

PSICOLOGÍA DE LOS SENTIMIENTOS

ODIO Y AMOR UN PARADIGMA
INSUSTITUIBLE DE LA
 $\psi\iota\chi\epsilon$ HUMANA

EMILIO ACOSTA DÍAZ



PSICOLOGÍA DE LOS SENTIMIENTOS

ODIO Y AMOR UN PARADIGMA
INSUSTITUIBLE DE LA
 ψ ΧΕ HUMANA

EMILIO ACOSTA DÍAZ

Psicología de los Sentimientos
Emilio Acosta Díaz
Primera Edición, 2008
San Juan de Pasto
ISBN 978-958-98155.7-1
Impresión
Impresores IMPRECOL
Tel. 7335996. San Juan de Pasto

Todos los derechos reservados.

No está permitida la reproducción total o parcial de este libro, la recopilación en un sistema informático, ni la reproducción por cualquier medio o procedimiento, sin el permiso previo y por escrito del autor.

El pensamiento que se expresa en esta obra es de exclusiva responsabilidad del autor y no compromete la ideología de la Institución Universitaria CESMAG.

A Luis y Teresa de quienes he
aprendido la grandeza del amor,
cuyo caudal conduce
inevitablemente a Dios.

PSICOLOGÍA DE LOS SENTIMIENTOS

CONTENIDO

| | Pag. |
|-----------------------------------|------|
| PRÓLOGO | 3 |
| CAPÍTULO PRIMERO | |
| COMPLEJIDAD DE LOS SENTIMIENTOS | 5 |
| En las relaciones | 6 |
| En la realización | 24 |
| CAPÍTULO SEGUNDO | |
| LA CONDICIÓN HUMANA | 37 |
| Odiar y amar desde la raíz? | 38 |
| Naturaleza humana | 47 |
| CAPÍTULO TERCERO | |
| SATISFACCIÓN Y REALIZACIÓN HUMANA | 67 |
| Ser y amar | 73 |
| Ser con y para otros | 76 |
| Ser es amar | 84 |
| Lo interpersonal y lo social | 91 |
| Los íconos del amor | 94 |
| BIBLIOGRAFÍA | 110 |

PRÓLOGO

Los sentimientos de los seres humanos, si se orientan por los senderos de amor, se convierten en fuerzas positivas que ayudan a construir la vida y si son negativos inhiben y deterioran gravemente el proyecto de ser humano a realizarse. Odiar y amar, son estas fuerzas que marcan una tendencia específica de la vida y en la medida que se hace conciencia de ellas contribuyen a monitorear las sanas relaciones humanas. A partir de esta realidad única y singular, la cultura establece lazos de estrecha unidad o estados agresivos de repulsión que modifican el comportamiento personal y social implicando un contexto particular, una familia o una comunidad.

Luchar por mantener un estado de sano de equilibrio personal, positivo y organizado en el orden social es una tarea insustituible de la inteligencia humana que sólo se hace si se vive en una experiencia de unidad y de equilibrio interior que es producido por el amor como

PSICOLOGÍA DE LOS SENTIMIENTOS

fuente motivadora de proyectos estables de vida a nivel personal y social, por la libertad y la voluntad que permiten perseverancia y compromiso.

La fuerza del amor integra, da unidad y construye, genera espacios de encuentro y de conexiones permanentes con el mundo, con las personas y con Dios; esta última es una relación especial a partir de la cual se construyen los sentidos y significados de la vida humana. Odiar será destruir, fragmentar y dividir. Amar por el contrario, ir más allá de los propios límites e integrar en una sola unidad al ser humano hasta alcanzar la felicidad. En las mentes nobles será el amor lo que supera y aniquila el odio hasta llevarlo al Amor de Dios.

CAPÍTULO PRIMERO

COMPLEJIDAD DE LOS SENTIMIENTOS

La psicología al estudiar con profundidad al ser humano descubre su complejidad en el comportamiento, en las relaciones interpersonales y en el contacto con el mundo que rodea a la persona. Su evolución genética y la relación constante con el ambiente hacen del ser humano un ser en permanente y sana relación con el mundo en el que vive, con los demás y con su sentido de trascendencia. Estar bien será entonces tener la capacidad de dar respuesta justa y adecuada en un estado sincrónico de relaciones. Esa es la esencia del alma ($\psi\iota\chi\epsilon$)¹ humana.

1. $\psi\iota\chi\epsilon$. En griego, significa alma; es una de las tres entidades del hombre. En el alma se hallan los instintos, sentimientos y emociones del hombre. El alma es más sensible que el cuerpo, ya que está en un grado mucho mayor.

