

Itinerario de amistad, camino de paz

RAMÓN ROSAL CORTÉS, Doctor en Psicología. Director del Instituto Erich Fromm de Psicología Humanista.

Ponencia presentada durante la campaña: "Semana por la paz en los distritos de Barcelona" Barcelona, España, 1998.

Punto III: Eliminados estos absurdos resentimientos, ¿por qué no ser amigos y así poder trabajar juntos para construir globalmente un mundo más solidario y gratificante para nuestros hijos y para nosotros mismos?

1. Grupos y colectivos humanos de diferentes características pueden desarrollar la capacidad de conocerse mejor, comprenderse, suscitar encuentros amistosos y poder colaborar juntos en la construcción de un mundo más solidario y gratificante.

Me refiero a encuentros amistosos entre personas de diferentes generaciones, sexo, cultura, vocación profesional, bienestar o malestar físico o psicológico, creencia política, creencia religiosa, agnóstica o atea, tipos de personalidad, proyecto existencial...

El hecho de estos tipos tan variados de diferencias entre los seres humanos ocasiona el peligro de percibir a los otros como a diferentes, con prejuicios, y que nos sea más difícil alcanzar un alto grado de comprensión hacia ellos. Después haré referencia a la relevancia de nuestra comunicación en grupos primarios integrados por personas afines a nosotros en cuanto a facetas importantes de la vida y, ya en otro grado más elevado de compenetración, a la comunicación confidencial con personas auténticamente amigas. Pero, para poder trabajar colaborando con el conjunto de los ciudadanos para construir globalmente un mundo más solidario y más gratificante para nuestros hijos y nosotros mismos, es un requisito ser capaces de respetarse y comprenderse entre los diferentes grupos.

1.1 Conocerse, comprenderse y colaborar amistosamente con personas de diferentes generaciones.

La vida nos sitúa en un entorno en el cual encontramos personas en distintas fases de su ciclo vital: niños, adolescentes, adultos jóvenes, adultos maduros, personas de la tercera edad y ancianos. ¿Tenemos suficiente cuidado de cultivar el arte de comprender no sólo a las personas de una edad próxima a la nuestra, sino también a las otras?

Entre los integrantes de estas diferentes fases de la vida se dan diferencias importantes, por ejemplo, en las experiencias emocionales predominantes -gratificantes y dolorosas- y las peculiares capacidades y limitaciones. ¿Tenemos suficientemente en cuenta este hecho?

Es frecuente que durante el paso de la adolescencia y la primera juventud a la edad del adulto joven se produzcan lo que Romano Guardini denominaba la crisis de la experiencia. La persona tiene consciencia que, entre los deseos y proyectos que fueron imaginados en la adolescencia y la primera juventud y su realización práctica, lo normal es que haya que superar muchos obstáculos. Conseguir una mejor vida y más bella que la heredada de la generación anterior resulta ser un bien muy difícil de alcanzar. La vida resulta notablemente más compleja de lo que se había imaginado desde la inexperiencia de la fase anterior.

Así mismo, en la etapa de paso del adulto joven a la de adulto maduro, es frecuente la "crisis de la experiencia del límite". El adulto joven, tal vez, haya podido incrementar satisfactoriamente su experiencia de la vida práctica y, conservar la vitalidad y la capacidad de esperanza y de proyectos de su juventud, ha conseguido combinarla con una actitud realista y lo ha vivido todo sintiéndose responsable de administrar eficazmente las capacidades personales y los recursos que le ofrece la vida. No obstante eso, a medida que los años pasan vamos constatando una y otra vez que, además de nuestras capacidades, tenemos nuestras limitaciones -cognitivas, emocionales, motivacionales, prácticas, fisiológicas, etc.- y, también, tienen sus peculiares limitaciones las diferentes personas de nuestros diversos ambientes sociales -familia, profesión, etc.- y las variadas instituciones con que podemos estar relacionados. Cuando se arriba a la edad del adulto maduro -entre los 45 y los 50 años- se han producido muchas situaciones que obligan a tener consciencia de estas limitaciones personales e institucionales. La constatación de esta experiencia provoca una crisis que, igual que la anterior, puede ser crisis de crecimiento o crisis que conduce a una decaída general y un desengaño existencial.

