no eres el cuerpo, eres alguien mucho mejor en el interior, eres energía y tienes el poder de crear, a través de tus acciones, el habla, los pensamientos, todos podemos dar cosas hermosas y buenas, con nuestras buenas y sanas intenciones. No me refiero a dar cosas físicas aun cuando lo podemos hacer, me refiero a esos sentimientos nobles que tienes en tu interior esos deseos de que alguien sane o resuelva algún asunto pendiente o que consiga trabajo o que tenga paz y felicidad. Todo esto te hará sentir mejor, haz la prueba y obtendrás lo que das, cosecharás lo que siembras.

Ahora esta sugerencia, si es que la tomas requiere de constancia y honestidad, honestidad contigo mismo, puedes engañar a otros, pero a ti mismo no te engañas y tú eres quien importa. Da un paso a la vez, irás viendo resultados, esto te motivará, tendrás tranquilidad en tu interior, tu mente será clara y podrás desempeñar tus deberes con entereza sentirás alegría sin saber la razón, sólo la sentirás.

¿Has estado enojado alguna vez sin saber por qué? Bueno, en este caso sentirás alegría, satisfacción, cuando sea que vayas a la cama dormirás plácidamente. ¿Cómo es tu vida hoy, te interesa esta propuesta? Está aquí para que la tomes hoy o en el momento que lo decidas.

Aun cuando te parezca poco creíble, funciona, pero sólo lo sabrás si lo llevas a cabo, pareciera que las cosas se tendrían que resolver con trabajos muy elaborados y complejos pero lo cierto es que es tan simple como te lo menciono.

Ahora te pregunto: ¿cómo te gustaría que te trataran a ti? Sea cuál sea tu respuesta en relación con tu bienestar, así deberás tratar a los otros, para que te traten a ti como tú quieres. ¿Entiendes ahora que lo que siembras cosechas?

Sólo hay que ser amable, honesto, paciente, tolerante y sobre todo constante. Trabaja para cada día, un día a la vez, vívelo tan intensamente como si fuera el último, disfruta de la vida, de tu familia, amigos, de todo; que cuando estés ausente te recuerden con agrado, no con enojo. Si hay alguien que no te valore, no permitas que sus malas vibras te saquen de tu quietud y armonía, deja que adquiera sus propios bonos de capital emocional. Tú puedes ser compasivo con él, ya que cuando coseche, cosechará lo que plantó multiplicado, y siempre habrá un momento para que puedas auxiliarlo. Si así sucede estarás practicando el dar, dar amor, comprensión, compasión. Esto te llenará aún más de paz y dicha. ¿Te resulta difícil porque tu patrón de pensamientos tiene la tendencia de juzgar y criticar. Es aquí donde se requiere la constancia. Lo hiciste hoy y lo olvidaste por unas horas o días. En cuanto lo recuer-

des retómalo; cada vez lo recordarás más frecuentemente y con el tiempo llegará a ser parte de tu actitud natural. Sólo tienes que hacerlo.

### TRES TIPOS DE KARMA

Ahora voy a tratar de explicarte el Karma: hay tres tipos de Karma a saber. Mencioné anteriormente que tú llegas a esta vida con una tarea específica por desempeñar, ya sea que nazcas en una familia de grandes bienes materiales o seas un indigente, mujer u hombre, a esto obedece el:

**Karma Prarabdha.** En este Karma no se tiene ningún control, es lo que vives, lo que experimentas día con día, tu vida, los frutos de tus acciones pasadas; ¿Hoy fue un día excelente? ¡Maravilloso! no lo fue, ¿qué puedes hacer?, alégrate, ya pasó. No hay tal como la buena o la mala suerte, sólo hay el Karma, el fruto de tus acciones pasadas.

Por otra parte, tenemos el **Karma Sanchita.** Digamos que es el almacén de tus semillas (acciones) que darán fruto, es el Karma futuro, tu Karma del mañana, el mañana no se refiere precisamente al siguiente día cuando el reloj marque las 00:01 horas, el mañana puede ser en unos minutos u horas también. Es el futuro. En el Karma Sanchita tenemos el 50% de control sobre él. Puede ser más o menos. Nuestras acciones del presente tienen que ver directamente con el experimentar los frutos de las acciones del pasado. Ejemplo: puede ser que tengamos que experimentar algo como un accidente, un problema familiar, pérdida de trabajo o de bienes materiales que hoy poseemos. Las acciones de hoy determinarán si la intensidad del impacto de la experiencia en nosotros disminuye o es igual, si no hubiésemos hecho nada, por otro lado puede ser un Karma que disfrutemos. Aun así no debemos perder de vista que es nuestra elección permanecer en un estado de expansión y armonía determinado por nuestras acciones de hoy: el orgullo, la arrogancia, la envidia, no son buenos para nuestra intención de estar felices por periodos más largos de tiempo concientemente, por eso debes mantenerte alerta en tus acciones, tus palabras que utilizas, tus pensamientos. Recuerda que eres energía y tienes la capacidad de crear, crear cosas positivas o negativas. Todo influirá en ti, en tu experiencia de la vida y sus acontecimientos.

Por último tenemos el **Karma Kriyaman.** Kriya también significa acción. En este Karma tenemos un control total, porque es el Karma que generamos ahora, hoy con nuestras acciones presentes, y es por eso tan importante que mantengamos una actitud abierta y amable ante las personas y todo lo que nos rodea. Ser respetuosos para generar buenas semillas (acciones) que nos den los frutos que nos hagan sentir expandidos, bien, en armonía.

Tenemos que dar un giro a nuestra manera de ver, pensar y actuar para alimentar nuestro interior con sentimientos agradables y placenteros. No quiero decir con esto que te vas a dejar

maltratar de cualquier manera que sea. Como dije antes, hay cosas que debes hacer y las que no debes hacer, cosas que debes decir y las que no debes decir, para eso tienes un buen juicio y discernimiento, sentido de la justicia. Utilízalos de manera de te mantengas centrado, recuerda esto siempre qué **bonos de capital emocional** adquieres.

Se dice que la vida es un reflejo de lo que hay en tu interior. Ves lo que quieres ver según estés condicionado y esto se refiere a cómo aprendiste a ver la vida, según la enseñanza de tus padres y familiares, tus maestros, la iglesia o religión que te inculcaron.

Cuando eras un bebé tu conciencia estaba limpia, recibías el cariño de tus padres, abuelos, hermanos si no eres el mayor; te procuraban con lo mejor de sus sentimientos. Eso es lo que cuenta. Fuiste creciendo y en tu exploración del mundo a tu alrededor había cosas que no te permitían por tu salud y bienestar, cómo son las cosas que te llevabas a la boca y que estaban sucias o tal vez querías meter un alambre en el contacto de luz. Esta exploración de tu mundo te llevaba a repetir la acción y una vez más te lo impedían. Empezaste a conocer que tu libertad estaba determinada por otras personas, aun cuando no sabías por qué, empezaba en ti un sentimiento de frustración.

Más tarde tuviste conciencia de que si llorabas por algo que no te permitían, como el tener en tus manos el juguete de alguien más, te lo conseguían o te daban un sustituto para calmar tu llanto. Te diste cuenta de que funcionaba y conociste el chantaje. Asististe a la guardería, luego a la primaria. Tenías ya muchos amiguitos con quien jugar. Empezaste a ver lo que llevaban para comer, golosinas o su desayuno y era diferente al tuyo y querías lo de otro. Conociste la codicia. Tus sentimientos estaban en desarrollo.

Luego fuiste a una escuela más grande, la secundaria. Las personitas de tu sexo opuesto ya te atraían más, aun cuando esto surge desde antes, anhelabas estar con esa compañera o compañero más tiempo. Tenías que llamar su atención de alguna forma, tal vez en tu aspecto personal, tal vez algún pequeño obsequio o invitación pero esto cuesta. Ahora dependías del dinero. ¿Cuánto tenías en tu bolsillo para llevar a cabo tu propósito?

Esto se acentuó más en la preparatoria o media superior. En la superior tus dependencias son mayores pues tal vez pienses en una relación formal, si tus padres te siguen costeadando tus gastos quieres más de lo que te pueden dar. Tal vez tomes la decisión de tomar un empleo para aliviar esta situación que vives, o tu ropa, o tus propios estudios. Quizá no llegaste más que a la media superior, o antes tuviste que suspender tus estudios por cuestiones económicas o porque no te gustaba la escuela.

Sea cual sea la manera como se fue desarrollando tu vida tomaste paso a paso, día tras día, patrones de conducta que consideraste valiosos para ti, de tus familiares, amigos, veci-

nos, maestros, el sacerdote y otros y hoy tienes formada una personalidad, ¿Qué edad tienes hoy? ¿Cuánto tiempo te llevará hacer tus cambios? ¿Con qué cuentas hoy?

Sabe lo maravilloso que es tu cuerpo y todo su aparato psíquico como son tu mente, tus sentidos y toda la gama de formas como te desempeñas, recibes y registras información a través de tus sentidos, lo que ves, oyes, tocas, hueles y saboreas, lo conoces porque a lo largo del tiempo haz hecho uso de tus sentidos para registrar información que va de acuerdo con tus propios intereses. Todo el tiempo estamos recibiendo, seleccionando y registrando información que forma parte de cómo se diría en computación, nuestra base de datos, y tomando este símil para sí ¿Qué calidad tiene la información en tu base de datos?

Eres tan perfecto que tu propio aparato psíquico manda mensajes a las distintas partes del cuerpo para que todo funcione correctamente, cuando falta azúcar en la sangre, te da hambre. Quiere decir que se necesita combustible para que todo funcione en óptimas condiciones, de acuerdo con tu alimentación. Tu cuerpo tiene lo necesario para que sus mecanismos de defensa te protejan de enfermedades. Cuando tienes una cortada, ciertas células trabajan para coagular la sangre mientras reparan el tejido dañado. El organismo es tan complejo y maravilloso que se dice que si te llegaran a quitar un pedazo de hígado para sanarte, éste se regeneraría en un periodo de siete años. ¿No empiezas a sentirte orgulloso de ti mismo? Pero todo con medida, nada con exceso, el orgullo en ciertos casos no es bueno. Tienes que hacer un inventario de lo que tienes y valorarlo. ¿Algunas cosas son obsoletas? Solo deséchalas, así de sencillo.

Todos estamos aquí y nos ayudamos mutuamente, pero no nos damos cuenta, pensamos que la ayuda siempre trae buenos sentimientos que debemos experimentar. Pero si no es así, ¿qué está sucediendo? Tal vez alguien hizo o no hizo algo, dijo o no dijo algo que causó un sentimiento agradable o desagradable en nuestro interior y estamos contentos o enojados con esa persona.

Pero realmente la persona o algún acontecimiento tiene que ver con el sentimiento que surge en nuestro interior, porque el sentimiento sale de nuestro interior. En el caso de ser un sentimiento desagradable, la persona o evento sólo ayudó a que saliera algo que estaba atorado y debemos estarle agradecidos ¿Qué irónico verdad? Al igual que cuando comes algo en descomposición, te cae mal, tú estomago lo expulsa, en lo psíquico expulsas algo que no es bueno para que estés con paz y tranquilidad en tu interior.

Pareciera que la persona lo hiciera con dolo, o como una manera de fastidiar pero no es así. Todo es parte del guión de la obra. ¿Empiezas a notar la perfección de la vida y de tu vida, de tu ser? Ves cómo todos hacen su papel muy convincentemente al igual que tú. Aunque consideres que tienes defectos y debilidades, desde luego que puedes perfeccionar tu papel y

es no involucrándote con los sentimientos que te contraigan. Eres maravilloso, perfecto, puro, solo debes entenderlo. Cuando esto suceda te amarás y amarás a todos y a todo.

Ahora te contaré una historia llamada “El Palacio de los Espejos”:

*En la antigüedad un rey mandó construir un palacio colocando espejos en sus paredes, espejos donde te ves flaco y alto, gordo y bajo, con unas piernas muy largas y un cuerpo pequeño y así (seguramente conoces algún lugar donde has asistido en tu localidad) este palacio se construyó para diversión de los habitantes del reino. En una ocasión asistió al palacio un sabio y al ver las distintas formas de sí en los espejos exclamó: Todos son yo. Yo soy todos.*

*También por ahí andaba un perro que sin ser visto por los encargados se coló hacia el interior, al verse reflejado en los espejos vio distintos perros y empezó a ladrar, en consecuencia sus reflejos ladraban, él ladraba con más fuerza y bravura, y sus reflejos también, ha de haber creído que todos los perros que veía (sus reflejos) lo iban a atacar y salió corriendo lleno de miedo. Ya afuera del palacio de los espejos cuando lo encontró su amo, estaba con su cabeza en el piso y sus manos sobre sus ojos. Su amo lo llamó. Conoció la voz, quitó las manos de sus ojos y los perros que le ladraban ya no estaban.*

Esto es lo que sucede en la vida de las personas si no saben discernir. Se dice que ésta vida es como El Palacio de los Espejos, todos y todo son un reflejo de lo que hay en nuestro interior, lo que alguien diga o haga, lo que algo que veamos o escuchemos (las guerras, violaciones, tragedias, etc.) causen sentimientos gratos o no gratos. Sólo son nuestros sentimientos que obedecen al condicionamiento que hemos tenido en el trayecto de nuestra vida y que hemos aceptado como válidos y buenos para nosotros. Nada tienen que ver con quien los provoque con lo que diga o no diga, con lo que haga o no haga, porque una vez más te digo salen de tu interior.

Entonces son tuyos. Al responsabilizar a alguien o a algo de lo que experimentas sólo estás perpetuando ese sentimiento. Puedes preguntarte qué fue lo que hiciste para provocar que esto sucediera, ya sea que tu experiencia sea grata o no; puedes también dejarlo así.

En ocasiones nuestra experiencia puede ser intensa y dolorosa, pero al pasar el tiempo y estar nuevamente en el presente, evaluamos y vemos que aquella experiencia que consideramos no grata realmente nos enseñó algo. Y pensamos que valió la pena y estamos agradecidos aunque no lo digamos con palabras. Lo sabemos. Y como somos energía, nuestro sentir lleva el reconocimiento a la persona, personas o ese algo, donde sea que esté, sin importar el tiempo que haya pasado. Se rompe la barrera del tiempo y el espacio. Tal vez ahora puedas

entender un poco más lo maravilloso, perfecto, puro y divino que eres tú. No tu cuerpo, sino tu esencia, esa energía latente en tu interior, tu ser, tu naturaleza divina.

### ¿QUÉ HACER?: ESCUCHAR EL SILENCIO INTERIOR

¿Has escuchado el silencio en tu interior, aún cuando en el exterior escuches voces, autos, la música? ¿Has sentido o experimentado ese espacio de silencio, paz y tranquilidad en tu interior? Cuando se detienen los pensamientos, ¿dónde escuchas fuerte y claro el latir de tu corazón y ese sonido que hay en tus oídos? Tal vez lo has escuchado por la noche cuando no hay ningún ruido y todos duermen. Esta experiencia se puede obtener de manera continua, inclusive en el día con el movimiento de la vigilia, pero requiere practicarlo constantemente. ¿Cómo se obtiene este estado? Ahora te lo diré, familiarízate con los pasos por seguir:

Primero; tienes que estar en un lugar donde puedas dedicar unos minutos a este ejercicio sin ser perturbado; puede ser tu cuarto, la biblioteca, el parque. Tú elige.

Procura que el lugar este limpio (si es tu cuarto) y todo en su lugar.

Si tienes alguna deidad a la que te dirijas en la intimidad por las noches o cuando se requiere ayuda divina, dirígete a ella y ofrécele una pequeña plegaria de corazón, el ejercicio y sus frutos.

Siéntate cómodamente, con la espalda recta pero relajada, tus pies firmes sobre el piso y tus rodillas haciendo un ángulo de 90 grados, las palmas de tus manos sobre tus muslos. Ahora cierra tus ojos.

Inhala profundo y exhala largo 3 veces, ahora respira de manera natural.

Céntrate en tu respiración, pon atención en cómo entra y sale el aire en y de tu nariz.

¿Ya se detuvieron tus pensamientos, escuchas tu corazón claramente, escuchas el sonido en tus oídos? ¿También tu respiración?

Esta energía, este silencio y paz interior, es tu esencia, quien realmente eres, no tu cuerpo, el cuerpo es sólo un vehículo donde te desplazas, eres energía.

Cuando decidas salir, sé consciente de lo que vas a hacer, siente tu cuerpo, mueve tus manos, los dedos de tus pies, tu cuello. Cuando estés listo abre tus ojos, si la luz te lastima la vista, toma tu tiempo.

Si durante el ejercicio de repente te encuentras haciendo en tu mente algo distinto, retoma el espacio de silencio con el enfoque en tu respiración, siéntete libre de hacerlo todas las

veces que se requiera, según tu interés, pero cada vez procura prolongarlo más, sólo un segundo más es bueno y si logras prolongarlo más también, está bien.

Puedes iniciar con 5 ó 10 minutos por las noches. Cuando ya todos duermen es excelente, sin embargo lo puedes hacer a la hora que sea mejor para ti. También lo puedes hacer durante el día, con los ojos abiertos, sólo siendo consciente del proceso, en la oficina, en el metro, en la parada del autobús. Estás trabajando para ti, así es que tú determinas la intensidad y constancia con la que quieres hacerlo. Si se te olvidó por unas horas o días, cuando lo recuerdes, retómalo. Este compromiso es como el juego del solitario, si hicieras trampa te la harías a ti mismo, y sabes que no es posible engañarse a sí mismo.

A través del tiempo irás teniendo más dominio del proceso del ejercicio y podrás tener periodos de tiempo más largos. En lugar de 10 minutos, pueden ser 20, 30, 50 minutos, recuerda los pasos para salir de este estado cuando estés con los ojos cerrados.

¿Cuántos años tienes ahora? ¿30, 40, 50 años? Durante este tiempo has tenido un patrón de conducta, ahora estás conciente de lo que quieres mejorar, cambiar o eliminar. Pero si tienes 30 años, por ejemplo, no esperes que en unas semanas o unos meses todo se corregirá. Tú mismo irás experimentando lo que has obtenido. Esta práctica la debes hacer parte de tu vida, de tus pensamientos, si así lo quieres. Es una práctica continua. Es disciplina. Los frutos son tuyos.

Ahora, qué tan flexible eres en cuanto a ayudar a alguien más en lo que sea, ya sea que lo conozcas o no sin esperar nada a cambio. Me refiero a un pago por tu ayuda. Sólo ayudar desinteresadamente, por ejemplo apoyando en algún evento social con información, ayudando a algún anciano con sus bultos o cediéndole tu lugar, regalando una sonrisa o sólo escuchando (hay personas que necesitan ser escuchadas). ¿Y sabes qué es escuchar?