EN LAS RELACIONES

Ni el hombre sumergido en la soledad ni la soledad sin la indescriptible complejidad relacional del hombre. Quizá esta sea una afirmación inicial que sirve como punto de partida para entrar en la complejidad humana y su relación con el mundo que lo rodea, con los seres vivos con quienes comparte este paraíso maravilloso de conexiones, de vida permanente en los nichos selváticos o en los desiertos áridos; de hermandad en la que es fácil estrechar una mano, sentir el calor del sol, el olor de las flores frescas de primavera, susurrar al borde de la locura una canción de amor o entrar en éxtasis pronunciando palabras estéticamente bellas; sentir el candor de una mejilla ruborizada por el paso asombroso de un instante indescriptiblemente maravilloso de tiempo o extrañarse observando la fugacidad de una estrella desintegrada a millones de años luz.

Los pensamientos, los sentimientos, las emociones, las palabras, la vida toda, es un torrente existencial que demuestra la perfecta interrelación y la certeza de

generar un proyecto de vida, que sin duda es excepción en el universo. Todo está interconectado, hace parte de una sinfonía única y singular que se extiende en la página del espacio y del tiempo; por lo tanto, el hombre no está sumergido en la soledad y en el vacío, abriga siempre la esperanza, la sensación y la presencia de otros a su alrededor que interpelan su existencia. Esta dulce sensación es insuperable se diluye por la infinitud de su microcosmos confundándose con su eternidad hasta construir el sentido de las cosas mientras va y viene en un ritmo suave la existencia agrandándose en medio de los demás.

La vida se mueve como un haz de luz, en una dialéctica de contrarios, en ella encuentra razones de unidad que son más evidentes cada día y que estrechan los vínculos profundos que jamás mente alguna se puede imaginar. Abundan los lazos de unidad que se extienden a lo largo y ancho de todos los puntos cardinales en la aldea vital.

El ser humano, criatura excepcional, provisto de inteligencia, conciencia de sí mismo y sabiduría, capaz de incidir en la transformación más grande de la naturaleza, en el proceso evolutivo interno que ésta tiene

establecido por sus leyes intrínsecas y en el curso eventual de su realización histórica es sin duda el creador de la cultura, generador de transformaciones sociales, ambientales, espirituales; en él se manifiestan las vivencias más íntimas y se incrementa el sentido de relacionalidad, en él se refleja el espíritu ávido de traspasar las fronteras del mundo conocido para lanzarse a una aventura singular guiada por la fuerza de la inteligencia y el deseo de ser cada día más, en un mundo desconocido o al menos de parámetros aún imponderables a la luz de la inteligencia y la razón.

Mas allá de las relaciones con el entorno que lo rodea, hay una realidad interna, en ella el hombre experimenta la más grande soledad y el dolor por la lejanía de los otros o la ausencia de Dios. Soledad que puede estar erradicando abruptamente la esencia de la vida y lanzándola sin piedad al abismo profundo y eterno del vacío existencial, de la indiferencia y del aniquilamiento total que se sumerge en el reino de la nada.

Todo hombre, cualquiera sea su condición y las circunstancias que lo acompañen, experimenta su existencia a partir de cuatro categorías fundamentales y

a partir de ellas puede lograr su propia explicación, su autocomprensión, su estado social, su congruencia e incongruencia con lo que lo rodea, con lo que hace parte de su contorno y de su entorno vital; también puede entenderse como ese ser abierto al misterio, a la Trascendencia, a la totalidad que no sólo justifica su razón de ser sino que proporciona ingredientes que dan sentido en el transcurso de la vida en un eventual lapso de tiempo.

El hombre, en toda su complejidad es un ser abierto, en proyección, inacabado, completamente por hacerse; su existencia es un reto permanente por «llegar a ser», anhelo insaciable que dinamiza toda su existencia; siempre se afana por ser, por vivir, se interpone ante las inclemencias de la naturaleza y confía en los proyectos pensables y ejecutables que su mente confecciona en contraste con las necesidades que lo rodean y la libertad que lo caracteriza; su inestabilidad y su deseo de seguridad lo ponen en un estado de emergencia, de transitoriedad que hace compleja su autocomprensión, porque más complejos son los principios que intentan explicarlo, determinarlo y justificarlo en un proceso dinámico de crecimiento y de desarrollo integral.

La primera categoría fundamental en la forma de existir, es la de estar *situado*. De esta y no de otra forma es posible comprender que se está en un escenario de acciones puntuales y significativas para seres humanos.

Se está en el mundo, se es un ser allí, ubicado en unas coordenadas concretas, ligado a la dimensión espacio temporal; la condición humana de ser evento que acontece en un espacio y tiempo, co-implica la totalidad de la propia existencia y la existencia de los otros en el ecosistema. Se trata de comprender lo que es el estado de relacionalidad sin perder la identidad en un escenario permanente de devenires múltiples.

