

2010

Capacidades para el amor. Un acercamiento desde diferentes perspectivas.

Pérez-Viramontes, Gerardo

Pérez-Viramontes. G. (2010) "Capacidades para el amor. Un acercamiento desde diferentes perspectivas". Seminario sobre el Poder del Amor; Granada, España.

Enlace directo al documento: <http://hdl.handle.net/11117/1912>

*Este documento obtenido del Repositorio Institucional del Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente se pone a disposición general bajo los términos y condiciones de la siguiente licencia:
<http://quijote.biblio.iteso.mx/licencias/CC-BY-NC-2.5-MX.pdf>*

(El documento empieza en la siguiente página)

Capacidades para el amor. Un acercamiento desde diferentes perspectivas.

Gerardo Pérez Viramontes
Programa Institucional de Derechos Humanos y Paz
ITESO

*«Emociones, afectos, pasiones, estados de ánimo...
se incluyen en el mismo campo semántico
al margen de toda consideración acerca del sujeto.
Los sentimientos son instrumentos de alguien.
No es posible un enfoque correcto de los sentimientos
sin una teoría acerca de quién los usa,
para qué los usa, cómo los usa.
Introducir al sujeto
supone un nuevo paradigma de alcances insospechados.»
(Carlos Castilla del Pino)¹*

Introducción.

Al revisar los significados que en nuestro idioma le son atribuidos al amor² se logra constatar la íntima relación que se establece tanto con los sentimientos ('afecto', 'estima'), como con los valores ('aprecio', 'consideración'); así como la ausencia de un vínculo explícito con los deseos. Igualmente, al revisar cada uno de estos significados en el grupo ideológico en el que se les ubica por su analogía o afinidad conceptual se puede observar que 'enamorar', 'pretender', 'conquistar', 'enganchar', 'ligar', hacen referencia al amor en términos de *influencia* sobre los demás. Por otra parte, al revisar los significados asociados al poder, vemos que puede ser entendido como la facultad, capacidad o habilidad para mandar o ejecutar una cosa pero, más que con sentimientos, se le asocia con ciertas conductas ('pericia', 'maña', 'equilibrios', 'idoneidad', 'suficiencia', 'virtuosismo', 'tacto') y con voluntad ('opción', 'elección', 'intención', 'sentido', 'albedrío', 'templanza', 'corazón'); analogías que ideológicamente hacen alusión al *conocimiento* o a la *moral*. Ahora bien, comparando los significados de uno y otro concepto se constata cómo en ambos casos persiste la idea de un elemento externo sobre el cuál recaen los sentimientos ('hacia una persona o cosa') o las acciones del poder ('hacer una cosa', 'ejercer una función'), con lo que queda claro el carácter relacional del amor y el poder. A partir de estas consideraciones nos planteamos como

¹ CASTILLA DEL PINO, Carlos (2003) *Teoría de los sentimientos*, Barcelona, Tusquets, p.37.

² Cfr. DICCIONARIO IDEOLOGICO DE LA LENGUA ESPAÑOLA (1998), Barcelona, Bibliograf.

propósito para este ensayo hacer un primer análisis del sentido que articula los significados que circulan en nuestras sociedades en relación al amor e identificar qué capacidades para la paz están latentes en el lenguaje cuando hablamos de sentimientos, afectos, deseos, enamoramientos...