Estos son algunos ejemplos de lo que sería ayudar sin esperar ninguna recompensa y muchas otras formas que tú puedes hacer una oportunidad para practicar la ayuda desinteresada. Esta práctica en el exterior también refleja tu intención de mejorar en el interior y tiene que ir alternamente con tu práctica de mantenerte en el espacio de silencio. Con esta práctica empiezas a dar de ti, recuerda que tú determinas la calidad de lo que vas a dar y en esa misma dimensión recibirás. Cuando lo hagas, hazlo honestamente, con alegría, con tu mejor intención de ayudar sin esperar nada. Esto es tan poderoso como tu ejercicio para el interior. Y también requiere de constancia, la palabra clave en todo esto es **Disciplina**, con disciplina llegarás tan lejos como lo deseas.

## ERES ENERGÍA

Piensas que todas las horas de tu vida están cubiertas y que no hay tiempo o espacio para algo así. Yo también lo pensé, cuando me sugirieron que mis prácticas deberían ser parte de mi vida, dije, no es posible, tengo tantas cosas que hacer. Sin embargo, al llevar a cabo las prácticas y al paso del tiempo, me di cuenta que podía realizarlas a toda hora, en la parada del autobús, en el metro, en el parque, en la oficina, hay mucho espacio libre en tu día pero crees que no es así. Investígalo y te convencerás. Puedes establecer una hora formal para tus prácticas del interior y del exterior.

Seguramente has escuchado o experimentado tú mismo que hay una resistencia al cambio. Por ejemplo; un nuevo sistema de registro o políticas en una empresa. Las personas están tan apegadas al sistema anterior que les cuesta un poco de trabajo adaptarse al nuevo sistema. De igual forma tu mente tiene un patrón de conducta que ha actuado sin restricciones durante 30, 40, o 50 años o la edad que tengas. Si de repente la vas a llevar por otro rumbo aunque conozcas y aceptes que es benéfico, la mente tiene sus hábitos y esto *sería la prueba de fuego*.

El proceso es continuo, la técnica es sencilla, tal como está descrita, pero si realmente eliges tener expansión en tu entendimiento, en tu vida y en la manera como lo deseas experimentar no te detengas, ámate dándote esa oportunidad, ama a los demás y a todo como si fueras tu mismo. ¿Ya lo entiendes?

Dirígete a todos y a todo como te gustaría que los demás se dirigieran contigo. Recuerda El Palacio de los Espejos, evita encontrar fallas en ti y en los demás. No critiques, no culpes, ni manipules, no desapruebes, ni justifiques conductas injustas, aléjate de los temores y preocupaciones. Recuerda, no les des más importancia de la necesaria. Regresa al presente. Cada día, cada minuto es el presente y es lo único que cuenta. El ayer, el pasado ya pasó. El pasado es hace un mes, una *semana*, un día o incluso unas horas o minutos.

Esto no quiere decir que no cumplas con tus responsabilidades o responsabilidades recientemente adquiridas. Sé justo, permite que emane de ti tu naturaleza Perfecta, Pura, Divina, muestra la esencia de tu Ser. Recuerda que no eres el cuerpo, eres Energía, Luz, se trata de que puedas vivir en un estado expandido determinado por tus acciones (semillas) que siembras. Se trata de que adquieras una **Nueva Emisión de Bonos de Capital Emocional**, que sea acorde con tus intereses de hoy. Hoy que eres más conciente, que ya determinaste lo que eliges cambiar y que en el futuro te llevará a tener un panorama más claro de certidumbre respecto a tu interior.

**REFLEXIÓN FINAL**

Sólo me resta decir, que es mi intención poder aportar alguna idea con mis comentarios para que puedan tener elementos que los lleven a tomar la decisión más conveniente para quien se interese. Y si solo fuese una persona la que realmente se interese y lo lleva a cabo, y más aun si lograrse tener en el futuro un reconocimiento a estos comentarios será suficiente para mí. Su energía en forma de agradecimiento llegará a mí en donde sea que se encuentre, haya pasado el tiempo que haya pasado. En ese momento lo sabré y me llenaré de satisfacción.

Recuerdas que se mencionó *¿Has estado enojado alguna vez sin saber por qué? Sentirás alegría y satisfacción. Creo que en este momento la respuesta llegó para mí. Gracias.*

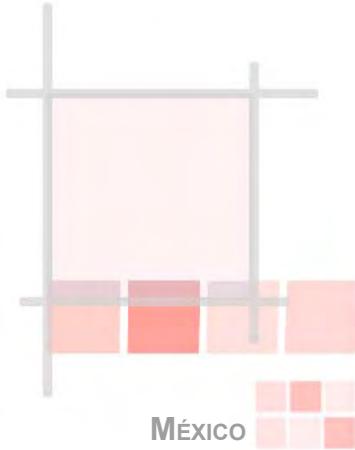
Ofrezco este trabajo y sus frutos a los pies de loto de mi amado maestro **Gurumayi Chidvilasananda**, de quien menciono el siguiente pasaje para cerrar este escrito.

*¿No es asombroso lo ciego que puedes estar ante tu inmensa bondad? Si sólo supieras... ¿No es tiempo de que lo averigües? Tu grandeza es mucho más fuerte que tus malos hábitos. Sólo te sientes desvalido cuando te dejas arrastrar por el impulso de los malos hábitos. ¿No puedes comprenderlo? Eres el amo de tus sentidos. Eres el Señor del campo que se te ha dado en la forma de este cuerpo. ¿No lo ves? Eres el cuidador al igual que el residente. ¿No es claro? Tú tienes el control. Eres tan grande que todo lo que alguna vez deseaste esta justo en la palma de tu mano. ¿No es tiempo de que entres en posesión de tu reino?*

**LISTA DE REFERENCIAS**

1. **MUKTANANDA, SWAMI**, 1982, *La relación perfecta*, Southfallburg, New York, Editorial Fundación Syda.
2. **SYDA FOUNDATION**, 1995, *En busca del ser*, vol.1 lección 23.
3. **SYDA FOUNDATION**, 1995, *En busca del ser*, vol.1 lección 20.
4. **SYDA FOUNDATION**, 1995, *En busca del ser*, vol.1 lección 11.
5. **SYDA FOUNDATION**, 2005, *Vive la sabiduría de Siddha Yoga*, lección 45.
6. **SWAMI CHIDVILASANANDA**, 1995. *Mi Señor Ama un Corazón Puro. El yoga de las virtudes divinas*, Editorial Siddha Yoga Dham de México S.A., México.





## LOS NIÑOS SOLDADO

Qué tipo de futuro nos espera si alimentamos con violencia a la sociedad

**María Magdalena Ramírez Trejo**

[trejowrt@prodigy.net.mx](mailto:trejowrt@prodigy.net.mx)

**Abstract:** *El artículo refiere con preocupación la situación que viven actualmente muchos niños en el mundo a causa de la inestabilidad de sus países y de la guerra. Apoyada en informes de organismos internacionales, la autora da cuenta de la gravedad del problema en cuanto a muertes, desamparo y heridas psicológicas que no sanarán fácilmente, peor aún cuando en sus manos infantiles pronto estará el futuro del planeta.*

**Palabras clave:** niños soldado, violencia, futuro, guerras, abuso de menores, víctimas civiles, colonialismo, tráfico de armas, genocidio, derechos humanos, derechos de la infancia.

En la sociedad del siglo XXI existe la necesidad de crear escenarios deseables a futuro para nuestros niños, en donde el desarrollo de su capital emocional sea la garantía de nuevas sociedades que den certidumbre a los órdenes sociales, políticos y económicos mundiales. Los cambios, para bien o para mal, estarán en las manos de los menores de edad, que serán los hombres del mañana. Por ello es importante contestarnos ¿Los niños soldado son el camino? ¿Qué tipo de futuro queremos si alimentamos a la sociedad con violencia? ¿No será la violencia un peligro para la seguridad nacional e internacional?

Ante este planteamiento está el compromiso no sólo de la sociedad científica y social, sino de los gobiernos y organismos internacionales para crear políticas públicas basadas en la teoría de la felicidad o del desarrollo del capital emocional como una estrategia de seguridad, tanto nacional, como mundial. Retomo la reflexión de la doctora Guillermina Baena Paz, quien deja en el tintero las preguntas: ¿Qué respuesta podemos dar ante las guerras, crisis y conflictos que se avecinan? ¿Cómo construir la paz? ¿Dónde están nuestros valores y espiritualidad?

#### EL MUNDO VIOLENTO

No es necesario tener grandes conocimientos para observar al mundo de hoy, en donde la violencia en la familia, en la escuela, en el trabajo, en la calle, en el campo, en la justicia, en el derecho, por mencionar algunas, es un elemento casi “natural” y “necesario” para vivir o sobrevivir. ¿Esto a dónde nos lleva? ¿Qué pasará cuando no exista control de la violencia? ¿Los gobiernos y altos mandos podrán controlar los peligros que conlleva? ¿No sería más fácil desarrollar el potencial emocional desde la infancia y obtener seres humanos integrados a su sociedad, a su persona y con mentalidades de superación y de éxito? ¿Esta acción no reduciría gastos en materia de salud, económicos y políticos?

En el artículo “El Placer Corporal y el Origen de la Violencia”, el neuropsicólogo James W. Prescott comenta:

*La violencia de los seres humanos se está convirtiendo rápidamente en una epidemia global. Muchas leyes oficiales de coacción abogan por el “endurecimiento” de las políticas como el mejor método para reducir el crimen. Llevar a prisión a la gente es nuestra manera más usual de tratar con el crimen, lo cual nunca solucionará el problema, porque las causas de la violencia yacen en nuestros valores básicos y en la forma en que educamos a nuestros niños y jóvenes. El castigo físico, las películas violentas y los programas de TV enseñan a nuestros niños que la agresión física es algo normal.*

Prescott indica que recientes investigaciones respaldan el hecho de que la privación del placer sexual es el mayor ingrediente en las expresiones de violencia o agresión física. A diferencia de la violencia, el placer parece ser algo de lo que el mundo no puede cansarse. El está convencido que la privación del placer sensorio físico es la principal causa raíz de la violencia. (Prescott, 1975, pp.10-20).

Es cierto que los derechos humanos en los últimos tiempos han tenido auge en materia de difusión y denuncia a nivel mundial; existe una concientización para conservar al género humano, sus derechos y deberes, así como el de su medio ambiente y buscar, instalar y proponer mecanismos a favor de la paz entre las naciones y de proteger a los grupos más desprotegidos o desvalidos, como son los menores de edad, entendiendo como “niño a todo ser humano menor de 18 años de edad, salvo que, en virtud de la ley que sea aplicable, haya alcanzado antes la mayoría de edad” (Artículo 1 de la Convención sobre los Derechos del Niño).

### **LOS NIÑOS ¿TIENEN FUTURO?**

Los niños son el futuro de las nuevas sociedades y de su ordenamiento, tanto político como geográfico, serán los hombres que económicamente activos permitan o no el desarrollo de su país en todos sus aspectos. Serán los actores de la transformación de la sociedad tanto nacional como internacional.

La protección de los niños nace de la necesidad de dar ayuda a este sector en los momentos de posguerra en las regiones de China y Europa y la constante preocupación de velar para que los menores de edad no sean víctimas de maltrato, explotaciones y abusos a su dignidad, a su libertad, a su vida y seguridad y más en un conflicto armado que deja lesiones como incapacitados por efectos de los bombardeos, de las minas terrestres, las armas de fuego y la tortura. En 1991 hubo más de un millón y medio de niños muertos, cerca de 200 mil niños enrolados en ejércitos y grupos paramilitares, cinco millones viven en campamentos de refugiados a causa de la guerra y 12 millones han perdido sus hogares.

La sociedad del siglo XXI se caracteriza por crisis económicas, políticas, sociales, territoriales, laborales, de salud, ambientales, tecnológicas y de los derechos humanos, las cuales están arropadas por la violencia en sus diversas formas. Los países no quieren comprometerse totalmente con la aplicación y sanción jurídica y penal en materia de violación a los derechos fundamentales, debido a que van en contra de sus intereses o de los grupos de poder (ejemplo países que reclutan a niños al ejército, explotación sexual, laboral, etc.) o no cuentan con un sistema efectivo para la aplicación de los mismos, además se suman los problemas de conceptualización, de regionalismos, de usos y costumbres, por mencionar algunos.

Pero a nivel internacional también existen candados. Actualmente los organismos mundiales viven una crisis de credibilidad, de acción, de aplicación y económica. Tal vez su intención por velar y garantizar los derechos humanos son buenos, pero la realidad nos muestra que muchos de ellos están sujetos a los intereses particulares de los estados miembro (con mayor control económico al interior de dichos grupos), que les impiden actuar libremente. Este es el caso de la ONU y del Consejo de Seguridad (específicamente en las posturas que tomaron en la intervención bélica de Estados Unidos a Irak).

Otros elementos de crisis del siglo son la sobrepoblación, la pobreza, el analfabetismo, la hambruna, las economías de guerra, la utilización del miedo y el terrorismo como forma de control político, y el estrés. Al mismo tiempo se observan tendencias que están tomando fuerza, cuyo objetivo es lograr la paz, la armonía y el equilibrio personal, de los países y a escala mundial, vistas como urgente necesidad de seguridad nacional y humana.

No es casualidad que las sociedades modernas busquen la espiritualidad personal y grupal, así como la nueva visión empresarial se inclina a instalar programas de desarrollo humano como una posibilidad para generar transformaciones favorables en materia económica, política, social y emocional. Es decir, tener un personal comprometido consigo mismo, con autoestima, satisfecho, positivo y motivado, representa un negocio rentable para cualquier país o empresa.

El respeto y el cumplimiento de los derechos humanos del niño es una prioridad de Seguridad Humana, por ser principios inherentes a la dignidad humana, a la necesidad del hombre para alcanzar sus fines como persona, y para dar lo mejor de sí a su sociedad. Los derechos del hombre son derechos reconocidos, mínimos, sin los cuales la existencia del individuo y la colectividad carecería de significado y de fin en sí misma. Consisten en la satisfacción de las necesidades morales y materiales de la persona humana. Los derechos humanos son “necesarios” no para la vida, sino para una vida digna; como lo expresan los convenios internacionales sobre derechos humanos, éstos surgen de la dignidad inherente a la persona humana. (Donelly, 1994: p23)

Seguridad Humana se entiende como el conjunto de circunstancias y condiciones que brindan el ámbito funcional, social, político, económico, cultural y natural sustentable en el que cada individuo puede desarrollarse, crecer, vivir con calidad, procrear en concordancia con el crecimiento demográfico esperable, perseguir y lograr sus metas en equilibrio con ese ámbito. Este ámbito le permite el ejercicio pleno de la libertad con responsabilidad, y le otorga la posibilidad de ser él en sí mismo y, a la vez, pertenecer armónicamente a una sociedad integrada al mundo”. (Concepto aceptado por el Nodo Latinoamericano del Proyecto Millennium 2003).

El cuidar a los niños es una prioridad de Seguridad Humana y, en consecuencia, de los científicos sociales, estrategias, gobiernos, instituciones, organizaciones internacionales, grupos humanos y de la sociedad nacional e internacional para crear escenarios deseables hacia el futuro y evitar escenarios desfavorables, romper con paradigmas o ideas de creencias, las cuales no vean a la niñez como un futuro rentable y como una promesa de crecimiento, de transformación y de sociedades de éxito. La ciencia y la tecnología son importantes, pero la base de todo es el pensamiento, la razón, la inteligencia y la creatividad del ser humano. La materia prima, si queremos un mundo mejor, es sin duda la de los niños. ¿Por qué no? ¿Por qué negarles una vida digna en un planeta digno, en un nuevo sistema político-social y económico diferente? ¿Por qué no crear escenarios encaminados al crecimiento y desarrollo humano desde las bases de las sociedades que son los niños? ¿No se evitarían gastos excesivos para los gobiernos en materia de salud, educación, desarrollo y capacitación? ¿Por qué no formar hombres y mujeres exitosas desde tempranas edades? ¿Cuáles serían sus resultados?

#### **TRANSFORMAR EXPERIENCIAS NEGATIVAS**

Las experiencias negativas vividas por los seres humanos se pueden transformar en acciones de crecimiento e integración, y esto lo muestran programas de desarrollo humano perfectamente estudiados y aplicados a las personas para revivir su capital emocional, dando resultados inimaginables.

Vayamos a un hecho real, la violencia contra los niños es una historia que con demasiada frecuencia no se cuenta o se trata de ocultar. La presencia de violencia en la casa, en la calle, en la escuela, en orfanatos, de forma institucional, en campamentos de refugiados, en zonas de guerra, en centros de detención y en campos y fábricas es evidente. Los niños son víctimas de abusos sexuales, físicos, psicológicos, económicos, laborales, educativos, racismo, laborales, sociales y explotación.

Pareciera que la violencia es un estado natural del hombre en “sociedad” o “civilización”, eso es lo que aprendemos como algo natural o al menos nuestros propios gobiernos nos han hecho creer. Sin embargo son mecanismos de control basados en la psicología del miedo, que van de menor a gran escala. El control a menor escala lo experimentamos en la violencia intrafamiliar, en donde hay dos jugadores; un agresor (el que tiene el poder físico, psicológico, emocional o económico) y la víctima (el que recibe las agresiones y demuestra dependencia del primero). El resultado: familias disfuncionales y sociedades violentas, inconformes y con tendencia al suicidio.

Un ejemplo de violencia a gran escala son las imágenes e información presentadas en radio, televisión y medios impresos sobre guerras y atentados terroristas; los problemas financieros, como caídas de la bolsa de valores, etc. Aquí los agresores pueden ser diferentes, y esto depende de los intereses de los grupos en el poder económicos o políticos de cada país (una noticia sangrienta vende más porque tiene un alto impacto o puede provocar miedo a la población en procesos electorales como en el caso de México en las elecciones de 2004 y 2006, en donde si no votas por “X” o por “Y” significa que el país está en peligro y a punto de caer en guerra bélica). Las víctimas serían los observadores, es decir, la población. Las consecuencias: sociedades paranoicas, psicóticas, violentas, con estrés, deprimidas, con baja autoestima...

#### **GUERRAS QUE LOS NIÑOS NO COMPRENDEN**

Amnistía Internacional ha denunciado las atrocidades a las que están sometidos miles de niños en todo el mundo al ser enrolados a ejércitos y fuerzas armadas para participar en luchas que ellos ni comprenden y que van incluso en contra de su dignidad, de su derecho a vivir en paz e integrados a una familia.

Pero no todo es negativo, pues de estas víctimas de nuestros tiempos podemos encontrar riquezas humana y enseñanzas que ni en las mejores universidades del mundo se dan. El respeto a la vida y la sobrevivencia, en donde se demuestra con hechos que el ser humano al descubrir su capital emocional es capaz de transformar lo negativo a positivo y convertirse en un excelente ser humano. Es cuestión de aprender y desaprender. Esto nos lo han demostrado los niños afganos, africanos, palestinos, colombianos, paraguayos, brasileños y niños mexicanos.