Se es porque los demás también son, de eso no hay duda; se ocupa un espacio físico, un lugar determinado y unas categorías particulares que identifican y ubican al hombre en una dimensión espacio temporal caracterizada por una dinámica abierta.

PSICOLOGÍA DE LOS SENTIMIENTOS

El hecho de estar situados en un espacio y en un tiempo toca también con la interioridad y la fragilidad, propias del ser humano, en cuanto que para el hombre todo esto es efímero, pasajero; siempre lo acompaña el sentido de lo transitorio, él es por su misma razón de ser, peregrinante y provisional en una aldea que no le pertenece; está destinado a trasladar todos los días su tienda a otro lugar y a otro tiempo, que es y que puede dejar de ser a la vez; en este sentido, no solamente el hombre es ser para lo externo, lo es también para lo interno, para su mundo, el de sus complejas aspiraciones y frustraciones, el de sus sueños y fantasías, el de su tiempo que se escapa mientras desea anhelante nunca despegarse de sus aspiraciones mayores: su autorrealización, su felicidad, su eternidad.

En el mundo interno que lo embarga, se producen cambios significativos que se reflejan y externalizan a través del tiempo. La historia, que da testimonio suscinto de todo lo que en él acontece, es el mejor testigo de esta dinámica extraordinaria.

Pero, además, los seres humanos están inmersos en un espacio y en un tiempo lo que significa que el hombre

PSICOLOGÍA DE LOS SENTIMIENTOS

existe *encarnado* en una realidad histórica llena de aconteceres. Esta es la segunda categoría básica; a través de ella se expresa la existencia, se hace presencia en el mundo, en un cuerpo que experimenta las emociones, que mueve los instintos y los deseos hasta el delirio de ser para los demás que se expresa en acciones permanentes que generan cultura, es decir marcan a lo largo de la historia huellas inconfundibles, dejan rastros que otros pueden interpretar y leer a la luz de sus esperanzas y de sus propios temores.

El ser humano, a través de su cuerpo, lugar insustituible de comunicación, experimenta sus límites, comprende sus debilidades y siente la imperiosa necesidad de comunicarse con los demás en una actitud viva y dinámica; va más allá de sus profundas soledades, de los obstáculos y las barreras que lo aprisionan en una búsqueda insuperable de saciar la angustia y resolver el enigma de su propia muerte que lo aflige sumiéndolo en un profundo dolor.

Arrancar con fuerza el dolor que lo embarga y lo hunde en las profundidades de la ausencia de si mismo, de los

PSICOLOGÍA DE LOS SENTIMIENTOS

demás y de Dios es una tarea imperiosa e inacabable. La muerte como signo de división y de separación aterroriza y enfría las relaciones entre unos y otros, sorprende y corta los lazos más íntimos de comunicación. Esto al hombre no le encanta, por el contrario lo angustia, lo lleva a buscar desesperadamente formas de comunicación de las más variadas que le permitan asomarse a las fronteras de la eternidad y aferrarse de alguna manera al último eslabón de la razón.

La mente humana crece, asimilando los principios religiosos, éticos y culturales existentes en su entorno, las maneras y los modos de ser de sus semejantes; sin embargo, no permanece estática, produce innovaciones a partir de los aportes culturales de los individuos y las sociedades que forman una civilización como producto de una profunda relación con el medio ambiente, la cultura, el desarrollo biológico y genético, los procesos evolutivos intrínsecos y extrínsecos en un estado de armonía y no de indiferencia. Esto es lo que implica el sentido de unidad y encarnación con el mundo en el que se vive.

PSICOLOGÍA DE LOS SENTIMIENTOS

Hay una estructura biológica básica que genera desde dentro transformaciones permanentes, reconstrucciones progresivas y dinámicas que se proyectan en todas las dimensiones de la vida. “A medida que interactúa con su medio ambiente, el organismo vivo experimenta una secuencia de cambios estructurales hasta llegar, con el paso del tiempo, a formar su propio e individual itinerario de acoplamiento estructural. En cualquier punto de ese itinerario el organismo es un registro de sus cambios estructurales precedentes y, por consiguiente, de sus anteriores interacciones. En otras palabras, todo ser vivo tiene una historia. La estructura viva es siempre el registro de su desarrollo precedente”².

En el mundo en el que vivimos todo evoluciona, todo cambia, se autotransforma y transforma en la gran cadena de la vida. En este micromundo y macromundo de relaciones, la complejidad se convierte en la sinfonía mayor, estéticamente bien presentada, lista para escucharse en un escenario tranquilo y sigilosamente preparado. Ese escenario está provisto de un recorrido cuya huella bien conserva la mente humana.