En el primer apartado se expone la relevancia que tiene la sensibilidad corporal para la vida de los seres humanos y el potencial que encierra si se le considera desde una perspectiva ética. A continuación, se aborda el papel que cumplen los deseos en la vida de las personas y el dinamismo que le imprimen a ésta, incluso para poder salir de situaciones difíciles. En el tercer apartado se señalan los vínculos que se existen entre los sentimientos y los aspectos cognoscitivos, y lo relevante que resulta para las personas conocer cuáles son sus sentimientos como instrumentos que le abren la puerta para sus relaciones con el entorno. El cuarto enfoque busca esclarecer de qué manera la inteligencia y las emociones pueden ser orientadas desde una perspectiva ética fundada en las razones que también son aportadas desde el corazón. Bajo el subtítulo *ética del reconocimiento emocional*, se enfatiza el rol que cumple el conglomerado social respecto del individuo para que éste se sienta y considere a sí mismo parte de la sociedad, y tenga la confianza y las capacidades idóneas para participar como sujeto jurídico en la comunidad política de la que forma parte. Finalmente, a manera de ejemplo, se describen algunos elementos de los "Talleres para fortalecer el corazón" que se imparten en las comunidades indígenas de Chiapas-México tratando de recuperar la sabiduría maya, a través de los cuales se pretenden aportar pautas para recuperar la concordia y resolver los conflictos que se suscitan en aquella región del planeta.

1. La sensibilidad corporal en el centro de la persona.

Luis Pérez Aguirre³, a través de sus publicaciones, no cesa de insistir una y otra vez sobre la primacía que tienen en la vida de los seres humanos la sensibilidad, los afectos o la corporalidad; respecto de los procesos cognoscitivos y racionales. La razón--señala-- no puede explicarlo todo. Previo a la razón, existe algo más antiguo, profundo y elemental: la sensibilidad. Ésta, no se opone a la comprensión racional de las cosas, por el contrario, es una forma de conocimiento mucho más abarcante y profunda ya que desborda las formas racionales de proceder. Lo esencial de la vida y de las relaciones

³ Co-fundador en 1981 de la sección uruguaya del Servicio, Paz y Justicia (SERPAJ).

humanas no pasa en primera instancia por conocimientos teóricos o elaboraciones doctrinales, sino a través de la sensibilidad. Dicha capacidad humana --agrega el autor-- se encuentra estructurada alrededor de un elemento bien material y concreto: el cuerpo, la carne de la que estamos formados. Es la corporalidad, la carne, la que siente, sufre, duele o goza. Y aclara:

«Todos los seres vivos, aún el unicelular (como la ameba), tienen una última frontera que unifica la estructura viva y la separa del 'medio', de lo de 'afuera': es una membrana. Esa membrana (que puede tener muy diversas constituciones) en el ser humano es la 'piel'.»⁴

Nuestra subjetividad es afectada en su intimidad más profunda cuando algo lastima la piel. Cuando nuestra carnalidad es herida o atacada, la sensibilidad produce una reacción que pone en marcha el resto de las facultades personales para terminar con eso que le afecta. El hambre, la sed, el frío, la enfermedad, el dolor, la falta de vivienda... afectan profundamente la sensibilidad. Esta "sensibilidad material" que nos constituye, es necesario tomarla muy en serio ya que se trata nada más ni nada menos que del criterio primordial de la ética --enfatisa el autor⁵. Pero no se trata sólo de uno más de los aspectos psicológicos individuales, sino de una cualidad existencial del ser humano. Todo aquello que está ligado a la "carne" (la sexualidad, la sensibilidad, el gozo, etc.) es siempre bueno, tiene dignidad, es positivo y nunca se le rechaza. El hambre, la sed, la falta de vivienda o el frío son malos, no sólo en términos físicos, sino en un sentido ético, político y social porque «la estructura última de la vida es sentimiento, es afectividad, y las expresiones que de ellos se derivan: el eros, la pasión, la ternura, la solicitud, la compasión, el amor.»⁶

Como consecuencia de lo anterior, Pérez Aguirre enfatiza lo relevante que resulta cultivar dicha sensibilidad, entre otras razones, para destruir los 'blindajes' que hemos construido para protegernos de los demás y de esta forma, hacernos vulnerables a sus condiciones de existencia⁷. Es decir, se trata de una forma particular de sensibilidad que hace sentirnos afectados hasta las entrañas por la situación y el grito del otro. Etimológicamente hablando --aclara Pérez Aguirre--, compasión significa algo así como

⁴ PÉREZ AGUIRRE, Luis (1992) *La opción entrañable ante los despojados de sus derechos*, Santander, Sal Terrae, p.39.

⁵ *Ibid.*, p.36.