#### **LOS NIÑOS SOLDADO**

En todo el mundo, más de medio millón de niños menores de 18 años han sido reclutados en las fuerzas armadas gubernamentales, los grupos paramilitares, las milicias civiles y una amplia variedad de grupos armados no estatales en más de 85 países. En cualquier momento dado, más de 300,000 niños combaten activamente como soldados con fuerzas armadas gubernamentales o con grupos políticos armados en más de 30 conflictos. (Reporte de Amnistía Internacional, “Niños soldado”)

¿Por qué un niño es reclutado? De acuerdo con la Guía sobre el Protocolo Facultativo relativo a la participación de niños y niñas en los conflictos armados, producida por UNICEF y la Coalición para acabar con la utilización de niños soldado, dice que los niños pueden ser reclutados por varias razones:

—En los países que ya son pobres, la guerra tiende a deteriorar las condiciones económicas y sociales, agravando la mala situación económica de las familias. Debido a ello, los niños ingresan en las fuerzas armadas o en grupos armados para tener asegurado el sustento diario y la supervivencia.

—Se recluta a niños porque se los considera baratos y prescindibles y porque resulta fácil embrutecerlos, para ello los drogan.

—A los niños soldado se les obliga normalmente a realizar trabajos forzados y son habitualmente víctimas de homicidios, palizas y otras formas de tortura o malos tratos. Las niñas son violadas y tratadas como esclavas sexuales.

—Con las nuevas armas, ligeras y fáciles de disparar, resulta más fácil armar a los niños, y se necesita menos adiestramiento.

—Algunos son obligados a punta de pistola o se incorporan por miedo.

—Otros son niños de la calle que no tienen a dónde recurrir. Niños de hasta 13 años son entrenados en el manejo de rifles de asalto, granadas y morteros.

—Con frecuencia se ordena a los niños soldado que participen en ejecuciones sumarias, torturas, asesinatos, secuestros y atentados contra civiles.

—También están expuestos a enfermedades, agotamiento físico, lesiones, muerte súbita y tortura a manos del enemigo.

—Los niños que intentan escapar o regresar con sus familias corren el riesgo de que los ejecuten.

—Los propios niños llegan a ser los jueces y controladores de los demás, creando consejos de guerra, ellos mismos disponen la vida o la muerte de sus homólogos.

## TESTIMONIOS

Los siguientes testimonios son el resultado una recopilación de información dada por Amnistía Internacional, Human Right Watch, la Cruz Roja Internacional, y UNICEF. Es preciso puntualizar que estas víctimas de la violencia humana decidieron hablar con el fin de que otros niños no vivan lo que ellos padecieron. Estos niños están en terapias psicológicas.

- **P.K.**, que hoy tiene 13 años, fue secuestrado en Liberia en 2002. Relata: “Llegaron unos soldados de las fuerzas armadas estatales y trataron de obligarnos a mi padre y a mí a unirnos a ellos. Mi padre se negó y le degollaron. A mí me golpearon, me ataron y me obligaron a unirme a los combatientes”.

- **Albert** tenía 15 años cuando lo reclutó un grupo armado de oposición en la República Democrática del Congo. Comenta: “Nos daban cannabis (mariguana) y nos obligaban a matar a personas para endurecernos. A veces nos traían mujeres y niñas para que las violásemos. Nos golpeaban si nos negábamos”.
- **Fabienne** tenía 13 años cuando fue secuestrada en Burundi por combatientes que cree que pertenecían a un grupo armado de oposición. “No sé cuántas personas abusaron sexualmente de mí. Los hombres se sucedían, uno tras otro. No podías negarte... Te decían que te matarían si tratabas de huir”.

En un informe presentado por Human Rights Watch, titulado “Aprenderás a no llorar: Niños combatientes en Colombia”, relata que en mayo y junio de 2002, realizó entrevistas separadas y privadas con 112 niños ex combatientes, entre ellos 79 ex miembros de las Fuerzas Armadas Revolucionarias de Colombia-Ejército del Pueblo (FARC-EP), 20 ex miembros de la Unión Camilista-Ejército de Liberación Nacional (UC-ELN) y 13 ex miembros del grupo paramilitar Autodefensas Unidas de Colombia (AUC). Indica que los grupos armados de Colombia se encuentran entre los peores violadores de las normas internacionales contra el reclutamiento y el uso de niños soldado. Calcula que más de 11 mil niños combaten en el conflicto armado de Colombia, una de las cifras más altas del mundo. Al menos uno de cada cuatro combatientes irregulares de Colombia es menor de 18 años. Varios miles de ellos son menores de 15 años, la edad mínima permitida para el reclutamiento en fuerzas o grupos armados de acuerdo con los Convenios de Ginebra. (Las Convenciones de Ginebra de 1949 y la Convención sobre los derechos del Niño establecen que es prohibido usar los niños menores de 15 años en guerra. El Protocolo facultativo de la Convención, subió el límite a los menores de 18 años. Prohíbe el reclutamiento de los niños menores de 18 años y establece que “los grupos armados distintos de las fuerzas armadas de un Estado no deben en ninguna circunstancia reclutar o utilizar en hostilidades a menores de 18 años”).

Aproximadamente el 80 por ciento de los niños combatientes de Colombia pertenecen a uno de los dos grupos guerrilleros de izquierdas, las FARC Fuerzas Armadas Revolucionarias de Colombia, y el ELN. El resto combate en las filas paramilitares.

- **Adriana** una niña colombiana, cuenta: “Un día me escapé durante el día. Había dejado todas mis armas atrás. Estaba haciendo centinela y me huí. Me cogieron después de una hora. Los milicianos me reconocieron, incluso con la ropa de civil que me había puesto. Lloré cuando me cogieron. Les rogué que me dejaran ir. Me amarraron con una cadena de metal. No podía mover mis brazos. No me dejaron hablar en el consejo de guerra. Afortunadamente votaron por no matarme. En cambio me hicieron cavar veinte metros de trinchera, me mandaron veinte veces por la

leña, y me amarraron a un palo por dos semanas. Me tocó hablar al frente de todos explicándoles por qué había tratado de desertar, por qué había hecho ese error”.

Human Rights Watch en su informe correspondiente al año 2001, publicó que la desmovilización de niños soldado se llevó a cabo en varios países. A finales de febrero, el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) coordinó la desmovilización en el sur de Sudán de más de dos mil 500 niños de entre ocho y dieciocho años de edad que participaban en el Ejército Popular de Liberación del Sudán (SPLA), aerotransportándolos a campos de transición. Para septiembre de 2001, los últimos niños del grupo se habían reunido con sus familias.

Según UNICEF, el proceso de desmovilización iba a continuar en 2002 hasta alcanzar a todos los menores del SPLA, unos diez mil antes de la iniciativa de febrero.

Entre mayo y noviembre, unos dos mil 903 niños, incluidos mil 506 del Frente Revolucionario Unido y mil 303 de las milicias aliadas con el gobierno, fueron licenciados y desarmados en Sierra Leona.

A mediados de mayo, el gobierno de la República Democrática del Congo decretó la desmovilización de los niños soldado que servían en las filas de su ejército, unos niños que, según cálculos conservadores, se contaban por miles.

En junio, el Presidente Joseph Kabila anunció que la República Democrática del Congo no reclutaría a más niños soldado y ordenó un programa de formación para los mandos militares con el fin de facilitar la desmovilización de los niños.

Para el mes de julio, equipos de trabajadores públicos y privados recorrían los barracones militares en busca de niños soldado, y preparaban su reunificación familiar y su reinserción social.

Sin embargo, el reclutamiento y empleo de niños continuó representando un problema a escala mundial. La Coalición para Acabar con el Empleo de Niños soldado hizo público su primer estudio mundial en junio, en el que mostró que más de medio millón de niños fueron objeto de reclutamiento por ejércitos estatales, fuerzas paramilitares o grupos armados no estatales en 87 países, y que al menos 300 mil de esos niños participaban activamente en conflictos armados en 41 países (Reporte de Human Rights Watch 2002).

#### **PLACER VIOLENCIA Y...**

Retomando el trabajo de James W. Prescott, señala que la relación recíproca del placer y la violencia es altamente significativa ya que ciertas experiencias sensoriales vividas durante los

periodos formativos del desarrollo crearán una predisposición neuropsicológica, bien sea para la búsqueda de la violencia, o para la búsqueda del placer en etapas posteriores de la vida.

La privación de la caricia o del tacto corporal y de los movimientos son las causas básicas de varios trastornos emocionales que incluyen, entre otros, los comportamientos depresivos, autistas, hiperactivos, aberraciones sexuales, abuso de drogas, violencia y agresión. Indica que en las sociedades humanas que proveen a sus infantes y niños mucho afecto físicamente (acariciarlos, alzarlos, guiarlos de la mano) fueron menos violentas físicamente que las sociedades humanas que dan poco afecto físico a sus infantes.

Al revertir el trato que tuvieron los niños soldado es posible que ellos vuelvan a integrarse a la sociedad, sus vivencias las podrán entender y convertirlas en su pasado, con el apoyo de programas de desarrollo humano enfocado a su autoestima y dar caricias o tacto corporal, es posible que ellos se integren a la sociedad como personas amorosas y exitosas.

Es cuestión de revertir lo aprendido y volver aprender, es necesario que se dé reclutamientos en donde a los niños se les enseñe a respetarse, a ser dueños de ellos mismos, a manejar sus miedos y emociones, a saber recibir amor y darlo. Esto es posible.

#### **VIOLENCIA EN TIEMPOS DE PAZ. REFLEXIONES**

Mencionó un caso práctico. En varios cursos de desarrollo humano impartidos en la Ciudad de México y de carácter comunitario, tuve la oportunidad de participar como observadora. Cerca de quince niños tomaron los talleres consistentes en autoestima, liderazgo, análisis transaccional y proyecto de vida, entre otros. El resultado fue realmente sorprendente, pues muchos de ellos habían vivido violencia intrafamiliar o eran niños de la calle, sin escuela, con hambre y sin dinero, abandonados o con padres alcohólicos y drogadictos. Sus edades comprendían entre los 12 y los 17 años. Sus rostros eran hostiles, desconfiados. Eran pequeños poco participativos, sin ganas de vivir y sin aparente muestra de emoción.

Estos talleres consisten en cinco días de trabajo vivencial. Durante este tiempo, ellos fueron aprendiendo y reaprendiendo cómo modificar su forma de vida, es decir, de acciones negativas pasaban acciones de aprendizaje favorable o propositivo. Al ser conscientes que era posible cambiar su pensamiento y transformar lo que les molestaba por medio de simples juegos e ir sanando los recuerdos que les ocasionaba daño emocional, sus caras iban modificándose. De un rostro serio e indiferente, pasaban a una sonrisa y en sus ojos se observan lágrimas de liberación. Los fantasmas que los atormentaban se fueron. Muchos de ellos ya han regresado a la escuela y trabajan. Se han integrado a sus familias y tienen metas, como estudiar y ser personas exitosas.

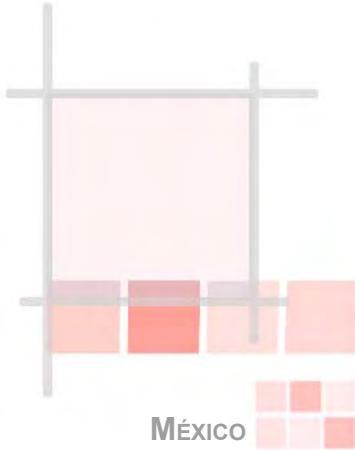
Este entrenamiento no ha terminado, pues cada día es una experiencia nueva y, como dicen ellos: “Cada día es un reto y debo tomar riesgos, lo malo quedó atrás, cada momento debo ser feliz”. ¿No deberían los adultos aprender de los niños?

#### LISTA DE REFERENCIAS

1. **ADAMS, PAUL**, 1979, *Los derechos de los niños: hacia la liberación del niño*, México, Editorial Extemporáneos.
2. **AMNISTÍA INTERNACIONAL**, 2003, “Niños soldado”, en Amnistía Internacional, *Primer Informe General, “Aprenderás a no llorar”: niños combatientes en Colombia*, Santa Fé de Bogotá, 18 de septiembre Internet.
3. **BASTILLA MURILLO**, Juan Francisco. 1993, *El derecho del niño a la protección en caso de conflicto armado. La guerra civil salvadoreña*. México.
4. **UNIÓN AFRICANA (SITIO WEB)**, *Carta africana sobre los derechos y bienestar del niño*. Prohíbe el reclutamiento y uso de menores de 18 años en conflictos armados nacionales e internacionales.
5. **CNDH**, 1990. *Memorias del foro “El niño: realidad y fantasía”*, México, Editorial Comunicación Cultural.
6. **CODHES** (Consultoría para el Desplazamiento Forzado y los Derechos Humanos), UNICEF Colombia, *Informe “Un país que huye, desplazamiento y violencia en una nación fragmentada”*. Internet.
7. **RIGHT WATCH**, *Informes* 1999, 2000 y 2001. Internet.
8. **MICHAEL BOCHENEK**, Consejero Legal de la División de Derechos del Niño de Human Rights Watch, “*El gobierno paraguayo debe resolver los casos de muertes de niños soldado*”, 14 agosto de 2002.
9. **NAVARRETE M. TARCISIO**, 1991, *Los derechos humanos al alcance de todos*, México, Editorial Diana.
10. **PRESCOTT, JAMES W.**, 1975, “*El placer corporal y el origen de la violencia*”. Tomado de *The Bulletin of the Atomic Scientists*, Noviembre págs 10-20. De este artículo apareció un fragmento en abril de 1975 en el número correspondiente de *The Futurist*, publicado por la World Future Society.
11. **SLUZKI CARLOS**, “*Sembrando violencia en la mente de los niños*”, Artículo en línea. Revista *Perspectivas Sistemáticas*, Editorial La Nueva Comunicación.
12. **STAELENS, PATRICK**, 1991, *La problemática del niño en México. convenciones interamericanas en la materia de protección de menores*, México, Editorial Mexicana.
13. **UNICEF Y LA COALICIÓN PARA ACABAR CON LA UTILIZACIÓN DE NIÑOS SOLDADO**, *Guía sobre el protocolo facultativo relativo a la participación de niños y niñas en los conflictos armados*. Internet.







## EMOTICONS

Emociones, seducciones y “ligues”  
a través de la pantalla

**María del Carmen Muñiz Rangel**

[numnar@servidor.unam.mx](mailto:numnar@servidor.unam.mx)

**Abstract:** *Los emoticons se han vuelto símbolos de nuestros sentimientos y emociones a través de la red, se han constituido en comunicaciones abreviadas, cálidas, divertidas, pero al mismo tiempo han estructurado un nuevo lenguaje que combina texto con gráficos y mucho ingenio.*

**Palabras clave:** emoticons, chat, messenger, correo electrónico, nuevo lenguaje, redes sociales, comunicación en línea, protocolos, urbanidad en redes.

Si en algún momento se nos ocurriera hacer una comparación entre el ser humano y una máquina, de manera inmediata contestaríamos que somos distintos a ellas porque tenemos emociones, sensaciones, un cuerpo y un intelecto.

No obstante lo anterior, en México y en prácticamente todo el mundo, nunca nadie hubiera imaginado el impacto tan fuerte que hoy tienen las tecnologías de la información y la comunicación entre los jóvenes y no tan jóvenes. De especial importancia son los chats, el correo electrónico, el Messenger, el teléfono celular y la Internet en sí misma, por mencionar sólo algunos.

Así es, hoy día tu tarjeta de presentación es tu cuenta de correo electrónico, y lo más importante es que tengas varios contactos para establecer la comunicación y que a ésta le dediques varias horas de ocio electrónico al día.

Fue precisamente en la década de los noventa cuando Internet hizo su aparición en México; apenas se conocía este medio de comunicación y su uso era incipiente entre los estudiantes, entre los empleados, en las organizaciones, en las universidades, etc.

Ni siquiera hubiéramos imaginado que las mujeres y los hombres, de todas las edades la convertirían en la mejor “Celestina” en los asuntos amorosos.

En efecto, la cultura informática se ha difundido de una manera importante entre hombres, mujeres, jóvenes, niños y, por qué no, hasta entre los adultos mayores.

Cada vez más es común escuchar que la gente se comunica más por chat, a través del Messenger o el correo electrónico, que de manera presencial.

Términos como espacios virtuales, identidad, encuentros sexuales, ciberespacio, anonimato, simulación, emoticons, son de uso cotidiano en las conversaciones de hombres y mujeres de todas las edades.

Hoy día se incrementan las interrelaciones de los seres humanos con la tecnología y con otros seres humanos a través de la tecnología, las viejas distinciones entre lo que es específicamente humano y específicamente tecnológico se hacen más complejas. ¿Vivimos sobre la superficie de la pantalla o *dentro* de la pantalla? Nuestras nuevas relaciones tecnológicamente enmarañadas nos obligan a preguntarnos hasta qué punto nos hemos convertido en *cyborgs*, mezclas transgresoras de biología, tecnología y código. (Turkle: pp 30-31)

Además, con el paso del tiempo, nos hemos acostumbrado a una tecnología opaca. ¿Qué quiere decir esto?

Quiere decir que el poder de procesamiento de la computadora se ha incrementado exponencialmente, ha sido posible utilizar este poder para construir interfaces gráficas de usuario,

comúnmente conocidas como GUI (*grafical user interfaces*) que ocultan al usuario la máquina pura y dura.

En este momento existen nuevas interfaces basadas en el diálogo; además ya se configuró una forma de comprensión que depende de alcanzar el conocimiento de la computadora a través de la interacción con la misma, al igual que alguien puede llegar a conocer o explorar una ciudad.

Hemos aprendido a interpretar las cosas según el valor de la interfaz; por ejemplo, en la cultura de la simulación interpretamos lo que vemos en la pantalla.

En el caso del chat, el Messenger o el correo electrónico, los personajes se comunican través de la aparición del texto en la pantalla, así como de imágenes. Lo anterior posibilita una conversación entre los integrantes específicamente del chat o del Messenger; la conversación puede fluir de manera normal y natural, porque los personajes intercambian gestos, expresan emociones y sentimientos. Esto se debe a las convenciones tipográficas conocidas como emociones que reemplazan los gestos físicos y las expresiones faciales. Es en esta etapa en donde hacen su aparición de manera frecuente los **emoticons**. Pero, ¿qué son y cómo surgen?

Los emoticons fueron inventados por Scott Fahlman en el Bulletin Board System de CMU. Scott notó que cuando la gente hacía un comentario chistoso o sarcástico en el Bulletin Board System, no se conseguía el propósito inicial, reírse, mofarse o burlarse de las cosas o de las personas, porque era imposible expresar pensamientos y sensaciones como sucede de manera presencial.

De esta manera Scott inventó la emoción al hacer uso :-) para demostrar placer y :-( para demostrar descontento.

La idea fue aceptada y se extendió de manera inmediata; hoy día, muchos jóvenes diseñan sus propios **emoticons**, no sólo para expresarse, sino para comunicarse y relacionarse con gente de su edad.