Con estos dos ejemplos de crisis en la transición desde la adolescencia a la adultez joven, y desde ésta a la adultez madura, he querido mostrar que, a partir de este hecho, se producen diferencias específicas en las experiencias emocionales propias de los sujetos en estas fases, en sus alegrías y sus tristezas, en los contenidos de sus éxitos o fracasos.

No me puedo detener más en este punto, ya que eso exigiría elaborar una síntesis de la psicología evolutiva de las experiencias cognitivas, emocionales y motivacionales de las diferentes edades. Sólo pretendo mostrar que no es una tarea fácil comprender las vivencias íntimas de las personas de edades muy distanciadas de la nuestra, especialmente de las edades que aún no nos ha tocado vivir; pero, también, a veces, de las que ya hemos vivido, pero las vivencias de las cuales podemos habernos olvidado.

Si bien, cuando las personas tienen suficiente receptividad sensorial -saben mirar y escuchar a los otros-, fluidez emocional, capacidad de empatía e interés a contribuir al bienestar existencial de los otros, se consigue intuir con mucha más facilidad como acertar en el trato interpersonal con las otras generaciones.

1.2. Conocerse, comprenderse y colaborar amistosamente con hombres y mujeres

También aquí no todo consiste en tener buenos sentimientos y buena voluntad. Para que los hombres y las mujeres puedan colaborar juntos para construir un mundo más solidario y gratificante, es necesario aprender a conocer, comprender, respetar y valorar las diferencias entre los sexos.

1.2.1 ¿De qué conviene que los hombres sean conscientes para comprender mejor a las mujeres de nuestros tiempos y contribuir, con amor, nutriendo su felicidad? Me limito a señalar nueve aspectos, que considero que los hombres han de aprender a ser conscientes:

- a) De las posibles frustraciones experimentadas por las mujeres que, para salvaguardar su vocación profesional y social, aplazan o postergan su vocación maternal u otras dimensiones "femeninas" de su personalidad.
- b) De las frustraciones experimentadas por las mujeres que aplazan o perjudican definitivamente su vocación profesional o social, por salvaguardar la maternal.
- c) De las frustraciones experimentadas por las mujeres que se comprometen simultáneamente en ambas dimensiones, asumiendo situaciones altamente estresantes.
- d) De las mujeres que por poderse integrar en ámbitos "muy masculinizados" -empresa, política, ingeniería, movimientos reivindicativos- se encuentran forzadas a frustrar aspectos de su feminidad.
- e) De las mujeres que se encuentran frustradas en su necesidad de comunicación íntima de su vida con los hombres, dadas las frecuentes limitaciones de ellos en estos temas.
- f) El hombre puede ayudar a despertar en la mujer la parte más débil de su personalidad.
- g) Conviene que el hombre sea consciente de los posibles problemas o crisis de los procesos cíclicos de cada mujer (menstruación, menopausia, síndrome del "nido vacío", etc.)
- h) Ser consciente de las diferentes necesidades y valores de las mujeres y su influencia en estos estados emocionales.
- i) Ver, en cada mujer, una persona singular e irrepetible, no necesariamente representativa del tipo mayoritario de su sexo.

1.2.2 Y por otro lado, ¿de qué conviene que sean conscientes las mujeres para comprender mejor a los hombres de nuestros tiempos y contribuir a su felicidad?

- a) De las frustraciones experimentadas por muchos hombres después de los fracasos de proyectos -profesionales, económicos, políticos, ideológicos-, en los cuales se implicaron durante años, con expectativas de poder y prestigio.
- b) De las frustraciones experimentadas por hombres, las mujeres de los cuales, experimentan un cambio radical de valores tanto respecto a ellas como respecto a ellos (ya sean esposas, hijas, compañeras, etc.)
- c) De la frustración de hombres incapacitados para la comunicación íntima -a causa de la educación recibida-, con constantes retraimientos por eso.
- d) De las frustraciones de hombres con actitud competitiva, que son superados por compañeras de trabajo, por inteligencia y rendimiento laboral.
- e) La mujer puede ayudar a despertar la parte más débil de la personalidad del hombre.
- f) Ser consciente de los factores causantes de la alegría, la rabia, el miedo, etc. de los hombres (a partir de necesidades diferentes) y de sus emociones "prohibidas" (llanto, ternura, etc.).
- g) Que sean conscientes de los posibles problemas o crisis de los procesos evolutivos de cada hombre (crisis de la "experiencia del límite", "época de balance", jubilación, etc.).
- h) Ver, en cada hombre, una persona singular e irrepetible.