² CAPRA, Fritjof. Las Conexiones Ocultas. Implicaciones, sociales, medioambientales, económicas y biológicas de una nueva visión del mundo. Barcelona: Anagrama, 2003. p. 63.

PSICOLOGÍA DE LOS SENTIMIENTOS

El grado de organización y progreso indica sin duda la forma especial de la estructura de la vida, de la conformación de las ideas y de los pensamientos. “Existe en el cerebro - sostiene Wilson y Lumsden - una notable tendencia a desarrollarse en un sistema en perpetuo crecimiento que combina innovaciones culturales e influencia genética”³, en el desarrollo de esta tendencia, emerge la conciencia individual que es la que asume la responsabilidad de reflexionar en sus propios problemas y de resolver los conflictos, así su crecimiento y su desarrollo estén programados biológicamente tomando para sí una cierta dirección en vez de otra.

El sentido de unidad que se encuentra en el desarrollo de la vida humana, demuestra la capacidad de relación y atracción que todos los seres mantenemos entre unos y otros.

Hay una conexión íntima e inteligente con el universo, nada está aislado, todo está sincronizado. “Así pues, la cognición no es la representación de un mundo con

³ WILSON, E.O. Il fuoco: Sulla Natura humana. Bologna: Zanichelli, 1980. p. 61.

existencia independiente, sino más bien el alumbramiento continuo de un mundo mediante el proceso de vivir. Las interacciones de un sistema vivo con su entorno son interacciones cognitivas, y el propio proceso de vivir es un proceso cognitivo. En palabras de Maturana y de Varela, *vivir es conocer*"⁴.

Estamos profundamente relacionados con el mundo que nos rodea, con las personas que están a nuestro lado y encarnamos el espíritu, en una realidad que ayuda a construir, a dar identidad y sentido a la existencia en cuanto tal.

Una tercera categoría considera que el hombre existe *relacionado*. No sólo se existe situado y encarnado, se es un ser necesitado de relación en armonía sintónica; se es de los demás y para los demás; la vida tiene sentido porque los demás tienen sentido con y para con los otros. "El hombre - afirma Barash- tiene tendencias innatas que se identifican con las satisfacciones y los placeres personales que se han transmitido en la evolución genética para mejorar nuestro proceso de adaptabilidad. ¿Por qué encontramos satisfactorios

⁴ CAPRA, Fritjot. Op.Cit., p. 64.

ciertos comportamientos como el sexo, los alimentos, el descanso, el respeto de los otros, la comodidad física, el poder y la autonomía personal, los movimientos coordinados, nuestros resultados positivos y los de nuestros hijos?; son todos placeres que contribuyen en la construcción de nuestra idoneidad personal, para esto hemos estado seleccionados, para comprometernos y obtenerlos. Los encontramos maravillosos”⁵, porque los experimentamos y los vivimos con los demás y para los demás. La vida así deja de ser una soledad y se convierte en una fiesta en la que los deseos de felicidad son ráfagas fugaces de tiempos que se anhelan infinitamente.

La existencia es, querámoslo o no, compartida con otros, en un grupo social, en una comunidad, en una familia, si así se quiere, se puede afirmar que: en el ser humano no hay espacio para la soledad y el abandono total, excepto que ésta sea una opción irrefrenable. “La soledad es la negación de la naturaleza del hombre, definido en términos de socialidad. Nunca el hombre es más social, en el sentido de participar del otro, que cuando se halla en estado simbiótico, en el periodo de gestación”⁶.

⁵ BARASH, D.P. Sociobiología e comportamiento. Milano: Angeli, 1980. p.268.

⁶ FLINKER, Pedro. Comprenderse a sí mismo y entender a los demás. Madrid:

Todos los comportamientos individuales que se desprenden de nuestra existencia afectan la relación con otros, son expresión de nuestra interioridad y de la capacidad de autoproyección que nos acompaña.

En la condición humana hay una realidad interna que genera comportamientos particulares; su origen está en la psiquis de cada individuo y gozan de ese sentido personal que a pesar de lograr un alto nivel de unidad con otros no hacen perder la identidad propia. Por ejemplo, “en los momentos de mayor intimidad - de la pareja- bien adaptada a la vida conyugal, las escenas amorosas constan de la repetición de gestos aprendidos en la relación infantil con la madre enriquecidos por el mecanismo psicobiológico de la genitalidad, de providencial y automática finalidad procreativa”⁷.

En esta línea es claro lo que Freud denominó: «inconsciente» que a pesar de los aportes de las ciencias aún no ha sido despejado y que en él se guarda el secreto más profundo de la vida del hombre; definitivamente aquí permanecen unos cuantos secretos sin desvelar; “el inconsciente no es sólo una reserva de vivencias o de

Ed. Paulinas, 1982, p.40.