Los emoticons son símbolos con apariencia de rostro, empleados en el correo electrónico, en el messenger y en el chat para expresar emociones, sentimientos y expresiones, a través de los mensajes que el emisor envía.

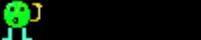
Esto obedece a la rapidez en la escritura exigida por la comunicación por chats, correo electrónico o messenger, y se hace necesario sustituir palabras y frases por símbolos.

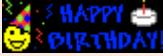
En este marco, se crean los **emoticons** como figuras construidas con caracteres ortográficos que, vistas con la cabeza ladeada hacia la izquierda, recuerdan gestos, emociones, personajes o animales.

Hoy día los **emoticons** más usados en el chat o messenger son los que a continuación se presentan:

NOMBRE/ SIGNIFICADO	CÓDIGO	GRÁFICO
Big grin	:D	
Red face	:O	
confused	¿(	
Cool	8)	
Crying	;(	
shocked	8o	
pleased	:]	
Frown	:(	
Happy	:))	
Mad	X(	
Smile	:)	
tongue	:P	
Wink	;)	
roll eyes	:rolleyes:	

Baby	Baby	
Evil	:evil:	
nclosed	:nclosed:	
cerrado2	:pclosed:	
cerrado3	:nclosed2:	
cerrado4	:lclosed:	
Off topic	:offtopic:	
Spam	:spam:	
censurado	:censored:	
Hm	:hm:	
Ruego	:prey:	
Ouch	:ouch:	

martillazo	:hammer:	
Ghost	:ghost:	
ladrillos	:bricks:	
correr2	:run2:	
Corer	:run:	
Eek	:eek:	
enfadado	:angry:	
enfadado2	:angry2:	
enfadado3	:angry3:	
lammer	:lamer:	
Bond	:jbond:	
Poke	:poke:	
aplausos	:aplauzo:	

smoke	:smoke:	
byebye	:byebye:	
cumpleaños	:birthday:	
cyborg	:borg:	
Cry	:cry:	
money	:money:	
Help	:help:	
Kiss	:kiss:	
Jedi	:force:	
pirata	:pirata:	
sperm	:sperm:	
Ups	:ups:	
sado	:somaso:	
finger	:finger:	
prey2	:prey2:	

loool	:loool:	
nanana	:nanana:	
hmmm	:hmmm:	
banana	:banana:	
doener	:doener:	
Egg	:ej:	
guitarra	:guitar:	
schwiz	:schwiz:	
Pc	:chitpc:	
Sing	:sing:	
Sing2	:sing2:	
drink	:drink:	
Box	:box:	

cuckoo	:cucu:	
sand	:sand:	
bibber	:bibber:	
boh	:boh:	
eiaeia	:eiaeia:	
Ko	:ko:	
nokiss	:nokiss:	
Ban	:ban:	
peace	:peace:	
Aua	:aua:	
pingpong	:pingpong:	
anbeten	:anbeten:	

please	:please:	
disco	:disco:	
Old	:old:	
sorry	:sorry:	
Uj	:uj:	
Wecker	:wecker:	

Acerca de lo anterior, Yuni comenta que los emoticons son lo mejor que se le pudo haber ocurrido a alguien, porque son divertidos, puedes expresar con ellos estados de ánimo o lo que sea; refiere que los usa de manera constante. Desde luego para expresar sus sentimientos, sus estados de ánimo (sobre todo esto), que es lo que piensa sobre un tema. Con alegría comenta que es sensacional y es incluso más divertido y ameno su uso.

Yuni usa los emoticons como todos y todas, en el chat, en el messenger y en celulares. En cuanto a las desventajas, considera que el problema es que se estandarizan. Aunque realmente dice que no hay ninguna. (Yuni, 2006).

Además, refiere que los emoticons del messenger son más divertidos y originales, pues las cabezas ya en sí, dicen todo, sólo con ponerlas en la charla del messenger o del chat, se sabe qué es. Las hay de alegría, sentimientos, agradecimientos, etc.

Yo creo que el messenger es el mejor medio para expresar con caras tus sentimientos en ese momento, le das un toque de color y de humor a tu comunicación, la personalizas con tus códigos y esto hace que muchos más quieran establecer contacto contigo.

Creo que como jóvenes expresamos nuestros estados de ánimo mejor de manera visual, porque esto te lleva incluso a crear tus propios emoticons, códigos como nuevas formas de comunicación.

Al respecto Paula (2006) comenta:

*Yo antes de que los emoticon existieran y antes de que se pusieran en auge en el messenger pasaba más tiempo en el chat y entonces, más que nada me desarrollaba a través del teléfono, era más plática por teléfono. Ahora que ya están, los uso muchísimo, tengo muchos amigos, tengo muchos contactos, entonces van pasando iconos con gestos, pero yo los adapto a lo mío.*

Se le pregunta a cómo cómo los adapta, y al respecto refiere: “Por ejemplo, viene el icono con un formato, por ejemplo una diagonal, y te sale el icono o 59, y yo lo adapto a mi lenguaje por ejemplo un icono vomitando yo le pongo “guac” o si sale un icono que dice gracias yo le pongo nada más “grax”, con equis o tengo tantos iconos que se parecen entre sí, yo le pongo como niveles de intensidad. Por ejemplo, un bien, me aparece un icono o hay otros que dice bien con un dedito y con una sonrisota más grande, entonces ese lo uso con un signo de admiración. Entonces es como ese paralelismo entre símbolos y el lenguaje adaptado ya a los iconos”.

Al preguntarle si ella misma ha creado esa serie de códigos, responde de inmediato con un sí, y agrega: “Cada quien, porque por ejemplo cuando yo los copio vienen con una palabra y yo los cambio; siento que cada quien le pone la palabra que quiere hay unas muy universales como el gracias, o el adiós”.

Y cuando se trata de mandarle un beso a un muchacho, por ejemplo, Paula, se sonríe y dice que allí en el messenger vienen guiños, que le pone “como guiños” rompe un monito que “hasta hacen sonido”, un beso de unos labios rojos que “hasta hacen sonidos, hacen sssmack” y “se hace grandote”.

En efecto, hoy día muchos jóvenes en la red hacen sugerencias acerca de nuevos emoticons. Este es un breve diálogo de Nicté-Ha (2006):

- 1) - *jajá perdón si pareció algo “Exaltada” mi respuesta* 😄
- 2) - *Croos pps anotas la URL en un bloc de notas y listo!* 😄

*jeje....Salu2!*

*PD: lo que si seria un buen cambio de emoticon seria este  por que uno casi siempre se refiere al emoticon con lengua del msn y no a ese y el sentido del post que uno trata de dar cambia con esa cara y puede ser mal interpretado. jeje*

*Salu2! *

En la medida en la que se ha extendido el uso del chat o del messenger, los emoticons se van transformando, porque los usuarios han creado cientos de ellos y los utilizan diariamente en sus chateos, correos electrónicos y en el messenger.

Lo que podemos observar en el mensaje anterior, es que la redacción, la ortografía e incluso la sintaxis, son alteradas visiblemente por estas combinaciones de texto y gráficos.

Asimismo, podemos mencionar que los emoticons mail son una recopilación de varios centenares de emoticons ideales para pegarlos en los mensajes de correo electrónico.

Éstos están ordenados en cinco grupos y son la acción, el amor, la tristeza, general y *goodies*, y dentro de cada uno de ellos se encuentra una multitud de emoticons más ordenados todavía. Por ejemplo, para usarlos en el correo sólo se deben copiar y pegarlos en el mensaje.(emoticons mail 2006).

Pero no solamente vemos imágenes, también podemos leer impropiedades onomatopéyicas y una actitud relajada hacia los fragmentos de frase; los errores tipográficos sugieren que la nueva escritura está entre la escritura tradicional y la comunicación oral.

Yuni apunta que en el chat, en el correo electrónico y en el messenger se puede jugar con la identidad; es fácil cambiar la forma en que la gente nos percibe, porque todo lo que tienen es lo que tú les muestras. No miran a tu cuerpo y especulan. No oyen tu acento; todo lo que ven son tus palabras y los emoticones.

Existe el anonimato, te conocen por el nombre o “alias” que le das a tu personaje; de esta manera tienes un espacio amplio para que los usuarios exploren partes inexploradas de sí mismos.

Al respecto Paula comenta que no soy una persona que se inhiba.

“Es que siento que hay mucho ese prejuicio por Internet, y que todos van a ser otras personas y no es cierto; no es cierto eso, no existe tal prejuicio. Simplemente somos humanos y estemos con la herramientas que estemos siempre vamos a ser personas emocionales, siempre. En este sentido soy alguien que expresa lo que piensa y lo que siente lo dice en ese

momento. Entonces no me cuesta trabajo decirlo, puedo usar gestos, pero más que gestos uso mis palabras que son 'te extraño', o si están un poco distantes o si los percibo como fríos o los percibo que no están en el mismo canal que yo; en vez de enojarme, porque antes me enojaba, prefiero más trabajar el humor.”

Finalmente considera que en el Messenger y en el chat hay más “ja, ja, ja”, que de manera normal. “De manera normal, siento que nos limitamos un poco”.

De esa forma los emoticons abren un mundo de posibilidades de expresión de sentimientos, de emociones y de lenguajes. Es importante la tecnología, pero más, que podamos hacerla nuestra y que recuperemos mucha de nuestra capacidad de comunicación y de ingenio.

#### LISTA DE REFERENCIAS

1. [http://elpais.softonic.com/ie/27304/Emoticons\\_Mail](http://elpais.softonic.com/ie/27304/Emoticons_Mail), fecha de consulta julio 29 de 2006.
2. **NICTÉ-HA**, entrevista realizada el 25 de julio de 2006. Es una joven de 20 años, de cara redonda y ojos pequeños. Estudiante de la licenciatura en Geografía.
3. **PAULA**, entrevista realizada el 19 de julio de 2006. Es una joven de 21 años, de tez morena y amplia sonrisa. Estudia la carrera de Arquitectura en la UNAM; es la primera de dos hijos.
4. **TURKLE, SHERRY**, 1997, *La vida en la pantalla. La construcción de la identidad en la era de Internet*. Editorial Paidós, México.
5. **YUNI**, entrevista realizada el 23 de julio de 2006. Es un joven de 17 años, delgado, de ojos expresivos y muy sonriente, que quiere ser músico y diseñador gráfico.



300

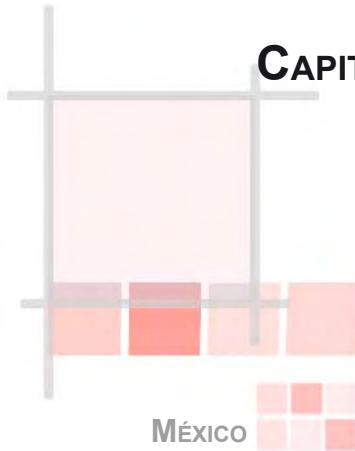
I P P 1 2 L

# CAPITAL EMOCIONAL Y EXPERIENCIA COMUNITARIA

Ejemplos para vivir el capital emocional

**Maria del Carmen Chavarría Amaya**

[marrycarm007@yahoo.com.mx](mailto:marrycarm007@yahoo.com.mx)



**Abstract:** *Se describen actividades comunitarias relacionadas con el Capital emocional, desde lo grupal hasta lo individual, reconociendo lo importante que son las festividades comunitarias, los proyectos institucionales, la orientación a los niños en sus emociones y en su futuro, lo importante que sería tener prospectivistas como gobernantes para poder invertir en el capital emocional.*

**Palabras clave:** Capital emocional, Seguridad Humana, emociones, mujeres, niños, Inteligencia emocional, cociente intelectual, prospectiva.

*Mi destino es una fiesta, mi pasado una lección.*  
**Reyli Barba**, cantautor chiapaneco. México

Para abordar el tema de “Capital Emocional” resaltando las emociones es necesario explicarlo desde la perspectiva psicosocial, la cual surge del análisis prospectivo de la doctora Guillermina Baena, derivado de la preocupación sobre la falta de reconocimiento de las emociones, de la carencia de manejo de las mismas y del cómo las manipulan otros núcleos en la sociedad global, para así saber cómo enfrentarlas en el futuro.

Simultáneamente identificando la ignorancia del ¿cómo? Invertir en nuestro capital emocional para el balance del diario vivir y para otros en el sobre existir.

#### INVERTIR EN CAPITAL EMOCIONAL

Enfrentar temas como la ira, la muerte, la risa como evasión llevan a ser concientes de la falta de inversión en el bienestar emocional de los que habitamos la tierra, en especial a partir de los traumas personales, las historias de vida, las crisis económicas, las crisis políticas y hasta los desastres naturales, además de los enfrentamientos bélicos y terroristas.

Por eso la necesidad de entender en el mundo capitalista la necesidad de la inversión en el “Capital Emocional”, la cual para sorpresa de muchos no es únicamente económica, es de tiempo e ingenio y en ocasiones, con poco esfuerzo.

Hablar de capital emocional nos refiere a la importancia de la Seguridad Humana, ya que capital emocional implica vivir en armonía con uno mismo, o sea con el propio ser humano, para poder vivir con respeto y gozar la diversidad de formas de vidas, del planeta y sus ecosistemas y todo lo que respalda la Seguridad Humana. El capital emocional implica que cada individuo, a su manera, sepa como enfrentar lo que la Seguridad Humana debe respaldar. La seguridad holística para llegar a la felicidad personal, así generar políticas mundiales e iniciativas de ley pensadas en los derechos humanos con sus tres generaciones.

En últimas fechas la Seguridad Humana ha sido planteada como una necesidad en el mundo, históricamente se plantea en la ONU desde 1994 tomando forma en 1999. La Organización de las Naciones Unidas la ha tomado como un punto primordial, por eso decide trabajar con el Nodo Latinoamericano del Proyecto Millenium de la ONU para tomar en cuenta una definición global sustraída del análisis de los integrantes por medio de una consulta délfica para su conceptualización, la cual es ricamente diversa, holística e incluyente:

*Seguridad Humana es el conjunto de circunstancias y condiciones que brindan el ámbito organizacional y funcional social, político, económico, cultural y natural sustentable en el que cada individuo puede desarrollar-*

*se, crecer, vivir con calidad, procrear en concordancia con el crecimiento demográfico esperable, perseguir y lograr sus metas en equilibrio con ese ámbito, que le permite el ejercicio pleno de la libertad con responsabilidad, y le otorga la posibilidad de ser él en sí mismo, y a la vez pertenecer armónicamente a una sociedad integrada al mundo. (Baena, 2004. Revista Prospecti...va No. 3)*

La Seguridad Humana tiene como campos fundamentales: Seguridad ambiental, seguridad económica y financiera, seguridad física y la defensa, la seguridad jurídica y normativa, científica y tecnológica y la seguridad funcional. (Baena. 2004, Rev.3)

Si bien es cierto que la Seguridad Humana es diversa, no avala el estado emocional individual de los seres humanos, por eso es importante preguntarnos ¿Qué está dispuesto a invertir el ciudadano o ser humano que habita en la tierra para salvar su salud mental, su bienestar emocional, por eso es necesario invertir en el capital emocional? Para ejemplificar lo que es el capital emocional en la sociedad vale recordar cómo las comunidades a pesar de su desarrollo urbano no pierden los motivos que les hacen olvidarse de problemas gubernamentales, económicos, sociales, personales, etc.

#### **CAPITAL EMOCIONAL COMUNITARIO**

Relataré el desarrollo de mi experiencia profesional y personal que se ha basado en tratar con habitantes de la Delegación Iztapalapa en la Ciudad de México, donde pertenezco por herencia de raíces y de sangre y conozco su desarrollo político, económico, social.

Mi padre, además, fue subdelegado de esta demarcación. El trabajo en un Distrito Electoral local en el área de capacitación me lleva a sustentar el desarrollo emocional de algunas comunidades que tienen identidad y solidaridad comunitaria, y hasta la fecha tratan y mantienen sus tradiciones y festividades como parte de su inversión de capital emocional.

En lo individual hay personas que no siendo lugareñas se unen a la preparación de estos eventos como complemento de sus distracciones comunitarias y gozan de la festividad con orgullo por su participación, ahora no sólo los que hacen las festividades son por honor familiar o quien tiene más dinero: es unirse a la fiesta para saber que perteneces a la comunidad, es parte de la participación comunitaria local.

Algunas personas en vez de gastar su tiempo pensando en problemas confiesan unirse con el vecino que pasa a tocar su puerta para pedir la cooperación anual y si no tienen dinero para dar su cuota, se unen a la recaudación y organización de la festividad para sentirse bien. Algunos mayordomos dejan que otros participen pues también en sus propias palabras:

expresan que deben descansar de los compromisos para que otros aprendan, pues no serán eternos y deben heredar las costumbres y tradiciones a los hijos, nietos o vecinos.

Conocer la transformación de los pueblos a zonas urbanas o colonias fue interesante (Iztapalapa, 1977), específicamente por su gente, pues hasta la fecha uno de los principales motivadores son sus fiestas patronales, como las de los 8 barrios del centro de Iztapalapa y los 8 barrios que veneran la imagen del Sr. Del Calvario de Culhuacan (Chávez, 1994), sus festividades de Semana Santa y Crucifixión en el Cerro de la Estrella (150 años, 1993), nuestras raíces prehispánicas como el fuego nuevo en el cerro de la estrella (Hernández Aurora), Los Fieles difuntos o Día de muertos y los entierros acompañados con banda o mariachis. (Romero.1994), las fiestas del Carnaval de primavera con charros, chinelos, bailando al compás de una flauta de carrizo y un tambor seguidos de una banda o mariachis como en los pueblos de San Lorenzo Tezonco (Romero.1993), Santa Cruz Meyehualco (Gallardo.1994) y otros Barrios y pueblos que festejan de similar forma (Llanos.1993).

Las tradiciones familiares como el compadrazgo por la petición de la novia para fijar fecha de matrimonio o pedir a los ahijados de bautizo con anticipación, implican respeto y casi rituales de afecto familiar eventos por los cuales se preparan y esperan con entusiasmo (Castañeda.1994).

No olvidemos las alegres fiestas patrias del 15 y 16 de septiembre con la ceremonia del grito, antes los habitantes hacían sus festividades montando desde los bailables hasta los carros alegóricos, declamaban, se arreglaban las calles con lazos engrapados con banderas mexicanas de plástico, Hoy se trata de rescatar esta forma de convivencia en las colonias, pero al parecer se desvanecen en lo local porque los habitantes tienen diferentes simpatías políticas o ideológicas.

Se rescata el baile, la ceremonia del grito y la niña reina de la festividad por parte de los comités vecinales, algunos festejan en el Zócalo o se van a la explanada de la Delegación. (Chavarria.2006)

*Entonces la alegría corresponde a un elemento mayor que una simple evasión, pertenece a la concreción de un ser que se permite asegurar un minuto de su vida libre de tensión, cuya capacidad es permitirse un momento para recordar que sobre las mismas cuestiones de inflación, tráfico y crisis económica aún se puede existir. (Eynar)*

Así, a pesar de la urbanización se resalta el conservar las festividades, sigue el estímulo comunitario de esperar cada año sus fiestas o eventos familiares.