1.3 Conocerse, comprenderse y colaborar amistosamente con personas de diferentes culturas.

Alrededor nuestro, y en constante crecimiento -ya que los emigrantes en nuestro país no llegan al 2% de la población, mientras que en Francia y Alemania son alrededor de 10% y en Suiza, del 20%-, nos encontramos con personas de culturas latinoamericanas, magrebíes, del África negra, asiáticas, etc. Además, a parte de los catalanes, residen y trabajan alrededor nuestro andaluces, gallegos y otros grupos de zonas de España con variedades culturales importantes. Las personas de estas diferentes culturas presentan, a veces, grandes diferencias jerárquicas de valores, sobretudo en las principales causas de alegría, tristeza o irritación; en la forma de expresar -o no expresar- sus emociones y sus sentimientos, y en las peculiaridades de su comunicación verbal.

Unos años atrás, después de vivir un tiempo en Sevilla, un catedrático de filosofía amigo mío

me dijo una vez: "si vas por las calles de Sevilla con esta expresión tan seria, pensarán que estás de mal humor con la gente que te rodea".

El rostro serio que ponemos en algunas culturas cuando nos saluda una persona mientras estamos concentrados en el trabajo, para nosotros significa que somos responsables, que somos "serios" en nuestro trabajo; pero para otras culturas transmitimos el mensaje de que estamos enfadados con el interlocutor y que somos personas no cordiales.

El amigo de Sevilla también me informó que si allí iba a arreglar un reloj y, después de saber que podría pasar a recogerlo al cabo de dos semanas, yo pedía que si podía recogerlo en una semana, el sí que me respondiera el dependiente del comercio, normalmente, significaría algo parecido a: "¡que más querría yo que poder atender su deseo, pero no me será posible tener su reloj antes de dos semanas!". La expresión no verbal que acompañaría su palabra "sí" facilitaría, a un andaluz intuitivo y espabilado, entender que aquel "sí" significaría "no". En cambio para un catalán, vasco, o aragonés, etc., atento sólo al lenguaje verbal de la respuesta, significaría que le reloj estaría en una semana y, cuando pasará a recogerlo después de este término, se enfadaría y tildaría de informal al cordial dependiente que estaría asustado. Si, a veces, cometemos estos errores en la comunicación entre personas de diferentes tipos de culturas dentro de España, ¿quién sabe cuántas podemos cometer con las personas de culturas procedentes de países lejanos?

Sin embargo el ser humano que tiene verdadera ilusión de colaborar solidariamente con hombres y mujeres de diferentes culturas puede llegar a desarrollar, con su empatía y su capacidad intuitiva, estilos de relación que faciliten un enriquecimiento mutuo intercultural y un respeto cordial de los diferentes estilos de vida.

Aunque no me he detenido a comentarlas, señalaré otras áreas que dan pie a diferencias y en las cuales podemos llegar a respetarnos y comprendernos.

1.4 Conocerse, comprenderse y colaborar amistosamente con personas de diferente vocación profesional al servicio de diferentes necesidades sociales.

1.5 Conocerse, comprenderse y colaborar amistosamente con personas de diferentes creencias políticas.

1.6 Conocerse, comprenderse y colaborar amistosamente con personas en situaciones asimétricas, referentes al bienestar o malestar físico o psicológico. Personas en situaciones de enfermedad, minusvalía, accidente, desigualdad social o económica, etc.

1.7 Conocerse, comprenderse y colaborar amistosamente con personas de diferentes tipos de personalidad: personalidad segura, personalidad respetuosa, personalidad sociable,

personalidad inhibida, personalidad cooperadora, personalidad introvertida, personalidad sensitiva, etc.

1.8 Conocerse, comprenderse y colaborar amistosamente con personas con diferentes creencias o cosmovisiones religiosas, agnósticas, o ateas; por ejemplo, cristianos católicos, agnósticos, budistas, cristianos no católicos, ateos, seguidores de la New Age, musulmanes, pendientes de definirse, hindúes.

1.9 Conocerse, comprenderse y colaborar amistosamente con personas de diferente proyecto existencial: técnicos, políticos, científicos, místicos, artistas, etc.