⁶ PEREZ AGUIRRE, Luis (2001) *Desnudo de seguridades. Reflexiones para una acción transformador*, Montevideo, Trilce, p.20.

⁷ *Ibid.*, p. 96.

"sentir-con-las-entrañas", es decir, desde los intestinos, el corazón, las tripas, el seno materno...; aquellas partes materiales del ser humano donde surgen las emociones más profundas. La compasión no puede surgir de una teoría, un mandamiento o una doctrina. Sólo una "*actitud entrañable*" nos permite la apertura al otro, ese otro que desde su dolor nos pro-voca (nos llama desde delante) y con-voca (nos llama hacia él) para atenderlo.

En el pensamiento bíblico --añade el que también fuera sacerdote jesuita--, "corazón" significa el centro de la persona y se refiere tanto al 'yo', como a la conciencia, la libertad y el sentimiento. Igualmente se utiliza como metáfora para designar la sede de los criterios y de las decisiones humanas. Sin embargo, es una imagen que ha ido perdiendo significado al confundirlo con los deseos.

«El *eros* es ese amor que quiere al otro por lo que recibe de él; que es un amor necesariamente posesivo [...]. Pero el *agapé*, contrariamente al *eros*, no ama al otro por lo que le pueda dar, sino aunque no pueda esperar nada de él. Su alegría no está puesta en lo que pueda recibir del otro, sino en lo que le da al otro y en la realidad (existencia) del otro mismo. Por eso no es un amor posesivo.»

Ese amor entrañable, o *ágape*, no debe entenderse como sentimentalismo. Quien actúa así termina celebrándose a sí mismo, centrado en su propia subjetividad. Por el contrario, la compasión-*ágape*, supone un claro descentramiento de la persona que se siente realizada en el objeto de su relación, puede sentir a la otra persona como otra, la puede amar, se puede dejar fascinar por ella al grado de poder movilizar todas sus energías para dar su vida para salvarla.

2. El dinamismo de los deseos.

Si el amor que surge desde las entrañas, cuya imagen más generalizada es el corazón, no debe confundirse con los deseos, ¿qué función cumplen éstos en la vida de las personas y qué luces nos aportan para esclarecer las capacidades para el amor con las que contamos los seres humanos?

Carlos Domínguez⁸ comienza aclarando la complejidad ante la que nos enfrentamos al incursionar en el mundo de los deseos: no podemos ni un instante prescindir de ellos,

⁸ DOMÍNGUEZ MORANO, Carlos (2003) *Los registros del deseo: del afecto, el amor y otras pasiones*, Bilbao, Desclee de Brouwer.

ni podemos estar seguros de verlos con claridad. La *libido*, como expresión psíquica del deseo sexual --aclara Domínguez desde una perspectiva psicoanalítica--, es el conjunto de fuerzas plurales que aspiran a mantener el vínculo con diferentes objetos de amor que van apareciendo a lo largo de la vida. No son en sí amor, sino fuerzas inconscientes que nos permiten establecer vínculos. Pero no se trata sólo de una tensión orgánica o del motor para la conducta, sino de «el terreno donde se juegan todos los conflictos de la existencia y donde emblemáticamente se señala la *falta de ser* y el *apetito de ser* que constituyen la esencia de lo humano».⁹ Esta fuerza o pulsión, que parte de lo meramente orgánico, aspira a satisfacer algo imposible de conseguir: la fusión total y placentera con el otro. Pero más allá de lo meramente biológico, se trata de una fuerza que se va configurando en la interacción con los aspectos biográficos, históricos y culturales de cada persona.