Si bien lo podemos ver desde un punto sociológico o antropológico, lo más interesante hoy es que son actos de esperanza y estar en paz en comunidad, recuperar la felicidad y la alegría, para enfrentar las amenazas críticas dominantes, las crisis de gobierno Federal y local, incluyendo la económica, pues hacen eventos como bailes, kermés, rifas, etc., o en algunos casos ponen a engordar a sus animalitos y los sacrifican para los banquetes, así completan los costos de las festividades, y el santo patrón del barrio, del pueblo o de la Colonia, es motivo de fiesta esperada, pues pase lo que pase ellos esperan todo un año con entusiasmo, los días para disfrutar en familia de sus ferias, juegos pirotécnicos como los castillos, bailes con bandas, orquestas y grupos de renombre, reinados de las chicas que representaran las fiestas de carnaval (Gallardo.1994) y tomar un compromiso para el siguiente año. Se reconoce que las fiestas solían ser elitistas y de honor, pero pasaron a ser de esperanza para toda una comunidad, ocho días de movilización social, convivencia de un pueblo urbanizado y para los que, sin ser oriundos, se unen a esas festividades: la alegría de uno es la alegría de todos.

Aunque existen otras delegaciones con similar perfil, como Tláhuac, Xochimilco, Magdalena Contreras, Coyoacan, Tlalpan, Iztacalco, por nombrar algunas de las 16 que constituyen el Distrito Federal y a nivel nacional existen usos y costumbres, tradiciones y ferias en los 31 estados de la Republica, debemos tomar en cuenta la inversión de capital emocional de forma individual.

*La búsqueda de una plena, activa y propositiva participación es un valor ciudadano que contribuye a construir una cultura de paz. Es responsabilidad de cada persona y de cada sociedad luchar e impulsar los profundos valores de convivencia respetuosa.*

*La paz es un compromiso de todos, mujeres, hombres, niñas, niños y jóvenes, líderes del futuro. Es una lucha que implica acciones concretas a favor del respeto a la dignidad humana. Yo tengo un profundo compromiso con mi país, con mi pueblo, con los pueblos indígenas y con el destino de nuestra humanidad: por eso, tengo esperanza de que cada persona pueda dar algo de sí misma, por el bienestar de los demás. (Menchú, 2002)*

Si las tradiciones y costumbres, así como la autodeterminación de los pueblos ha servido para vivir en armonía, en comunidad, es necesario reconocer que pocos invierten en la parte individual de su capital emocional, ir más a fondo en el manejo de las emociones personales, en el enfrentamiento del diario vivir, en esa parte íntima que el Estado ha dejado hueca e inexistente por dejarla de considerar importante, por poner más interés y dinero en las elecciones presidenciales y nacionales, que en la maquinaria ciudadana que no ha tenido el

mantenimiento e impulso emocional más que para seguir siendo parte del mercado político, y sin embargo de ella misma ha nacido la orientación para enfrentar la inseguridad, la crisis económica, la emigración, la desintegración familiar, los desastres naturales, la soledad, el miedo, la orientación ante enfermedades terminales y ante otros aspectos importantes de la vida diaria, y en otras ocasiones ni enfrentarlas pues no saben cómo.

## RECONOCIMIENTO DE LAS EMOCIONES PARA ENFRENTAR LA VIDA

*Y cuando el amor tocó la puerta, el miedo se había ido...*

Una experiencia que me ha permitido conocer más de las emociones y de la importancia del capital emocional fue mi participación en el proyecto de Formación y educación ciudadana para mujeres, como parte de una práctica profesional (IEDF. 2004). Nos mostró cómo la ciudadanía sí se interesa en tratar de enfrentar sus emociones, si hubiera una institución que les orientara en el conocimiento y manejo de las mismas.

El taller fue comunitario, se impartió en Centros de Salud, Escuelas Secundarias, casas particulares, Centros sociales Comunitarios un grupo de consultoras de belleza de la Compañía Jafra (Lizbeth Garinian), un museo, Unidades Habitacionales, grupos de la tercera edad, en Iztapalapa.

Cabe mencionar que las dinámicas de los talleres se adecuaron a los variados públicos, pues la diversidad de edades, personalidades, y niveles educativos de cada grupo nos guiaron a implantar y a desarrollar varias cartas descriptivas, respetando la columna vertebral del taller y su esencia.

Aquí se utilizó el modelo pedagógico basado en la corriente psicológica del constructivismo, una construcción del ser humano que depende de los conocimientos previos o de la representación que se tenga de la nueva información, actividad o tarea por resolver desarrollando el aprendizaje que conduzca a procesos internos “auto-estructurales, donde lo aprendido sea producto de la reorganización interna de esquemas que propicien el conflicto entre lo que ya se sabe y lo que se debería saber, así, llegar al aprendizaje significativo, aportar a la persona nuevos saberes a los que ya posee.

El ejercicio del yo individual y el yo social fue uno de los ejercicios más fuertes: se trataba de que cada una se dibujara, algunas criticaban su físico, otras no se dibujaban y las más se sentían felices de recordar su infancia con el dibujo, cuando se les pedía que escribieran al lado de su dibujo sus virtudes y defectos y en otro extremo los derechos que conocieran, las

menos cumplían con estos conocimientos, la mayoría anotaban algún derecho y alguna virtud, pero resaltaban más defectos, otras nunca pasaron del dibujo, aun siendo orientadas. La realidad del ejercicio es que la mayoría de las mujeres no se conocen, e ignoran sus derechos, sólo sabían que podían votar, y en ocasiones, mencionaron que eso les era indiferente.

Aunque la misión era instruir a las mujeres en sus derechos políticos y cívicos, fue necesario utilizar dinámicas que las llevara conocerse a sí mismas, saber su lugar en la sociedad, comentar cómo son vistas por ellas mismas en su familia, en los medios, en la iglesia, en el trabajo, en lo político, en la escuela, informar sus diversos derechos, hacer un balance y saber qué deben cambiar para su superación personal, pues se despertaban muchas emociones al auto describirse, entre ellas la ira, la tristeza, la soledad, la impotencia, la vergüenza, el miedo, originadas por una cultura de sumisión y desprestigio a la mujer, y ante los enfrentamientos diarios de no saber lo que hacer cuando el gasto familiar no alcanza, no hay dinero para vacaciones, para medicamentos, para distracciones, para tener una vida más desahogada, para pagar las deudas, culminar una carrera, aunado a sus problemas personales, golpes, infidelidades, entre otras, claro, con sus excepciones, donde algunas tenían hogares sin conflictos extremos, bien sustentados. Algunas personas trataron de dar consejos de cómo salir adelante ante la situación personal, mostrando la solidaridad de buscar alternativas con las que ya habían pasado por situaciones similares.

Algunas explicaron que acudieron con terapeutas, otras sin dinero para ello mencionaron lo que hoy conocemos como Capital emocional: buscar una solución o canalización de sus propias emociones o problemas antes de caer en crisis y cómo enfrentar de otra forma sus emociones, incluso supieron como se identifican y como se llaman esos sentimientos.

Describo algunos ejemplos, pues los nombres de todas las personas no los recuerdo, sin embargo, al finalizar cada uno de los talleres siempre había quien deseaba seguir siendo escuchada o escuchado, algunos caballeros por su timidez, de manera privada expresaban recibir maltrato emocional o físico de sus cónyuges, siempre preguntaron por una institución a la cual acudir para ser apoyados, casi siempre se les daba la dirección del Modulo de Atención para la Mujer (MODAM), los caballeros querían acudir a una institución de hombres.

- Evitar que un deseo incumplido se vuelva trauma. Una mujer siempre quiso ser maestra, y para sentir que lo es, reúne por la tarde compañeros de sus hijos para ayudarles hacer la tarea.
- Para mediar su enojo evitando caer en ira y golpes. Antes de regañar a sus hijos por no obedecer, les daba de comer y los llevaban al parque para platicar con ellos.
- Ante la impotencia económica. Un par de vecinas para hacer rendir su gasto, se van a la central de abastos a recoger verduras.

- Desahogo de la ira ante su pareja. Un padre le explicó a sus hijas que estaban actuando como en las novelas, posteriormente tomó clases de teatro en el centro comunitario de su colonia, haciendo acompañarse por ellas.
- Sentirse serviciales y con un centavito. Una mujer que se jubiló joven del sector salud, cuida a bebés de 40 días a 10 meses. Empezó por sentirse acompañada y útil, así evitar la soledad y sentirme desbancada, ahora hasta le pagan y tiene quien le ayude.

Los anteriores son algunos testimonios que recuerdo con exactitud, y también recuerdo sus caras y sus expresiones de satisfacción y el gusto de compartir sus experiencias, hasta en forma de desahogo, expresando solidaridad y confianza para con los demás, diciendo que ellos también podían hacer algo mientras tuvieran vida, buscar soluciones.

En algunos testimonios se sentía cariño, amor, en otros triunfo y satisfacción. Algunas maestras de manualidades invitaron a acudir a sus clases a las personas que decían no poder encontrar alternativas a sus problemas, o que sufren de permanente depresión, hasta decir que pasarían por ellas si les parecía. Repetían esta frase, “nadie hará para ti lo que sabes que necesitas hacer”. Lecciones de inversión en su capital emocional, la inversión de evitar complicaciones emocionales en el futuro y evitar conflictos emocionales con los que los rodean.

“Las emociones son contagiosas”. Transmitimos y captamos estados de ánimo unos de otros en lo que equivale a una economía subterránea de la psiquis en la que unos encuentros son tóxicos y algunos nutritivos (Goleman.pàg.143). En verdad, el capital emocional también se contagia, si hubiera en los medios de comunicación programas de capital emocional, los ciudadanos estarían invirtiendo en su persona interior.

#### NIÑOS Y NIÑAS, SU CAPITAL EMOCIONAL, SUS PROYECTOS DE VIDA

*Me hizo enojar y lloré, siempre me quitaba mi torta, así que un día preparé una con todo y le puse una rebana de jabón blanco para que pareciera queso, ese día fui muy feliz.*

**Jesús María Ruiz. 7 años**

En años anteriores me he ocupado de los menores de edad, niños y niñas, durante el curso de verano llamado “El Toro y la Luna”, donde la danza, la creatividad, la imaginación y los derechos de los niños, aunado a conceptos aplicados de educación cívica, llevan a los menores a la convivencia armónica.

El 2 de noviembre de 2003, en día de muertos se manejó el miedo como un sentimiento que tenían que aprender a controlar, introduciendo el conocimiento de la muerte con una historia creada por ellos, hablada para su desahogo personal, se utilizó la improvisación, resaltando la seguridad de vivir sin miedo a la muerte, este taller surgió porque hubo notables fallecimientos entre nuestros vecinos. Como me conoce la mayoría de mis vecinitos, algunos me comentaron su angustia de morir, en esa ocasión manejamos con más entusiasmo el derecho a la felicidad, el derecho a la vida, utilizando narices de payaso para reír a la vida.

El evento más reciente fue el del 30 de abril de 2006, el cual retomó para resaltar el capital emocional de los menores, el cual esta en sus proyectos de vida. Se cuenta con sus cuestionarios que se aplicaron para respaldo de lo que escribo.

Cabe mencionar a las educadoras y padres de familia que me apoyan en la organización de los eventos, su experiencia de las que tienen especialidad en Psicología es notable, pues quedan mejor estructuradas las cartas descriptivas de los eventos y el manejo responsable de la información a los niños, incluso de los materiales y refrigerios que se les dan. Todos los niños solicitantes son recibidos, se cuenta con materiales escritos, fotografías y testimonios vivos.

En los niños existe la conciencia de lo que se vive a diario, y son los más hábiles para contestar, manifiestan si están felices o tranquilos y saben que desean y que no quieren.

Ellos eran quienes llevaban el ritmo de los temas, se les pidió que explicaran sus derechos, inventaron una canción, se les preguntó cuál es la noticia que más ha llamado su atención y que contestaran las siguientes preguntas:

- ¿Que deseo ser cuando sea mayor de edad? ¿Porqué?
- ¿Cómo me veo en 5 años?
- ¿Cómo me veo en 10 años?
- ¿Qué color me gusta más?
- ¿Qué le deseo a otro niño en este día?
- ¿Qué les deseo a mis padres?
- ¿Qué deseo para mi familia? (abuelos, hermanos, tíos, etc.)
- ¿Qué deseo hacer para salvar el medio ambiente?
- ¿Cómo deseo que sea la vida?

Se dieron dos opciones para contestar. La primera fue con cuestionario escrito y la otra de forma verbal. Los niños de 7 a 11 años prefirieron escribir, los de 12 a 14 años prefirieron contestar verbalmente.

Las respuestas son alentadoras, veamos algunas:

*La primera respuesta:*

Maestra, ingeniero en computación, doctora, médico, gerente de banco, policía, científica o darketa, educadora, bombero, veterinaria, una buena tintorera.

El porqué: el punto sensible es que todos desean servir.

**Como maestra:** para enseñar a los niños de primero a segundo año, y me gusta trabajar.

**Ingeniero en computación:** Para enseñar a los niños que en su escuela llevan computación y que los padres no los limiten en aprender por no tener dinero para una “compu”.

**La médico:** Quiere cuidar a los enfermos, pues hay muchos, que las personas no se enfermen, quiere tener un país sano, feliz y fuerte.

**Gerente de banco:** Ahí trabajaba su mamá, siente que es bonito trabajar en un banco.

**Policía:** Creo que ha de ser divertido, además, voy a cuidar la ciudad, me voy a sentir bien, por ayudar a la ciudad y a las personas.

**Científica:** Así podré ayudar a los enfermos, me gustan las matemáticas y la medicina.

**Darketa:** Ayudar a encontrar mi camino.

**Punketa:** Para ayudarme en mi religión.

**Educadora:** Porque es importante enseñarles a los bebés a caminar y hablar y verlos desarrollando, que sean mis alumnos y puedan hacer de todo.

**Bombero:** Para apagar los incendios de los bosques y apagar las casas que se incendien por la colonia y sacar a las personas de su casa que se está incendiando. Para ayudar a toda su familia y sigan viviendo en su casa felices.

**Veterinaria:** porque veo como sufren los animales o por ejemplo, cuando los tiran a la calle por que están enfermos de algo y luego los matan en la perrera.

**Tintorera:** Ser la que mejor planche y sirva a sus clientes del rumbo.

*Cómo se veían en 5 años:*

Cumpliendo 15 y casi saliendo de la secundaria, otros ansían estar en la prepa, otra terminando la primaria, otra en segundo de secundaria, una excepción va a estar haciendo deporte, otra en primero de preparatoria y se verá hermosa, uno más en primero de secundaria y otro en tercero de secundaria y más grande de estatura.

*Cómo se veían en 10 años:*

Casi terminando su carrera de maestra o de licenciada. Trabajando en una carrera de computación. Estudiando para su carrera y poder votar. Tendrá 18 años y estudiando su carrera Ya estaré trabajando de científica. Ya terminó su carrera será mayor de edad, votará. Trabaja la carpintería. Estará terminando su carrera.

*Los colores que más gustaron:*

Morado, azul, azul claro, rosa, amarillo, verde, negro, blanco, plateado, dorado, rojo.

*Deseos para otros niños:*

- Amistad, felicidad y que tengan paz donde hay guerra.
- Que los niños discapacitados se la pasen bien.
- Que los niños enfermos se mejoren.
- Que todos sean felices.
- Que san felices y que tengan mucha salud.
- Que los niños de la calle sean felices y que tengan preparación para la escuela.
- Que rían, amor, felicidad, salud.

*Deseos a padres y familiares:*

- Salud, amor, cariño y mucha felicidad.
- Que tengan muy buena suerte y siempre los apoyaré.
- A mi papá felicidad.
- Amor.

- Suerte, amor, amistad.
- Que tengan mucha vida de felicidad y salud.
- Mucha salud a mis papás, amor, amistad y salud, para que mejoren la educación de sus hijos.
- Familia; los quiero mucho, con todo mi cariño y les mando saludos y amor.

*Deseos para cuidar el medio ambiente:*

- No hay que tirar basura, hay que cuidar nuestro medio ambiente.
- No cacen animales en peligro de extinción.
- Que no corten las plantas.
- Diario voy a recoger mi basura.
- Que no contaminaran, no talar árboles, ni cazar animales.
- Voy a plantar una planta y un árbol.
- Regar las plantas.

*Cómo deseo que sea la vida:*

- Con menos robos y más paz en el mundo.
- Quisiera que el mundo sea un mundo de sueños.
- Que no haya rateros en la ciudad.
- Que no digan groserías.
- Sin robos, ni asaltos y que todos tuvieran trabajo y que no hubiera personas en la calle.
- Que sin ella no hubiera paz.
- Que no hubiera delincuencia y hubiera salud.
- Darle importancia a toda la vida, que haya empleos y salud y compartir nuestras cosas.
- Con más respeto, no asaltantes y no-violencia en las calles.

El capital emocional de los niños está en sus futuras realizaciones, pensar en su bienestar deseando un bien para ellos y para los demás, con fe, inocencia, y audacia de lograr lo que tienen en mente, lo que desde hoy abriga en sus sueños y corazones. Aunque saben las

noticias más relevantes, no se intimidan, al contrario acentúan más la atención en su felicidad que construyen día a día, saben de la violencia e inseguridad y desean paz.

Cuando sean mayores esperemos que logren desarrollar la habilidad de invertir en su capital emocional ante los acontecimientos diarios, todo ser humano debiera descubrir sus habilidades desde niños.

No necesariamente los chicos con alto Cociente Intelectual (CI) son los más inteligentes, pues en sus vidas futuras, necesitan más que un excelente académico, pues no son los más aptos para resolver problemas que implican el manejo de las emociones, ni los que tienen mejores relaciones amorosas, de amistades, familiares y laborales sanas. Esto implica que enseñemos a los niños a utilizar su cociente intelectual, con su inteligencia emocional para un desarrollo íntegro de su personalidad.

“Deberíamos perder menos tiempo clasificando a los chicos en categorías y más tiempo ayudándolos a reconocer sus aptitudes y dones naturales y a cultivarlos.” (Goleman. Pág.58)

Según Gardner:

“La inteligencia interpersonal por ejemplo, se dividía en cuatro habilidades distintas: el liderazgo, la capacidad de cultivar las relaciones y mantener las amistades, la capacidad de resolver conflictos y la destreza en el tipo de análisis social.” (Goleman. 2000)

## INVERTIR EN PROSPECTIVISTAS

*Hay un tiempo en que no basta con la inteligencia... hay que saber amar.*  
Carlos Fuentes

Esta información me lleva a pensar ¿Qué tipo de gobernantes tenemos? ¿Qué gobernantes debemos tener?, ¿Qué tipo de ciudadanos queremos ser? ¿Qué gobiernos deseamos y merecemos alcanzar? ¿En qué basamos nuestro Capital emocional?