⁷ Ibid., p. 41.

PSICOLOGÍA DE LOS SENTIMIENTOS

deseos pasados, olvidados y reprimidos... está constituido de material psicoafectivo animado de un poderoso dinamismo vital. Es energía latente, mantenida bajo presión, por el propio individuo por temor a que se den explosiones destructivas”⁸.

Nuestro ser tiene sentido en la medida que transamos y afianzamos relaciones, compartimos, sufrimos con, amamos con y vivimos con; todo esto a partir de reacciones que tienen su base en el carácter particularizado de cada individuo que no tarda en hacerse expresión para los demás.

La conciencia nos permite reflejar las acciones, elaborar un lenguaje provisto de ideas, de pensamientos de normas éticas y de principios morales que tienen un espacio en la cultura iluminados a través de los juicios y de la capacidad de autocomprensión que caracteriza la manera de ser y de existir.

En la Psicología moderna se descubren tres necesidades básicas que si pudiéramos satisfacer llegaríamos a ser

⁸ Ibid.,p. 55.

PSICOLOGÍA DE LOS SENTIMIENTOS

menos neuróticos y las relaciones interpersonales gozarían de la paz y de la tranquilidad esperada por todos los vivientes.

Una de las primeras necesidades básicas que la psicología propone es la de amar y ser amado: ser amado por alguien, ese alguien es otra persona, la familia o los que derrochan afecto, alimento de la existencia humana.

La segunda gran necesidad básica es la del estímulo (el sano estímulo) como reconocimiento de logros y fracasos; la sociedad actual aparece en muchas ocasiones como un sistema carente de estímulos.

La tercera dimensión es la necesidad de ubicación, se trata de estar en lo que nos gusta y para lo que tenemos habilidades, no hay nada más terrible en el ser humano, que descubrirse, sin posibilidades de realización. Lo nuestro es un juego desubicado de relaciones que mantiene una sintonía, sin la cual no podemos vivir para y con los demás; la incapacidad de relación es signo de pobreza humana y de falta de identidad, es lastre de afecto que traumatiza y descontrola la dinámica de la vida.

PSICOLOGÍA DE LOS SENTIMIENTOS

El hombre existe *re-ligado*. Esta cuarta categoría no puede ser eliminada del sistema de relaciones del hombre. Sin esta dimensión relacional con el Absoluto, de apertura al Trascendente, de tendencia hacia Dios, no puede entenderse el enigma del hombre, no tiene significado su existencia porque pierde el sentido de totalidad y de destino.

El ser humano jamás está limitado a su propia condición biológica o neurológica, es capaz de trascender y buscar el Absoluto, el estado de búsqueda es parte de su grandeza y el reconocimiento de su ingrata finitud y limitación; de esta manera no sólo existimos situados, encarnados y relacionados sino que estamos abiertos al Absoluto, entretejemos y construimos nuestra vida de cara a Dios, estamos llamados a la Trascendencia.

Karl Rahner decía: “el Otro no es una dimensión que cualquiera puede eliminar del esquema antropológico, el ser humano no puede sacar a Dios de su existencia; aquel que está infinitamente por encima de nosotros también está dentro de nosotros, y la más alta cumbre de nuestra vida espiritual y física está sumergida en su propia actualidad. Si sólo somos verdaderamente reales

en El, es porque El comparte su realidad con nosotros y la hace nuestra”⁹.

Al descubrir su sentido de trascendentalidad el hombre se encuentra con el Otro, realidad que está presente en él mismo; en la medida en que es más conciente de su otredad, más cuenta se da de la realidad que lo rodea y más clara aparece su identidad, su diferencia y en ese sentido mucho más integradora es la fuerza que le permite ser más y mejor humano; éste es el sentido de la búsqueda de su unidad en la pluralidad del universo. Por esa razón aparece como fantástica la relación del hombre con Dios expresada en el canto, en la poesía y en la oración. Anhelamos estar cerca del amado y no descansamos hasta encontrarlo.

Todas las culturas de la tierra han manifestado de la forma más elevada y más simple esta relación, acudiendo a todos los medios posibles para manifestar ese encuentro de intimidad con Dios y con su propio ser; los rituales, la liturgia, la música han servido como

⁹ MERTON, Thomas. El Hombre. Madrid: Plaza Janés Editores, 1966. p.106.

vehículos en esta aspiración sin precedentes; hasta aquí se evidencia el esfuerzo del hombre y entonces aparece el recurso a lo mágico, lo estrambótico, lo sublime manifestado en el ritual y las artes como muestra de ese deseo de alcanzar con la razón el misterio de Dios y compaginarlo con el del hombre para satisfacer los profundos anhelos de éste, que de otra manera serían inalcanzables y frustrantes.