2. Ahora, pasemos de considerar la comprensión y la colaboración solidaria con personas pertenecientes a grupos humanos diferentes del nuestro, a ocuparnos de los grupos de personas afines.

Las personas que comparten aspectos comunes relevantes del proyecto existencial o cosmovisión pueden vincularse a "grupos primarios", como una vía de ayuda mutua, inspiración y energía para el seguimiento de sus aspiraciones solidarias y humanizadoras. Eso implica poseer la actitud de "extensión del sentido de sí mismos".

Se entiende por "extensión de sí mismos" aquella actitud que da pie a que la persona no reduzca sus intereses únicamente a los que están al servicio de su subsistencia y del reforzamiento de su yo individual, o a la reducción de tensiones a su vida. La persona que la posee se implica y participa en algunas esferas de la actividad humana que trascienden los estrictos intereses de su yo individual. Es una de las siete excepciones más características de la personalidad madura, según G.W. Allport. Referente al poder humanizador que podría ejercer sobre la sociedad la multiplicación de grupos integrados por personas capaces de una comunicación auténtica. Erich Fromm afirmaba (aunque Fromm no pensara únicamente en grupos de personas afines):

"Los miembros del Grupo hablarían un nuevo lenguaje que facilitara y no que dificultara la comunicación; el lenguaje de un ser que es el sujeto de sus actos, no el amo enajenado de las cosas que utiliza dentro de la categoría de "tener" o de "usar". Poseerían un nuevo estilo de consumo, no necesariamente el mínimo, sino un consumo significativo que sirviera a las necesidades de la vida y no a la de los productores. Intentaría asumir un cambio personal. Se volverían vulnerables, activos, practicarían la contemplación y la meditación, el arte de estar tranquilos, sin presiones. A fin de comprender el mundo que los rodea, intentarían entender las fuerzas internas que los motivan. Intentarían trascender su "yo" y de estar "abiertos" al mundo. Intentarían confiar en sus propios pensamientos y sentimientos, de formar sus propios juicios y de arriesgarse; intentarían asumir un óptimo grado de libertad, es decir, de verdadera

independencia y de abandonar la adoración de toda clase de ídolos y la fijación en ellos [...]. Desarrollarían la osadía, que solamente se arraiga profundamente en sí mismos, la convicción y la plena relación con el mundo". (Fromm, E. La revolución de la esperanza, México, F.C.E. p. 149)

Entre los grupos que se comunican, se animan, se inspiran y profundizan sobre la vida, grupos de personas unidas por una afinidad relevante en alguna área de la vida, señalaré:

- Los grupos en que se comparten experiencias y proyectos relacionados con las familias, la pareja, las relaciones padres-hijos;
- Los grupos en que se comparten experiencias y proyectos profesionales, al servicio del bien común;
- Grupos en que se comparten experiencias y proyectos artísticos;
- Grupos en que se comparten experiencias y proyectos científicos;
- Grupos en que se comparten experiencias y proyectos al servicio de la reconstrucción o perfeccionamiento de la sociedad, es decir, políticos (en sentido amplio), y
- Grupos en que se comparten experiencias y proyectos entre personas vinculadas a una misma cosmovisión religiosa.

3. Por último quiero destacar la importancia de una manera calificada de relación interpersonal con unas posibilidades excepcionales para incrementar la capacidad personal, a fin de "construir globalmente" un mundo más solidario y más gratificante, forma que sirve de modelo para asumir parcialmente las anteriormente descritas.

La experiencia del diálogo con la persona amiga, que comparte aspiraciones comunes, es otra vía importante de inspiración y energía para colaborar en la construcción de un mundo más solidario y gratificante.

Entendiendo por diálogo con la persona amiga una comunicación afectiva entre dos personas, o dos maneras singulares de existencia humana, en la cual se faciliten el crecimiento personal y vivencias felices de ambos, y se incrementa la repercusión positiva de sus proyectos existenciales en el conjunto de la sociedad.

Propuesta de definición de crecimiento personal. Se entiende por crecimiento personal el proceso por el cual se consigue el desarrollo del conjunto singular e irreplicable de potencialidades de todo ser humano, en armonía con un proyecto existencial flexible (adaptado a las diferentes circunstancias de la vida), elegido de forma lúcida, libre y nutritiva (respecto a uno mismo y a los demás), en concordancia con los valores nucleares de la persona y abierta a la posibilidad de una realidad transindividual o transpersonal (religiosa).