Hacer ciudadanos ya no es sólo una tarea de Estado, ser ciudadano incluye reconocerse como un ser que siente, es una tarea conjunta de seres humanos, es mirar a través de los ojos del otro, sintiendo empatía por lo que se vive, es hacer personas libres, informadas, aptas para ejercer su derecho a la participación y a la transformación emocional. Eso quiere decir con educación, la cual se generará de manera cognoscitiva, no reproductora de las fatalidades, y de las ideas simplistas y dominantes. Esto se logrará cuando se reconozcan

como seres humanos, como hombres y mujeres portadoras de emociones que tienen la personalidad de ciudadanos.

Hoy, a pesar de que tenemos un gobierno institucionalmente estructurado democráticamente, no puede cubrir una necesidad que apremia en todo ser humano, su seguridad, su felicidad, su alegría, la cual queda en lista de espera y la necesidad de sobrevivencia hace que los más hábiles enfrenten con mayor facilidad la vida, mostrándonos a cada momento lo frágiles y vulnerables que somos, incluso en la economía se ve más marcada esa vulnerabilidad, por eso es importante el reconocimiento del capital emocional.

Así, como científicos sociales en el camino de la creación con creatividad de futuros con un amplio campo de posibilidades para transformar la vida de los seres humanos, apoyándonos en la prospectiva, están con el pensamiento sincrético y holístico con el que cuentan los prospectivistas, abiertos a la construcción de futuros deseables, futuros felices para todos.

Los prospectivistas son personas buenas, no tienen problemas con la vida, respetan a los demás, aman la vida, les gusta compartir, son serenos y alegres (Baena.)

Y yo complementaria que son personas que se preocupan por los demás, no compiten con nadie, son superación constante, nobles amigos, son almas grandes, agradecidos con la vida, no pueden sentirse extranjeros pues pertenecen al mundo y nada del mundo les es ajeno, son sensibles, observadores y simultáneamente activos, analizan ideologías y gobiernos, siempre van más allá del método y la herramienta, van creando futuros.

Una población que no esté sana emocionalmente, menos tendrá en el futuro gobernantes sanos, ni ciudadanos que sean capaces de invertir en su capital emocional. Merecemos descansar de la locura del poder, ejercer la noble política. Napoleón Bonaparte decía: "El que busca el poder acaba en la soledad," y los gobernantes así escriben sus destinos, además de sus personalidades de "camaleones sociales, dicen una cosa y hacen otra" (Goleman, 2002, Pág.148). Recordemos cómo están los expresidentes de nuestro país, en la soledad, con poco amor y valor a sus personas.

No podemos ser humanos a medio vivir, falta invertir en esa parte interna que cada uno tiene, en la espiritualidad, en la amistad, en la sonrisa, en el estar en paz consigo mismo, en el amor a sí mismo y para con sus semejantes, en sus relaciones de pareja y familiares, en las relaciones laborales, en mirar lo que el planeta nos brinda y respetar los diversos tiempos de vidas, ser tolerantes, y cada segundo de tiempo que transforma nuestras células, nuestro ecosistema, nuestros pensamientos, nuestras vidas, eso es parte de nuestro capital emocional, sentir que nos hace falta, pensar a donde queremos llegar y de que manera. Es importante saber que aún podemos soñar.

Y como dijo Rigoberta Menchú, Premio Nobel de la Paz:

El tesoro más grande que tengo en la vida es la capacidad de soñar en los momentos más difíciles, en las situaciones más duras y complejas, he sido capaz de soñar con un futuro más hermoso.

Quiero caminar sobre la Tierra y quiero gozar sobre ella los pocos años que me queden para vivir en pro de una causa grande. Creo que hay que sembrar nuevas utopías, reafirmar otras, para alcanzar la aspiración de justicia social y de dignidad humana que reclaman los pueblos.

Mis abuelos mayas me enseñaron que los sueños nacen con nosotros, pero todo sueño necesita ser cultivado y cosechado.

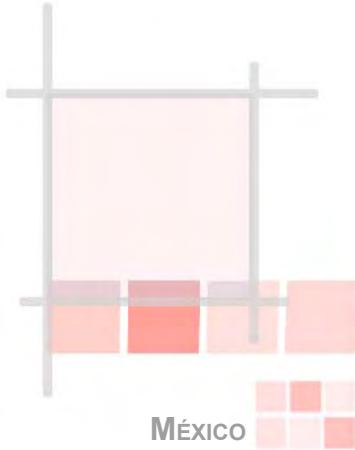
Yo sólo dejo que mis sueños caminen por el tiempo, para que la humanidad los cultive en su favor.

#### LISTA DE REFERENCIAS

1. **BAENA PAZ, GUILLERMINA**, 2004-2006, Directora de la revista digital *Prospecti...va Construyendo futuros*, cuya página Web puede consultarse en <http://www.metadata.org.mx/nodofuturomexico>
2. **BAENA PAZ, GUILLERMINA**, 2004 “Alexitimia Social, Ignorancia Emocional”, revista *Prospectiva...va* No. 4. Consúltese en línea. <http://www.metadata.org.mx/nodofuturomexico>. México.
3. **BAENA PAZ, GUILLERMINA**, 2004 “Análisis de las emociones básicas: Tristeza, Alegría, Ira, miedo”. Varios autores. Revista *Prospecti...va*, No. 4. Órgano oficial de la Red Escenarios y Estrategias para América Latina (Red EyE). Consúltese en línea en <http://www.metadata.org.mx/nodofuturomexico>, México.
4. **BAENA PAZ, GUILLERMINA**, 2004, “La Seguridad Humana como derecho emergente”. Revista *Prospecti...va* No. 4. Órgano oficial de la Red Escenarios y Estrategias para América Latina (Red EyE). Consúltese en línea en <http://www.metadata.org.mx/nodofuturomexico>, México.
5. **CASTAÑEDA OCAÑA, OFELIA**, 1994, “El Matrimonio en Aztahuacán. Tradiciones”, Late Iztapalapa II, cuadernillos, Editorial Litográfica Cisneros.
6. **CHAVARRÍA ROSAS, PEDRO**, 2006, subdelegado en Iztapalapa, siendo presidente José López Portillo, 1976-1982.
7. **CHÁVEZ MENDOZA, MARINO**, 1994, “La cuevita de Culhuacan”, Late Iztapalapa II, cuadernillos, Editorial Litográfica Cisneros.
8. **EYNAR, EDDIE**, 2000., “Reír por reír o cómo sobrevivir al siglo que perdió la razón (risa y televisión)”. Revista *Prospecti...va* No. 4. Órgano oficial de la Red Escenarios y Estrategias para América Latina (Red EyE). Consúltese en línea en <http://www.metadata.org.mx/nodofuturomexico>, México.
9. **GALLARDO, GABRIEL, PÉREZ, JOSÉ ÁNGEL**, 1994. “Añoranzas y Costumbres de Santa Cruz Meyehualco, Late Iztapalapa II, cuadernillos. Editorial Litográfica Cisneros.
10. **GOLEMAN, DANIEL**, 2000 “La Inteligencia Emocional”, editorial Gráficas Monte Albán, México.

11. **HERNÁNDEZ GARCÍA, AURORA**, “Leyenda del Fuego Nuevo”, Asociación de Profesionistas de Iztapalapa, Distrito Federal, México.
12. **I.E.D.F. (INSTITUTO ELECTORAL DEL DISTRITO FEDERAL)**, 2004, *Carpeta Didáctica para la Formación Ciudadana de las Mujeres en el Distrito Federal*.
13. **I.E.D.F. (INSTITUTO ELECTORAL DEL DISTRITO FEDERAL)**, 2001 *Ensayos*. Dirección Ejecutiva de Capacitación Electoral y de Educación Cívica. Primer concurso de Tesis, Ensayo y Cuento. México, D.F.
14. **DEPARTAMENTO DEL DISTRITO FEDERAL**, Dirección General de Relaciones Públicas. *Iztapalapa*, monografía, 1977.
15. **LLANOS PONCE, JUAN ENRIQUE**, 1993, *Persistencia del Carnaval en los Reyes, Culhuacán o “Lo hacemos por puro gusto”*, Programa Editorial de la Delegación Iztapalapa, Departamento del Distrito Federal, Proyecto Late Iztapalapa, Taller de Investigación y Edición Popular.
16. **MENCHU TUM, RIGOBERTA**, 2002, *Hacia una cultura de paz*. Editorial Lumen, México.
17. **ROMERO PADILLA, MARGARITA**, 1994, “De ofrendas Velorios y Difuntos”, Late Iztapalapa II, cuadernillos. Editorial Litográfica Cisneros.
18. **ROMERO PADILLA, MARGARITA**, 1993, “Mayordomías en San Lorenzo Tezonco”, Programa Editorial de la Delegación Iztapalapa, Departamento del Distrito Federal, Proyecto Late Iztapalapa, Taller de Investigación y Edición Popular.
19. **150 AÑOS, 150 FOTOS**, 1993, “Semana Santa en Iztapalapa”, Ediciones Armella, México.





## HUMORES Y DESHUMORES

Cómo asegurarse una vida sonriendo,  
sin tener que dar explicaciones

**Eddie Eynar Ruiz Trejo**

[luckygalan44@hotmail.com](mailto:luckygalan44@hotmail.com)

**Abstract:** *Ensayo sobre la importancia del humor y la risa para la humanidad, para la supervivencia y para la Seguridad Humana. Análisis de las maneras en que disfrazamos nuestras emociones influidos por los medios, la publicidad y los demás.*

**Palabras clave:** humor, deshumor, Seguridad Humana, emociones, risa, chiste, broma, catarsis.

Analizar la Seguridad Humana tiene sentido, si se tiene en cuenta que nadie conscientemente se pone a pensar qué tan seguros estamos, física, material y, sobre todo, mentalmente.

No al menos mientras no aparece en sus vidas un “gurú”, que les “dice” y les “señala” sus males espirituales, los cuales parecen estar esperando para ser señalados y asombrosamente procesados, para después ser acentuados, corregidos y aumentados, logrando un propósito claro: demostrar que el buen *homo ciudadanus del Siglo XXI* (principios), habita en una sociedad apta para encumbrarse en sus principios primitivos, donde el miedo impera, domina y juega hasta con la misma felicidad, para encerrarla dentro de sí en un mundo virtual exterminado por su autodescalificación y la visión cultural establecida sobre los principios de la autodevaluación, donde a nadie le gusta que le digan las cosas que pasan en su realidad.

#### AQUÍ EMPEZAMOS

Es aquí entonces donde se reafirma la vieja idea del escritor y periodista mexicano, Ricardo Garibay, quien en una entrevista a la “Beba Galván” en 1995 donde, tras reflexionar sobre la intelectualidad y su posición de llamar a las cosas y las personas por su nombre, dice:

*A la intelectualidad en México... procuro no tratarlos. Ellos son geniales, son talentosos, son hipócritas, son míseros, son intratables, hay que mantenerse lejos... y aunque pueda parecer duro caracterizado por ser una persona que siempre llama a las cosas por su nombre reafirmó... pasa un gato, y usted, ¡Mire ese gato!, ¡le dice por su nombre!, o ¡viene un canguro!, bueno ahí va un canguro... ¡por su nombre!... aunque haya personas que les ofende escuchar las cosas por su nombre, ya que siempre tiene un efecto... va ¡mire usted aquél idiota!... ¡Y se ofende!. (Ruiz Trejo, 1996, p.75)*

Y aunque parezca una agresión señalar la verdad, tal parece que el interior de la sociedad busca eso para encontrarse “segura”, en la agresión inconsciente a sí misma, por el placer de pertenecer a esa *sociedad segura* que habita en la constatación de autoagresión.

Conocer la no verdad para sujetarse a ella, o ser parte de ella para dejarse llevar por la inseguridad exterior, crea en el individuo una especie de coexistencia con el absurdo, que en algunas personas se refleja como si estuvieran viviendo su propia telenovela, su propia película, su propio videojuego, ¡pero nunca su propia historia!... ya que por “seguridad mental” se han quedado en el mismo “canal” sin atreverse a cambiar los esquemas que lo atan a la historia que les escribe el mundo y los convierte en actores de la comedia que no se imaginaron protagonizar, mejor conocida como su propia vida.

Hoy nos encontramos en el umbral del siglo XXI, y en estos primeros años, las enseñanzas han sido muchas, sobre todo cuando hablamos de la comunicación y los medios difusores de sus contenidos.

¿Por qué?, simple, porque a ninguno de estos medios, le interesó pensar que los sentimientos y las sensaciones pudieran ser los actores principales de la vida moderna y no solamente elementos de construcción en el uso de la comercialización publicitaria, donde se venden indiscriminadamente los deseos como si fueran jitomates, pues a los sentimientos se les atribuye el color rojo, el peso de las sensaciones y el precio de la inalcanzabilidad para los simples mortales, convirtiéndolos en un sueño, lo ven: como los jitomates... no nos confundamos; sí las novelas siempre hablaron de una historia de amor disfrazada de aventura espacial, donde el amor y la ira se llevaban el protagonismo, nadie vio en los sentimientos el posible soporte de la Seguridad Humana.

En ocasiones se nos olvida que habitamos bajo el régimen impuesto de los contratos sociales, los cuales, cada uno, se desarrollan dentro de su propio rol, donde la Seguridad Humana es parte fundamental de cada relación que asegura dentro de sí un equilibrio tan firme como la ironía de la firmeza. (¿por qué en primera persona?, porque todos de alguna manera somos parte de esta sociedad).

### SER FELIZ POR INSTRUMENTOS

La Seguridad Humana puede aferrarse a una sonrisa, un gesto amable una identificación con el vecino y que hoy en día es parte primordial en las enseñanzas universitarias en relaciones humanas cuando sugieren, proponen y hasta exigen sonreír, con un simple propósito: *ser feliz por instrumentos* (como si fuéramos aviones), es decir, mostrar buena cara en automático, para conseguir abrir las puertas de un trabajo o algo más simple, bajar la guardia a la persona que está enfrente, y quitarle la “cara de palo” a ese individuo que está de mal humor y que regularmente piensa más en la hora de irse a su casa que en atender al prójimo, para obtener un buen servicio solicitado, libre de malas caras y peores maltratos.

Esto recuerda un poco a esos cursos donde la modernidad imponía ser una “persona de excelencia” (suena a Miguel Ángel Cornejo\*, ¿no es así?), donde no importa cómo seas, lo urgente es que te conviertas en un “*lo que seas*” diferente, modelo de excelencia; por eso el cómico Miguel Galván, en una de sus rutinas donde interpretaba a un maleante en una cárcel decía:

*Yo he seguido los consejos para ser una “persona de excelencia” y me han dado mucho resultado, antes era un ratero cualquiera... mírenme ahora, yo seguí robando y de pasarme las noches en la delegación, ahora*

*ya estoy en el reclusorio, lo cual me convierte en un ratero de excelencia, que bueno que en México no hay pena de muerte si no sería un ratero de excelencia muerto.*

La codificación del mensaje o la ilustración de la corrección en el vivir, sólo han provocado el abuso del prometer, donde los sentimientos son clasificados y decodificados por los “motivadores” profesionales (no todos), como si fueran archivos listos para consultarse o desecharse, según sea el estado de ánimo en el que se encuentre cada persona.

Qué difícil es cuando se lucha contra la burocracia emocional y la administración de los afectos, donde lo primero que se presenta es la inhibición de la sonrisa, el temor a la vergüenza, el “¿qué dirán si sonrío?”, “¿me veré débil?”, porque así es como me enseñaron Hollywood y Televisa a comportarme... “no lloro”, “no suspiro”, “no siento”, “no sonrío”, “el temor a la realidad”, “y a ser juzgado equivocadamente”, pero qué difícil es entender que no es el prójimo el que se fija en nosotros, sino la conceptualización de los contratos sociales donde habita la fabricación de los sensaciones y los sentimientos construidos por los medios que habitan en el individuo.

La industrialización de la risa se ha convertido en una molestia llena de “invitados” que antes no estaban incluidos, y si llegaban era discretamente pero con una cualidad, el estilo, y no la mediocridad que impera de repente al manifestar un uso indiscriminado de la ironía, la grosería, el albur, la prisa burda, y el atentado burlón al contrario.

El humorismo tiene que evolucionar, pero no es necesario rebajarse para enfrentar el cambio. Si no estaríamos ante el fenómeno de la *deshumorización* del hombre, donde hasta la naturaleza y el tiempo agraden al hombre por ejemplo:

*¿Que le dijo el elefante al hombre desnudo?*

*“Interesante, pero como puedes levantar manías con eso...”.*

Y las mujeres no se quedan atrás:

*¿Cuál es la diferencia entre un hada y una bruja?*

*Cinco años de matrimonio.*

Siempre se habla del hombre desalmado o la mujer insatisfecha, esos personajes que atacan al prójimo y pasan por encima de los demás sin pensar en las consecuencias, pues

se valen de la inseguridad ajena para provocar desatinos, sin tomar en cuenta que se están convirtiendo en personas deshumorizadas, al ser protagonistas de sus mismas historias.

Pero una persona deshumorizada, la cual puede ser la que viaja junto a nosotros, o está delante de la fila reconceptualiza su existir, aún más, cuando este problema se presenta dentro de la misma familia, pues convierte su actividad común, en una “nueva” actividad cultural donde eliminan al igual que el placer, la sonrisa y el humor, confrontando su misma seguridad emocional, con la visión de su realidad distorsionada.

Algún filósofo en sus enseñanzas habló de un hombre al que todos veían como un loco, que tenía un letrero que decía “loco” y cuya cara se asemejaba a la caricatura navideña de un dibujo de aparador; así vivía en su pueblo sin que nadie se aproximara, hasta que un día un niño que no tenía familia se acercó y le preguntó por qué nadie la hablaba y le decían que estaba loco, a lo cual el hombre amablemente, mirándolo fijamente, le respondió, *“todos me consideran loco, porque soy el único capaz de reírme de la nada, de hacer reír a los demás y de no sentirme culpable por no tener motivo para reír”*, a lo cual el niño asombrado le respondió, *¿y cual es el pecado, si reír te hace feliz?*, el hombre le miró enternecido y le respondió: *porque no les gusta verse a si mismos felices, su habito es la presión, y ya se olvidaron que la risa es el motor para vivir sin rencor en el corazón, prefieren vivir viendo en el prójimo los deseos inalcanzados y evitan verse a si mismos con el espejo de la verdad.*

#### HUBO UNA VEZ LA RISA

Hubo un tiempo donde la risa era el principio de comunicación elemental para encontrar en el prójimo a un amigo o enemigo, la hostilidad era demostrada en la cara, la expresión, y la amistad siempre manifiesta en la mueca, esa que mueve quién sabe que tantos músculos, deja aún hoy ver si el prójimo viene en paz.