En una experiencia singular, propia de la inteligencia y la sabiduría humana, más allá de los límites existenciales y en una comprensión serena de la vida y de sí mismo, hay otro fenómeno que lo más alto de la inteligencia humana alcanza a descubrir, se trata de reconocer la acción de Dios en las creaturas en tanto el las ha amado primero y su amor las motiva a invocar su sentido de trascendencia. En este descubrimiento se encuentra la gratuidad del Absoluto, el amor manifestado en las semillas de eternidad que crecen en lo más íntimo de la conciencia desde donde se reconoce el amor de Dios cercano a sus criaturas y con quien tiene un diálogo permanente, esto es lo que produce felicidad. Darse cuenta que somos amados primero por Dios es descubrir que la vida tiene sentido en una acción unificada que conduce solo al amor y al amor de Dios.

EN LA REALIZACIÓN

La comprensión de la complejidad de la vida humana no admite fragmentaciones, divisiones o definiciones; ella misma es un misterio en la gran cadena de la vida, su relación e interdependencia marca la especificidad y a su vez demuestra la grandeza de la dignidad sobre las creaturas como la responsabilidad sin límites que tiene sobre el equilibrio del ecosistema.

La relación con sus semejantes, con la naturaleza y con Dios determina el estado de armonía que el hombre pueda realizar con los otros, los que están fuera de su mundo y de su proyecto existencial. "Las sociedades tienen su vida propia; ésta se halla basada en la existencia de ciertas fuerzas productivas, de condiciones geográficas y climáticas, de técnicas de producción, de ideas y valores y de cierto tipo de carácter humano que se desarrolla en esas condiciones... Habitualmente los hombres de cada sociedad creen que el modo de existencia suyo es natural e inevitable... creen que un cambio básico en su modo de existencia llevaría al caos

y a la destrucción”¹⁰.

Los contemporáneos como todos los demás hombres que han avanzado en el surco de la historia, han cultivado siempre una luz de esperanza que justifica sus afanes y su deseo de perfección, “la esperanza acerca de la perfección del hombre sobre esta tierra y de su capacidad de construir una sociedad buena es uno de los rasgos más característicos y únicos”¹¹, del hombre de nuestro tiempo; no se puede olvidar que muchas cosas han cambiado y que su destino contrasta, sin duda, porque también contrastan muchos valores que siendo parte de su entorno actual no son valores que lo engrandecen y lo hacen más digno, sino que lo deterioran llevándolo a un estado lamentable de servilismo y de falta de entusiasmo.

Para comprobar esta deplorable situación basta mirar la difícil encrucijada en que hoy vive gran parte de la humanidad a causa de la negación voluntaria o la violación de los derechos humanos fundamentales.

¹⁰ FROMM, Erich. ¿Podrá sobrevivir el Hombre?. Madrid: Paidós, 1984. p.14.

¹¹ Ibid.,p.21.

PSICOLOGÍA DE LOS SENTIMIENTOS

Pensar en los derechos humanos fundamentales es recordar la tarea insustituible de compartir la vida con los demás; a partir de ellos se entiende que somos hermanos; el abandono y el incumplimiento de los mismos será hacer visible una situación social conflictiva y dejar que aflore una tendencia negativa, necrófila, una tendencia destructiva y aniquiladora en medio de lo bueno lo bello en la sincronía de la vida.

La descomposición familiar y social es apenas una muestra de la realidad conflictiva y desconcertante que vive el hombre al margen de la historia de vida que está llamado a construir. Es un «cáncer social» que produce avalanchas incontenibles de odio que vulneran el sistema social dando lugar a diversas expresiones de conflicto social, de sufrimiento y de rupturas innecesarias en el corazón de la unidad familiar.

Las manifestaciones de odio, de destrucción y de muerte a las que asistimos permanentemente, en los micro y macrocontextos sociales, son testimonio vivo de esta realidad que obnubila las aspiraciones más profundas de paz, de justicia social y de fraternidad que

PSICOLOGÍA DE LOS SENTIMIENTOS

tiene el hombre actual y que es aspiración permanente de la conciencia social de los pueblos. “En los días actuales asistimos perplejos a una lenta pero segura destrucción de nuestro mundo. Ya destruyeron la floresta. Secarán los ríos. Envenenaron la tierra. Envenenados están, el aire que respiramos. Los alimentos que comemos, el agua que bebemos”¹² .