Desde que surgió la sonrisa como principio elemental de la comunicación entre las tribus y los habitantes de las cavernas, parece que lo único que ha cambiado es esa expresión de amistad, por un esto de frustración, que se ha convertido en un escudo constante contra la inseguridad física y emocional provocada por las complejidades a las que se enfrentan los modernos habitantes de la ciudad de México, quienes siguen deambulando por las “cavernas” del transporte colectivo, pasivos, serios, inexpresivos y perdidos en un constante ajetreo extravagante que ha eliminado la sonrisa y el buen humor de su expresión cotidiana.

Es hora de aclarar algo, la observación empírica y no la investigación teórica-práctica, la que puede determinar la observación del desarrollo y la interpretación de la Seguridad Humana en una sociedad sin rumbo fijo, pseudocontrolada por los medios informativos y regida por la publicidad abrumadora de las compañías de comunicación celular, que impone moda y línea.

La seguridad emocional quizás nunca estuvo tan cuestionada en otro momento de la historia como ahora; los impactos visuales y las disfunciones físicas eran atribuidos solamente a los milagros, a lo desconocido o a la simple casualidad, ya que los elementos del imperio moral regían todos los detalles que representaran una estabilidad mental, eso incluía al amor, la locura y sobre todo la risa.

Pero el humorismo, ese que identifica, el que provoca la risa, el que resguarda la espalda del triste y evade cualquier frustración en el abandono, parece estar en extinción. No porque se esté olvidando, sino porque en la actualidad se plantean escenarios caóticos que representan al mundo a través de la velocidad a la que nos obligan a ir, ¿que cómo es eso?, fácil: la comunicación moderna es digital, el viejo disco de marcado telefónico se quedó en el museo del recuerdo, los tiempos de espera para contactar a alguien son impresionantemente cortos.

Hoy el tiempo es relativo, la comunicación tiene que ser casi inmediata porque si no, no es consumible, no vende y por lo tanto es obsoleta. Habrá acaso alguien que recuerde cuando el teléfono empezó, al menos en nuestro país, donde la comunicación se limitaba al tiempo en que tardaba el dueño de la tiendita de la esquina, en mandar a alguien para decirle al vecino que le llamaban por teléfono. Bueno, al menos quedan los recuerdos de la historia sujeta a un mundo donde la confianza era el valor primordial de la seguridad emocional, basada en la ingenuidad y la transformación de las sensaciones.

En este viaje por los mundos desconocidos de la seguridad emocional y sus visiones humorísticas, será bueno conocer los diferentes ángulos del mundo, preguntarse desde todas las perspectivas, y conocer el cómo sería el mundo si las cosas no fueran como se ven, tal como lo hace ver Karla López Grimaldo en su artículo “Cómo sería el mundo si...”, donde refleja los humores que nos rodean y explican parte de nuestra existencia pero desde un ángulo inverso que proporciona un momento de reflexión.

*¿Alguna vez se han imaginado lo que pasaría si todo lo que conocen, lo que ha pasado de generación tras generación estuviera en un error, si todo lo que creemos conocer existiera de otra forma, que todo fuera diferente, si el mundo, el universo fuera al revés o al menos casi todo...?*

*Pues bienvenidos a ese mundo, a ese universo, a esa historia, en un lugar apartado de los demás, donde reina el poder de la imaginación y el poder de aceptar algo más.*

*Aunque también en este mundo hay buenos y malos, mormones, católicos, judíos y demás, y sí también existen Bush, Osama, Calderón y “El Gober precioso”, sólo que ahora se dedican a otras cosas.*

*Pues bien, la historia inicia en una gran fiesta, con personajes como Sombrero Loco, Bob Esponja, el Gato Félix, Vicente Fox y Cuauhtémoc Blanco, entre todos los personajes más zafados (sic), todos estábamos ahí reunidos y por supuesto también estaban los famosos seres humanos, animales y seres del espacio cómo “el Peje” quién asistía desafortunadamente.*

*También en esta fiesta se encontraban las guías de todas las religiones, como la Madre Teresa, líder de los budistas con sus guaruras las monjas, “las Carmelitas” y todas sus aliadas; del lado de los católicos estaba Sor Juana Inés de la Cruz, por citar ejemplos. Pues bien; ahora se dedicaban a enseñar a creer en una fe propia y en sí mismos, a no aferrarse a imágenes o cosas materiales, a encontrar a Dios no sólo en una iglesia, sino en toda su creación y claro, ahora las religiones son amigas por que saben que tienen el mismo Dios y que sólo le han cambiado de nombre por todo eso de las culturas...*

*Vivimos una realidad con gran diversidad de pensamientos, este es sólo uno de tantos (pensamientos), que simplemente los invita a cuestionarse a sí mismos y lo que sucede alrededor de ustedes, además de usar su imaginación porque cuando el hombre imagina, sueña.*

Y sueña con atreverse, tal como lo hace esta chica, quien basa su seguridad emocional en la reflexión del aparente absurdo, al romper los contenidos de la lógica e inventar un mundo diferente, que sujeta humorísticamente en la construcción de usos simbólicos extraídos de su cotidianeidad.

Dice James Lull (2005) que “*el conceptualizar al poder, más en términos de los símbolos y las actividades culturales globales, pone mucho más énfasis en la importancia de las emociones y sentimientos humanos, expresión humana y comunicación*”, para definir una idea del poder simbólico y lo que ello representa dentro de la comunicación cotidiana, que basada en la seguridad emocional, imbuje su efecto dentro de la sociedad.

### **CONSTRUIR EL CHISTE**

La construcción de un proceso humorístico para mantener la estabilidad, y salvar momentos difíciles en el acontecer diario, ponen de manifiesto cómo los símbolos son utilizados como recursos dentro de las construcciones contextualizadas de la estabilidad emocional, la cual nos sorprende cuando de la nada, viene lo inesperado, el chispazo que nos hace reír sin sentido y le permite a la imaginación crecer sin sentido, como en los buenos chistes, salidos de anécdotas particulares cotidianas:

*Una hermosa mujer joven sale de la ducha, se envuelve en una toalla y le avisa a su marido que ya puede utilizar la ducha. Cuando él entra en la ducha suena el timbre de la puerta. La esposa le dice que ella abre, y baja a abrir la puerta envuelta en la toalla.*

*Cuando abre la puerta se encuentra a su vecino Miguel, quien se queda boquiabierto ante la visión que se le ofrece.*

*Entonces, él saca dos billetes nuevecitos de 100 dólares y le dice a ella que son suyos si deja caer la toalla hasta la cintura.*

*Ella piensa, “¿por qué no?”, de modo que deja caer la toalla y coge el dinero. Miguel jadea ante lo que ve; saca rápidamente otros doscientos dólares y se los ofrece por dejar caer la toalla completamente.*

*La mujer piensa que ya había llegado bastante lejos, así que no importaba, y deja caer la toalla al suelo. Miguel la contempla un momento, le da las gracias y se va.*

*Cuando ella sube de nuevo, su marido que acababa de ducharse, le pregunta que quién había llamado a la puerta.*

*Ella contesta: “Era simplemente Miguel”.*

*“¿Y ha traído los 400 dólares que me debe?”, pregunta el marido.*

¿Que puede no ser cierto?, ¿quizá?, pero como anécdota es buena y sería fantástica que fuera cierta, tato como los relatos derivados del absurdo, elemento sin el cual muchas personas no podrían equilibrar su seguridad emocional.

Los humores en la construcción cotidiana no se limitan a llevar una vida semejante a la de una comedia, “El chavo del ocho” o alguna serie televisiva como “Friends”. Los ingredientes de la vida cotidiana reconfiguran el habitar individual.

No es lo mismo una aventura en metro, donde hay que resistir empujones y sobadas de propios y extraños a las siete de la mañana, en un horario real de 24 horas, que viajar por el tiempo, o digamos por continuidad televisiva en un programa de 30 minutos o una hora, donde los días y las horas pasan indiscriminadamente al igual que los lugares, como por arte de magia entre comercial y comercial, y hasta un embarazo, nacimiento, matrimonio, o paso del tiempo, se limitan a unos cuantos segundos enmarcados dentro del horario de la serie para darle continuidad a un relato televisivo.

Lamentablemente la vida real no es una historia contada por algún argumentista, porque nosotros vivimos, como dicen los términos tecnológicos actuales, en tiempo real, y la virtualidad se queda ubicada en la electrónica.

Por cierto:

*¿Por qué los elefantes no usan la computadora?*

*—Porque les da miedo el ratón.*

*“Los símbolos y las actividades culturales son mucho más abiertos, diversos y accesibles”* (Lull, 2005), de lo que cualquier buen observador pueda mirar. En la seguridad emocional, hay personas que son como libros abiertos, y que van por la calle contando su historia al primer extraño que se le atraviesa, es más, la codificación se completa cuando el extraño mira al primero y en vez de ofrecer una respuesta, le cuenta en silencio, desde los rincones más lejanos de su expresión, su vida, sin obtener respuesta alguno de su *intermirador*.

En términos de comunicación el bloqueo es simple, el emisor, encuentra a otro emisor y a ninguno de los dos les interesa convertirse en receptor, porque a ninguno parece importarle la vida del prójimo, sin contar que ellos son el prójimo.

Y es aquí cuando la paradoja comienza, la incomunicación remite al absurdo y la seguridad emocional queda en muy malas condiciones, no por que se le tenga que andar contando la vida a cualquier extraño, sino que a veces la vida no se la cuentan ni los propios conocidos o ni el individuo a sí mismo.

*Razones por las que un chico moderno no se entiende con su mamá al hablar de computación:*

- 1. Cuando el hijo le dice que necesitaba una tarjeta de video le pasó la tarjeta del Blockbuster.*
- 2. Cuando el hijo le dice que necesitaba un teclado le responde que a ella cuando chica le hubiese encantado haber tenido un piano.*
- 3. Cuando el hijo le dice que el ratón estaba malo porque no le corría la bolita, lo mandó al psiquiatra porque pensó que le gustaban los roedores.*
- 4. Cuando el hijo le pidió un scanner le preguntó si no me servía una radiografía que es más barata.*
- 5. La primera vez que el hijo le pidió una computadora le preguntó, ¿y el Atari que tienes guardado en el closet?*
- 6. Cuando el hijo le dijo que necesitaba un equipo multimedia, le pasó un colgador con calcetines mojados.*
- 7. Cuando el hijo le dijo que necesitaba un navegador le dijo: Hace 5 minutos querías un computador, ¿y ahora quieres un barco?*

8. *El colmo, el hijo le pidió: “Madre quiero conexión por cable” y le contestó, “lo siento pero ya contraté Sky”.*

9. *Cada vez que el hijo le dice que le llegó correo, dice: “Oh, ¿y qué le pasó al perro que no lo escuché ladrar?”.*

La cultura presupone cuestiones de conocimiento adquirido, y de ella se valen las situaciones para convertirse en alimentos de las emociones, si no, ¿entonces por qué han tenido tanto éxito los humoristas del llamado *Stand Up*, o cuenta chistes de escenario?

Ahí están los ejemplos: “Seinfeld”, una serie estadounidense de los años noventas, que provocó risa y más risas, relatando la historia de uno de estos humoristas, que no hacen más que contar la vida cotidiana de forma simple, irónicamente, podría decirse que “sin chiste”, ya que toman cualquier acción del acontecer diario y lo trasladan al escenario.

Decía Nelson Rockefeller, cuando ya era millonario y le preguntaron sobre el secreto de su éxito, “mire usted —dijo— para conseguir el éxito solo tiene que fijarse ahí, en eso... ¿no lo ve?, pues bien, *simplemente tome algo ordinario y conviértalo en algo extraordinario*, déle otra personalidad y entonces tendrá la seguridad que en eso, que nadie vio, está el éxito que todos buscaban”. (Carnegie, 1984).

Así, la seguridad emocional es la fuente más explotada por algunos humoristas, que viene dependiendo del principio básico de la observación cotidiana, o el escuchar con atención al mundo.

¿Ejemplos?, muchos:

*Esto son tres amigos que están en un parque y uno dice:*

*—Mira que casualidad, mi mujer fue al cine a ver los tres cerditos y tuvimos tres hijos.*

*Y otro dice:*

*—Pues la mía fue al cine a ver Blancanieves y los siete enanitos y tuvimos siete hijos.*

*Entonces el tercero se va corriendo, y los otros dos le dicen:*

*—¡A donde vas con tanta prisa!*

*A lo que el otro responde:*

*—¡Al cine, que mi mujer fue a ver los 101 dálmatas!*

Jo Jo Jorge Falcón (Humorista mexicano)

Oye, tú hiciste el amor con tu mujer antes de casarte.

—Yo, noo

—¿Y tu?

Yo sí, pero no sabía que te ibas a casar con ella.

Carlos Eduardo Rico (Humorista mexicano)

### RECONTARSE A UNO MISMO CHISTES

Otros son los que exponen la vida de diferente manera, son los que de la simpleza van hasta la distorsión de historias clásicas para traerlas a la vida actual, tal como acontece con los monólogos humorizados, este es un ejemplo:

*¿Qué le pasó a la Caperucita roja, para convertirse en cuento de ficción?*

*¿Alguna vez se han puesto a pensar en el tipo de cuentos que se les cuentan a los niños? Lo más curioso es que se los cuentan para que se duerman... ¿¡Cómo se van a dormir con la cantidad de barbaridades que suceden en los cuentos!? Espejos que hablan, asesinos en serie, ranas que se convierte en príncipes, entre otros...*

*Lo que más extraña es que los niños no se pasen toda la noche con los ojos abiertos.*

*Analicemos un cuento cualquiera: Caperucita Roja.*

*El cuento empieza diciendo que a Caperucita la llamaban así porque siempre iba con la misma caperuza puesta... ¡Hay que ser sucia! Desde luego, hay que ver lo ingenuos que eran en los cuentos, ¡no se cambiaban nunca, pero en ninguno! Ahí tienen a Heidi, cuatrocientos capítulos con el mismo vestidito... O a Pedro, que estaba todo el día con las cabras. Menos mal que los cuentos no huelen...*

*Pero sigamos: la abuela de Caperucita estaba en medio del bosque, enferma y sola. ¿Y que piensa la madre de Caperucita?...*

*“Pues ¡que se amuele!”. ¡En vez de mandarla al médico, le manda un pastel... ¡Quiere matarla con el colesterol que se tiene a esa edad!...*

*La madre de Caperucita era una psicópata. Porque, sabiendo que hay un lobo en el bosque, le dice a su hija:*

*—Caperucita, llévate tú el pastel a la abuelita...*

*¡Y manda a la criatura, vestida de rojo!, Para que cualquiera pueda verla de lejos... Eso sí, para disimular, le dice que si se encuentra con el lobo, no le hable.*

*¡Y es que los padres de los personajes en los cuentos eran unas bestias!*

*¿Se acuerdan de los de Pulgarcito, que abandonan a sus hijos en el bosque? ¡Pobres criaturas! Menos mal que Pulgarcito fue dejando piedras y encontró el camino de vuelta.*

*Sigamos con Caperucita, que, además de ser muy ingenua, no se asombraba por nada...*

*Al ir por el bosque, se encuentra con un lobo que habla y se queda tan tranquila...*

*Y es que la gente en los cuentos no se inmutaba por nada. A Cenicienta se le aparece un hada con un cucurucho en la cabeza, le convierte la calabaza en carroza, los ratones en pajes, y ella dice:*

*—¡Ah, qué bien!*

*Y, luego, el hada la manda a la fiesta pero le dice:*

*—A las doce en casa.*

*¿Pero, qué clase de encantamiento es éste?*

*“A las doce en casa”. Parece un encantamiento de madre, no de hada.*

*Seguro que Cenicienta le dijo:*

*—¡Pues a mis amigas les dejan hasta la una, hummm!*

*Y eso porque era una niña de antes... Díganselo a una niña de ahora y verán lo que te contesta: ¿Y para qué quieres que llegue a las doce, si a esa hora apenas estamos llegando a la fiesta?*

*Pero sigo con Caperucita...*

*¡Habíamos dejado a Caperucita con el lobo!... vaya numerito que monta el lobo para desayunársela, cuando se la pudo comer en el bosque nada más con verla; pues no: la manda por el camino más largo, se come a la abuela, se pone su ropa...aquí entre “nos”, yo creo que lo que quería era vestirse de abuelita. Para mi que el lobo no era tan feroz como lo pintan... porque en el cuento de los siete cabritos, ¡también se maquilla las patas de blanco para parecer una cabra...loca! Pero, bueno, ¿era lobo?*

*El caso es que cuando Caperucita llega a la casa, se encuentra al lobo en la cama. ¿Como pudo confundir al lobo con su abuelita? ¿Tanto pelo tenía la abuela?*

*El caso es que el lobo se come a Caperucita. Pero no pasa nada, porque llega un leñador, lo mata y le abre la panza. Y allí salen las dos...*

*Vamos a reflexionar un momento sobre esto, porque un detalle sobre el que siempre se ha pasado sutilmente: de la barriga salen las dos, la nieta con la caperuza, pero... ¿¡la abuela está en cueros!? Claro, porque la ropa la llevaba el lobo...*

*¿Qué pasa cuando los niños se imaginan esto?, La escenita es fuerte, ¿verdad?, a mi en lo personal "como que me da no sé qué", por que eso de ver a una anciana desnuda, no se ve muy estético en estos días.*

*En fin, amigos. Estos cuentos son base de nuestra educación, y todos nos hemos criado escuchándolos...No me extraña que estemos como estamos.*

*\*("Los cuentos", enviado por Anónimo el 2 Junio, 2005, 11:00pm; Monólogos Cómicos, Extraído de "El club de la comedia.com")*

## HOMO HUMORISTICUS

De acuerdo con diversas definiciones no teóricas, "el humor surgió con el hombre desde el comienzo de los tiempos, con el surgimiento de la historia, es decir, con la aparición de la escritura, el humor se convirtió de inmediato en un subgénero de la literatura".

*Definir al humor como una forma de cultura es confundir los términos: en realidad las formas del humor son sólo sus realizaciones prácticas, pero en realidad la tarea y la necesidad del humor son fenómenos tan humanos y ancestrales como el miedo o el instinto".*

*Existe una gran tentación a considerar al humor como un hecho de sobrevivencia, ante la gran magnitud dramática que conlleva el hecho de estar vivo, y sobre todo, ser consciente de la finitud y de que alguna vez desapareceremos como entes de esta realidad".*

*¿Es el humor una herramienta —de la seguridad emocional— para hacer más apacible ese camino? Puede decirse casi con seguridad que sí lo es. Y si en verdad es algo más complejo, no es nuestra tarea deslindar o determinar las características psicológicas que mueven a las personas al humor; hay que tomarlo, entonces, como una herramienta para hacer más placentero, más hermoso y más rico nuestro paso furtivo por la existencia".*

*Cuidado, eso sí, debido a estas propiedades, con considerar al humor igual a un escapismo o una evasión a semejanza de los divertimentos o los vicios, tales como las drogas, el alcohol. Si estamos en tren de comparaciones, se parece mucho más al sentimiento religioso que a cualquier otro, pero despojado de sus rasgos de solemnidad y tragedia".*

*El humor pone en su lugar relativo a las cosas y de ahí que las personas escrupulosamente serías lo consideren peligroso para lo que aparece, a priori, como ya indiscutiblemente definido y catalogado". (<http://www.mailxmail.com/curso/excelencia/tecnicascreacionhumor/capitulo8.htm>)*

No cabe duda que el rasgo cultural sobrepasa a la importancia del entendimiento emocional, de ahí el sentido del humor, ese que es tan diverso en cada persona, tanto como su capacidad para reírse del prójimo, o de sí mismo.