La vida está en un proceso dinámico de cambio y transformación, en ella hay una fuerza interna imprescindible que orienta positiva o negativamente. Cuando la orientación es negativa se genera una tendencia a la destructividad y a la muerte, el destino final está lleno de fatalidad; se manifiesta en la contaminación de las ciudades y campos, en el estrés, en la carrera incontrolable y sin sentido de un sitio a otro, hasta el punto de convertir al ser humano en un organismo enfermo, carente de anticuerpos e incapaz de superar las crisis grupales convertidas en epidemias que atentan contra la integridad física, psíquica y espiritual.

¹² FINKLER, Pedro. Op. Cit., p. 9.

PSICOLOGÍA DE LOS SENTIMIENTOS

Además de esta realidad insostenible en la carrera del progreso y el desarrollo de la civilización aumenta el «cáncer espiritual» reflejado en el indiferentismo por lo espiritual, lo ético, lo religioso y lo humano.

La distancia afectiva entre unos y otros pone en un estado de crisis y de vacíos insoportables hasta el punto de crear una especie de «agujeros sociales» que traumatizan la existencia humana sana y equilibrada.

Entre mayor sea la distancia afectiva entre unos y otros, más se pierde el horizonte de comprensión y se desensibiliza el actuar, la relación y el ejercicio de encuentro interhumano.

El avance, la proliferación y el desarrollo de las ciencias, sin tener en cuenta las necesidades y el servicio del hombre, en las últimas décadas, permite vislumbrar caminos oscuros para el hombre, en tanto lo somete a un estado de adormecimiento y pérdida del sentido de la vida y de los actos en beneficio de la humanidad.

La sobreabundancia del dolor inducido eleva el umbral de la sensibilidad humana dejando por fuera muchas

situaciones que afectan y que construyen progresivamente un tipo de hombre frustrado e inseguro, neurótico, emocionalmente desajustado, incapaz de mantener su plena libertad y unidad, débil y enfermizo, hipersensible y exageradamente violento, listo al ataque y a la venganza como si esto representara la única tabla de salvación de su existencia.

Se está creando un perfil de hombre, con el deseo de mejorar la especie humana, débil e incapaz de asimilar los valores duraderos para el desarrollo social, emocional y cultural de la nueva civilización. Al parecer, en la «cultura de lo desechable» todo se considera despreciable, frágil y sustituible.

El mundo de hoy enloquece en un maremagnum de conflictos y atentados que van desde el maltrato físico entre unos y otros, el maltrato psicológico, moral y espiritual en una carrera sin límites; situación que con frecuencia desorienta y pone en estado de crisis a una sociedad cada vez más consumista, hedonista y con un agudo sentido de transitoriedad fatal.

PSICOLOGÍA DE LOS SENTIMIENTOS

La tensión interna de las personas y los grupos humanos aumentan cada día más y el vacío que en cada uno se genera conduce a una angustia existencial indescifrable, carente de principios y de un horizonte de comprensión que se pierde en el caos y el desorden humano. Como manifestación de esta realidad desordenada se puede observar el humus del crimen, del secuestro, de las violaciones, de los abusos en todos los órdenes, situación que demuestra la pérdida de conciencia y la anulación de la frontera entre el bien y el mal para la vida humana. Se transita sin inmutarse de un lugar a otro, con un estado tal de ignorancia que no permite comprender la realidad entre lo que es bueno y conveniente o malo e inconveniente.

En un mundo caótico, si norte y sin referentes, necesitado de satisfacerse a sí mismo a partir de estímulos gratificantes y placenteros, el mercado de lo fácil permea todos los escenarios de una devaluada condición humana que apenas quiere despuntar en medio de las ofertas paleativas de una verdad raquítica y pobre que se anida en las conciencias humanas.

En este sentido aparece radiante todos los días y en cadena, la imagen de un hombre efímero, pasajero, transitorio y cada vez más cercano a la frustración y a la incapacidad de soportar o de orientar la existencia por caminos productivos y sostenibles con relación a las expectativas urgentes de una sociedad mucho más sana y equilibrada que refleje de verdad las condiciones humanas para seres humanos.

El estado de frustración conduce a la insatisfacción injustificada que brota con una fuerza incontrolable hasta trastocar la estructura familiar, creando puntos críticos que se reflejan en el ambiente social desde los conflictos personales, familiares y sociales hasta el conflicto armado, el terrorismo, el homicidio, la desintegración familiar, los suicidios, la drogadicción, etc.

La condición del mundo actual se mueve en medio de un mar de artificios peligrosos que amenazan destrucción y aniquilación; la vida así es un vaivén, un difícil nudo de confusión sin un rumbo fijo y sin alternativas de salida, sin esperanzas y certezas a las cuales acudir. Predomina lo pasajero en las relaciones mientras se incrementan las

frustraciones. El oportunismo parece ser una regla común de comportamiento y la solidez una oportunidad poco deseada.