No es necesario a estas alturas pormenorizar en los distingos humorísticos de cada persona, si a ciertos individuos les parece graciosa una caída ajena, hay que ver la “gracia” que les causa caerse ellos mismos, y el estado de ánimo que les pone verse en una situación ridícula.

Los aspectos culturales pudieran referirse a toda una sociedad, por cientos de motivos diversos, pero en este caso, sería bueno apuntar sobre esos pequeños detalles que miniculturizan al individuo, sus aspectos familiares, sus costumbres adquiridas y sobre todo, el humor heredado por el entorno en el que habitan.

¿Si no?, ahí están los ejemplos de la historia, una vez más los contextos, una vez más, los ejemplos:

*Se cuenta que en la Francia de los “Luises” ante el descontento social y el no saber qué pasaba con el pueblo, María Antonieta preguntó:*

*—¿Qué le pasa al pueblo, por qué protestan?*

*Y alguien le respondió...*

*—Es que el pueblo tiene hambre*

*A lo que ella indiferente contestó:*

*—¿Tienen hambre?, ¿entonces que coman pasteles!*

Y la historia se encargó de contarnos el resto, lo que pareció una jocosa e irreverente broma real, no tuvo la gracia suficiente como para detener a un pueblo enfurecido que clamaba por igualdad, fraternidad y sobre todo libertad. (Es de todos entendido que las causas de la Revolución Francesa son totalmente ajenas a este artículo, y que esta cita ficticia o no, siempre refiere a la inconsciencia en el desconocimiento del sufrimiento ajeno, a partir de la comodidad propia).

Hoy en día esta interpretación diferiría tal vez de lo cómico o humorístico, pero la intención humorística relacionada con la seguridad emocional, no deja lugar a duda, en caso de ser

una cita con certidumbre, y abarcando los terrenos de las hipótesis empíricas, tal vez nunca hubiera abierto la boca, de haberlo sabido, la entonces reina de Francia.

Los enunciado y los discursos, además de exponer algunos puntos de vista, pueden presuponer otros muy diferentes, "...de tal suerte que un destinatario del enunciado o del discurso no pueda entenderlo sin haberlo aceptado" (Raccha, 2006, conferencia IIF, UNAM, México). Y en este caso tenemos otro ejemplo, curiosamente socorrido y entendido en muchos países, pese a la traducción de su contenido en diversos idiomas:

*El señor Rodríguez consiguió al fin que su hermano cuidara a su gato siamés mientras él hacía un viaje al extranjero.*

*El señor Rodríguez quería mucho a su gato, pero a su hermano no se le ocurrió lo mismo. En cuanto regresó de su viaje telefoneó a su hermano para preguntarle sobre el gato. A lo cual el hermano le dijo con brusquedad: "Tu gato ha muerto", y colgó. Durante varios días, el señor Rodríguez fue presa de un enorme desconsuelo. Finalmente, reunió fuerzas para telefonar de nuevo a su hermano:*

*—Fue innecesariamente cruel y poco cuidadoso de tu parte decirme que mi gato había muerto de un modo tan brusco.*

*—¿Y qué esperabas que hiciera? —repuso el hermano.*

*—Podrías haberme dado la noticia de manera más suave —repuso Rodríguez—. Primero, podías haberme dicho que el gato estaba jugando en el techo. Más tarde, habrías podido decirme que se había caído. A la mañana siguiente, podrías haberme llamado y decirme que se había roto una pata. Luego, al venir a recogerlo, me habrías podido decir que había muerto por la noche. Pero supongo que ser tan civilizado no va contigo. ¡En fin!... Por cierto, ¿cómo está mamá?*

*El hermano permaneció un momento en silencio, y luego respondió:*

*—Mamá está jugando en el tejado...*

En ocasiones, no tener que dar explicaciones, permite que la seguridad emocional se cubra de cordura, la vida tiene que explicarse, pero esta es una forma para no complicarse la existencia, tratando de dar explicaciones que le quiten lo simple al trascender diario.

Hasta el momento hemos venido tratando el cómo la simpleza no teórica, puede explicar el equilibrio emocional, sostenido desde los medios comunicativos escuetos, si tomamos en cuenta que estamos inmersos en una sociedad plagada por elementos de construcción comunicativa artificial a partir de la electrónica y la tecnología moderna, es fácil deducir cómo se ha visto desplazada la comunicación más importante: la personal, la directa, la que se vale

de palabras, estructuras orales, frases cuyas construcciones signifiquen una sistematización coherente y que determinen una “relación del sujeto humano, con su sistema de signos” (Cobley–Janz, 2004), aunque estos no sean tan simples de entenderse.

Es decir, en buen castellano: la comunicación directa, de palabra, de mirada firme, y de sonrisa franca, es la que menos se vive diariamente. Pretextos son muchos, pero nadie cuenta con que los motivos para sonreír son más que los pretextos.

El valor de la presión cotidiana, tiene cientos de orígenes. Se presupone que el *homo ciudadanus* tiene por consigna, ser la extensión de de las máquinas que maneja, frías, sin sentimientos, dispuestas a funcionar al activar el botón de encendido, y listas para ser apagadas cuando llega el final de la jornada laboral, sin posibilidad de ser cuestionadas, sin darse cuenta que al igual que esas máquinas computadoras, al término de su vida activa, simplemente se les desechará, pero siempre con una constante: al mimetizarse con su instrumento de trabajo, es decir, viajando todos los días en metro con cara de computadora...

Tal vez en nuestro país dejarían de transitar y continuaríamos justo donde estamos, en medio de cientos de mujeres y hombres contaminados por ciertos anuncios promocionados en los medios de mayor difusión, que los han convencido de consumir sus productos, por que son un conjunto de hombres impotentes y una millonada de mujeres insatisfechas.

La realidad es que todo queda en los símbolos, su conocimiento, y su entender diario desde la cultura de cada individuo, cuya vida anónima, hace que se pierdan diariamente, litros y litros de tinta, por los chistes no contados, cientos de páginas no escritas con las anécdotas dignas de ser registradas por el chistómetro de la humanidad.

Quizás algunos puntos de vista presenten atención a la indiferencia, pero la influencia sobre el sentido del humor, no tiene comparación, no se trata de pasarse la vida contando chistes, o buscando el chiste como si fuera el tesoro al final del arco iris.

#### **HACIA EL HAPPY END**

La simpleza de la seguridad emocional en las sonrisas, no está en que nos cuenten si fulanita o zutanita rememoran la partida de sus últimos centavos en libros o cuadernos para los niños; no está en sintonizar el “mejor” programa de chismes para ver si la rumbera de moda está siendo engañada por el “niño bonito” en turno, con la “vedete” más popular.

Tal vez ni siquiera está en la cantidad de dinero que alguien pueda contar para saber cuántos viajes hará en el metro, para tocarle las “pompas” a cuanta mujer se le atraviese. Pero lo que sí es seguro, la seguridad emocional no tiene que ser señalada, ¿por qué,

si no es culpable de nada?, o reflexionemos: ¿alguien por decreto decidió guardar los sentimientos comerciales en una bolsa escondida, en el fondo del cajón que nunca más se volverá a abrir?

Las respuestas sobre lo que necesita el mundo, o al menos las personas que habitan la ciudad de México para sobrevivir sin darle explicaciones a alguien, están en el sueño que necesita la humanidad para despertarse desde su interior con una sonrisa franca y espontánea.

*El estado de no observación es una niebla de posibilidades... el observador mira, la niebla se desintegra. Un acontecimiento se resuelve. Una teoría se convierte en un hecho. ¿Cuál es la verdad?, díganmela si la saben... y no les creeré... las cosas nunca son lo que parecen. (Aeon Flux, 2004).*

Y nunca son lo que parecen por que pese a todo, esta sociedad actual, postelectora, posmoderna, pos “quién sabe qué sea”, no es lo que parece. Ni son una secuencia de obreros sin alma, salida de la película “Metrópolis de” Fritz Lang (1928), ni son observación simple y sin sentido. Que ya nadie busque al payaso interno que todos traen dentro, es por conveniencia, pues en la catafixia de la vida, muchos prefieren dejar salir a su jugador de estrategias, al engañoso o engañoso y a su actor por excelencia que se reinterpreta de acuerdo con los roles que desempeña cada día, y que lo dejan sin tiempo para verse o respirar... Ante la falta de aire cualquiera se pondría de mal humor, por que siente que se le escapa la vida y eso pone de mal humor a cualquiera.

“¿Cómo asegurarse una vida sonriendo, sin tener que dar explicaciones?”. Puede que no conteste la pregunta sobre cómo adquirir la piedra filosofal del buen humor, pero sí, seguramente, hará reflexionar, cuestionar y sobre todo alimentar la esperanza para conocer el entorno del mundo que puede ser mejor, si se observa, se comprende y se aligera con una sonrisa que mantenga el equilibrio de tal forma que se capitalice emocionalmente.

*Sonrían, nadie quiere estar con un amargado, siempre vale más una sonrisa que mil lágrimas.*

## LISTA DE REFERENCIAS

1. BAENA PAZ, GUILLERMINA, 2002, *Cómo se desarrolla la inteligencia emocional infantil: guía para padres y maestros*, México. Editorial Trillas.
2. CARNEGIE, DALE, 2000, *Cómo ganar amigos e influir en las personas; el arte de la estrategia*, Buenos Aires. Editorial Hermes.
3. CARNEGIE, DALE, 2000 *Cómo superar las preocupaciones y disfrutar de la vida*, Buenos Aires. Editorial Hermes.
4. COLEY, PAUL Y JANZ, LITZA, 2004, *Semiótica para principiantes*, Buenos Aires. Editorial Longseller.
5. KLEIN, ALLEN, 2000, *Reír es sano*, Barcelona. Editorial Grijalbo Mondadori.
6. LULL, JAMES, 2002, *¡Help!, Cultura e identidad en el siglo XXI*, México, Diálogos de la comunicación.
7. MORÍN, VIOLETTE, 1991, *El chiste en Análisis estructural del relato*, México. Editorial Premia.
8. RUÍZ-TREJO, EDDIE EYNAR, 1996, *La comedia en la televisión mexicana: la interpretación de la mujer en La Beba Galván, en su sección entrevista*, UNAM, FCPyS, (Facultad de Ciencias Políticas y Sociales), tesis de licenciatura en Ciencias de la Comunicación, México.
9. RACCHA, PIERRE YVES, 2006, Conferencia. Instituto de Investigaciones Filosóficas, UNAM, México.
10. WATZLAWIC, PAUL, 2002, *El arte de amargarse la vida*, Barcelona. Editorial Herder.

## INTERNET

1. "Los cuentos". Enviado por anónimo el 2 Junio, 2005; *Monólogos Cómicos*, extraído de <http://www.elclubdelacomedia.com>
2. <http://www.mailxmail.com/curso/excelencia/tecnicascreacionhumor/capitulo8.htm>

## FILMOGRAFÍA

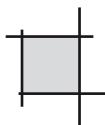
1. CHENG, PETER, 2005, *Aeon Flux* (Película, dibujos animados), Estados Unidos, MTV Home entertainment.
2. LANG, FRITZ, 1926, *Metrópolis* (Película, muda), Alemania, *Eine Ufa-produktion aus dem Jahre*.





# quiénes son los autores

I	P	P
1	2	L



336

I P P 1 2 L



**BAENA PAZ, GUILLERMINA.** Directora del Nodo Futuro México, Miembro de la WFS y de la WFSF, directora de la revista electrónica Prospecti... va construyendo futuros.

**BALBI, EDUARDO RAÚL.** Director de la Red Escenarios y Estrategia para América Latina.

**CARBALLIDO, NÉSTOR HUGO.** Investigador independiente. Candidato a Magíster Analista de Inteligencia Estratégica Director Nodo Buenos Aires. Red EyE–Escenarios y Estrategia.

**CARRASCO RODRÍGUEZ, NOÉ.** Contador, Estudioso de la cultura maya y de la espiritualidad.

**CHAVARRÍA AMAYA, MARÍA DEL CARMEN.** Lic. en Ciencia Política, UNAM, Coordinó una Campaña social con mujeres en Iztapalapa.

**CHAVARRÍA AMAYA, SUSANA.** Licenciada en Ciencia Política, Coordinadora de grupos sociales en la Delegación Iztapalapa.

**FERNÁNDEZ PEREIRA, JUAN PABLO.** Doctor por la Universidad Autónoma de Barcelona.

**GARRIDO, MIGUEL ARMANDO.** Director del Centro de Investigación para la Paz, de la Facultad Regional Resistencia, Universidad Tecnológica Nacional (Argentina), Director del Nodo Chaco de la Red Escenarios y Estrategia en América Latina.

**KANETY ZAVALA HERNÁNDEZ, SANDRA.** Maestra en Estudios en Relaciones Internacionales, Profesora de la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales, Universidad Nacional Autónoma de México.

**LEÓN-ARTETA, RÉGULO.** Ingeniero Agrícola, M. C. Esp. Educación Superior.

**MONTERRAT, GÓMEZ RAMÍREZ.** Licenciada en Ciencias de la Comunicación, FCPyS. Cuenta con un diplomado en Tanatología y su especialidad es el trabajo con enfermos en fase terminal, así como el análisis e investigación del concepto de muerte en el mundo contemporáneo. Ha escrito diversos artículos publicados en varios medios.

**MUÑIZ RANGEL, MARÍA DEL CARMEN.** Docente en la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales y en la Facultad de Derecho de la UNAM y en el Centro de Estudios de Posgrado e Investigación de la Universidad Latinoamericana.

**ORTEGA PIERRES, GABRIELA.** Profesora de la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales UNAM, politóloga, estudios en la Sorbona, Paris V y doctora en Antropología social y cultural.

**RAMÍREZ TREJO, MARÍA MAGDALENA.** Lic. en Ciencias de la Comunicación, UNAM. Reportera de varios medios.

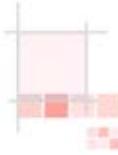
**RUÍZ TREJO, EDDIE EYNAR.** Comunicólogo, Productor de radio y televisión.

**SARTI CASTAÑEDA, CARLOS ALBERTO.** Antropólogo, Director Ejecutivo de Fundación Propaz, Guatemala.

**SERRA, JORDI.** Director de la Consultoría Periscopi, Barcelona, España.

**VALLEJO, DELIA SELENE DE DIOS.** Profesora de la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales, Autora de seis libros y artículos en particular del tema de género. Asesora del Instituto Nacional de las Mujeres.

## Licencia Creative Commons



### CONDICIONES DE USO DE ESTE PRODUCTO

Con todas las reservas de ley. Los derechos de los autores de esta obra —y los de los editores en cuanto a la publicación como conjunto— están protegidos por la licencia pública *Creative Commons*, que los mantiene como propietarios de sus textos (en el caso de los autores) y del diseño editorial de la publicación (en el caso de los editores), pero concediéndole al lector y usuario los siguientes beneficios:

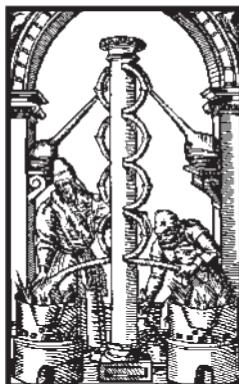
1. Permiso abierto para copiar la obra ilimitadamente en cualquier soporte, físico o digital.
2. Permiso abierto para distribuir la obra ilimitadamente, por cualquier vía, impresa, sonora, digital, electrónica o telemática.
3. Permiso abierto para extraer contenidos y utilizarlos, mediante la debida cita, con fines educativos, académicos o culturales.
4. Permiso abierto para utilizar públicamente la obra con fines culturales, educativos, comunicacionales, etcétera, siempre y cuando no se lucre con ella.
5. Permiso abierto para incluir la obra en colecciones, antologías, bibliotecas y como parte de otras publicaciones, siempre y cuando se haga de forma íntegra, o cualquiera de sus capítulos íntegro, presentando el diseño y el formato tal cual como se entrega aquí para el caso de la obra íntegra, sin modificar el diseño ni cortar el capítulo que se utilice y citando explícitamente el derecho de autor de los editores y de la coordinadora de la obra sobre el mismo.

La aceptación de esta licencia obliga al usuario a:

1. Notificar a la coordinadora de la obra y los editores sobre cualquier uso público o reproducción de los contenidos (para apoyar su seguimiento académico en cuanto a la utilidad de este producto de investigación). Deberá enviarse un mensaje explicativo a la dirección electrónica de la coordinadora de la obra, [monteroo@att.net.mx](mailto:monteroo@att.net.mx), o al de los editores, [metadatagcd@yahoo.com.mx](mailto:metadatagcd@yahoo.com.mx). Respecto al uso de los artículos por separado, deberá notificársele a cada uno de sus autores a sus correos electrónicos.
2. Incluir completa esta “Nota de condiciones de uso” en cualquier utilización que se dé a la obra, comprendida en los cinco puntos enumerados párrafos atrás. Cualquier caso no previsto en detalle por esta licencia (por ejemplo los usos lucrativos) deberá ser consultado con la coordinadora de la obra o los editores a la dirección electrónica ya citada. Para un mayor conocimiento de las investigaciones de la coordinadora de la obra puede visitar la dirección del Nodo Futuro México del Proyecto Millennium:

[<http://www.metadata.org.mx/nodofuturoMexico>]





*SEGURIDAD HUMANA  
Y CAPITAL EMOCIONAL*

terminó de producirse en el mes de  
diciembre de 2006 en los talleres virtuales de

**Metadata,**  
Consultoría y Servicios  
de Comunicación S. C.

Este título es producto de una extensa  
investigación financiada por el Proyecto PAPIME de la  
Dirección General de Asuntos de Personal Académico  
de la Universidad Nacional Autónoma de México,  
Facultad de Ciencias Políticas y Sociales.

La primera edición consta de 200 ejemplares  
iniciales en CD e incontables reproducciones  
digitales e impresas en línea y fuera de línea.

Coyoacán, México, D. F., diciembre de 2006.

<http://www.metadata.org.mx>  
[metadatagcd@yahoo.com.mx](mailto:metadatagcd@yahoo.com.mx)

Tel.: 56895148