En tal estado de cosas hay necesidad de una orientación positiva generada por el mismo hombre, por un proyecto de vida personal y social capaz de reunir todas las condiciones de un hombre renovado a la luz del desarrollo científico, económico, cultural y espiritual.

Las aspiraciones humanas no pueden ahogarse en la miseria y la pobreza hecha de retazos de humanos. El avance de la conciencia humana por caminos certeros requiere volver a compromisos serios y permanentes que no se construirán mientras no se vuelva a los valores duraderos y a las rocas sólidas que sostienen a la humanidad.

La luz de la esperanza se levanta en las torres insustituibles del triunfo y el desarrollo, la libertad volverá a ocupar un puesto preponderante en la medida en que el hombre abandone el estado de transitoriedad absurda y frustración en el que está sumergido. Un nuevo proyecto de hombre debe generarse todos los días, su fundamento está en el conocimiento integral, en la capacidad

dinámica y autotransformadora, en la posibilidad de establecer relaciones cordiales y verdaderas de tal forma que sincronicen procesos de adaptación y de cambio sin destruir su esencia, la de ser profundamente espiritual, abierto a la trascendencia para la humanidad, para el mundo que lo rodea. Lo estético, lo ético y lo espiritual no han desaparecido del humus de los anhelos más entrañables de una sociedad que aspire a ser civilizada.

El tipo de hombre que todos deseamos y que la historia urge, es el de un hombre iluminado por principios y valores plenamente humanos para quien la experiencia de Dios no se deja al margen y la autonomía humana constituye la base insustituible de su dignidad.

El nuevo proyecto de hombre es el proyecto de «humanizarse para humanizar». Esta visión de por sí compleja, no tiene que ser parcializada, es y debe ser holística, debe cobijar todas las aspiraciones, las habilidades, las potencialidades, los logros, los fracasos, anhelos, derechos y deberes adscritos al hombre, con raíces en su estructura básica y proyectadas en un orden de socialización singular.

PSICOLOGÍA DE LOS SENTIMIENTOS

En este quehacer de humanización y compromiso con un nuevo estilo de vida se trata de generar una conciencia que no deje pasar de largo la vida, que sea capaz de detenerla en un proceso de reflexión y asimilación de lo humano en todos los espacios de acción para superar con gradualidad este gran obstáculo de la pérdida de consistencia y sentido de lo que hacemos, máxime cuando el vacío de la apreciación de los valores se engrandece cada día más.

La sociedad en la que nos movemos está dedicada al consumo con una mentalidad individualista y autosuficiente donde los otros cada día van perdiendo espacio en los procesos de sanas relaciones; la situación llega a tal extremo de gravedad que se pierde en el sentido de individualidad hasta llegar a valorar a las personas por lo que producen y no por lo que ellas mismas son.

La utilidad, la ventaja, la producción, la ganancia se convierten en parámetros y referentes de juicio y así pierden significancia la solidaridad y la participación, los procesos de integración familiar y social; se llega a formar individuos acrílicos y fáciles de manipular para

PSICOLOGÍA DE LOS SENTIMIENTOS

que sean buenos consumidores y autómatas perseverantes.

Una de las características del hombre de hoy es la rutina, no le gusta crear, se acostumbra a un esquema y vive con él y para él, es carente de fantasía y corre tras una serie de pseudo-paradigmas que lo conducen a la repetición continua, a la inmovilidad, al no dinamismo. Su música, su literatura, su poesía, su arte poco a poco se van impregnando de esta realidad plana y artificial. Entonces construimos hombres y mujeres artificiales, superficiales e intrascendentes, carentes de sentido para un mundo automatizado y plano.

Un hombre así diseñado, cuando tiene que enfrentar la novedad se siente incapaz y temeroso de correr el riesgo porque esta nueva aventura lo desorienta y le hace recordar que su vida es transitoria, que quizá la novedad es una experiencia que le exige creatividad, originalidad y que los límites y la sociedad de pensamiento seriado no siempre le permiten el éxito. A pesar del gran desarrollo tecnológico, los nuevos descubrimientos científicos aparentemente en lugar de avanzar en la conquista de lo humano, parecen regresar a la

PSICOLOGÍA DE LOS SENTIMIENTOS

humanidad a los sentimientos arcaicos en su fase inicial de la civilización.

La pérdida de autenticidad en las relaciones interpersonales crea un mundo artificial, de máscaras que minan las relaciones y fatigan el proceso de la civilización dejándola sin piso humano; como expresiones de esta realidad confusa se ve marcada la tendencia a la destrucción, a la guerra y a la violencia.