Nacer --aclara el autor--, es constituirnos como seres separados. Llegamos a ser sujetos humanos al asumir y hacer nuestra dicha separación. Esta situación constituye la dinámica originaria del deseo. Por siempre permaneceremos en esa aspiración radical a eliminar la distancia y las diferencias que nos hacen únicos, siempre buscando la alteridad con la cual aliviar nuestra separación. Enamoramientos, pasiones, uniones de carácter místico... son formas como se expresa el deseo. Nuestra condición de ser 'seres separados', moviliza las resistencias más profundas enraizadas en nuestro mundo afectivo. Como seres humanos somos sujetos separados permanentemente deseantes. El deseo sexual representa esa insalvable oposición entre sujeto y objeto, entre deseo y realidad, entre apetencias y normas. Esta conflictividad es inherente a nuestra dinámica afectiva y hay que aceptar que nunca se verá del todo realizada.

El deseo, es un dinamismo más amplio que la sexualidad, abocado a conseguir placer y a evitar displacer, que se va consolidando en una zona marginada de la personalidad: el inconsciente. Desde ahí, el deseo mantendrá siempre su fuerza y exigirá de múltiples maneras ver realizadas sus aspiraciones. Ese deseo/impulso, que nos remite a nuestra carencia existencial, encierra múltiples posibilidades si en lugar de negarlo o reprimirlo aprendemos a utilizarlo para el desarrollo personal y social haciéndolo consciente y vinculándolo a otras capacidades. Pero por ser *Eros* y no *Logos*, es en el campo de lo simbólico (mediante la exégesis, la hermenéutica, la comprensión simbólica...) donde mejor se expresa. Por eso, explicar el deseo sexual solamente desde el punto de vista

⁹ *Ibid.*, p.24 (cursivas del original).

biológico o social, mutilándole sus raíces afectivas profundas, manifiesta una actitud defensiva frente a este tema --aclara el autor. El deseo, hace referencia al placer como modo de satisfacción autónoma y está ligado a una serie de representaciones (imágenes, ideas, recuerdos...) construidas a lo largo de la historia particular. «Es, pues, una realidad estructurada por representaciones y afectos que posee la cualidad general del placer y que habla de una disposición activa».¹⁰

Pero el deseo, además de ser el lugar donde es posible conseguir todo tipo de satisfacción imaginable frente a las limitaciones que siempre impone lo real, está siempre ligado a un opuesto anti-deseo o contra-deseo. Así, en la fase oral, el bebé que se amanta, se funde con la instancia materna al incorporar el pecho que experimenta como algo bueno, aunque debe entender que no puede estar disponible para él en cualquier momento. Esa alternancia entre presencia y ausencia le hace experimentar a ese niño la realidad constituyente de su separación existencial. Por otro lado, la *expulsión/retención* propias de la fase anal, son otro momento importante en la vida del deseo. Obtener placer y agredir, que coinciden en el acto de defecar, tienen que adecuarse a otro principio: la existencia de un mundo exterior que busca controlar tales impulsos. Lo anal pasa a ser entonces el símbolo de todo lo prohibido, de todo aquello que hay que rechazar y apartar de nuestro camino. Someterse o controlar son algunas de las actitudes vinculadas a este estadio del desarrollo libidinal. Y, con el descubrimiento del pene y la vagina (etapa *fálica*), el individuo se enfrenta a una nueva limitación del objeto de su deseo: no se puede ser todo para nadie, ni nadie puede ser todo para uno mismo. Esa, «es la ley del deseo: éste no puede ser colmado.»¹¹

En ese largo camino que recorre el deseo para estructurarse como dinamismo humano, el sujeto se ve forzado a diferenciar lo posible de lo imposible, lo permitido de lo negado. Por eso, «la cuestión fundamental radica en la constitución del sujeto a través de unos cauces donde el amor y el odio, el deseo y la ley, la rebelión y la sumisión se cruzan en una historicidad que puede ser multiforme [...] en la aceptación de nuestra realidad de "seres separados"».¹² El conflicto, pues, es inherente a la dinámica del deseo: la ley, la norma, la prohibición, siempre lo acompañan.

¹⁰ DOMÍNGUEZ, *op.cit.*, p.32.

¹¹ *Ibid.*, p.79.

¹² *Ibid.*, p.79-80.

Un último comentario sobre la función que desempeñan los deseos, antes de abordar las capacidades humanas que pueden desarrollarse al considerar el amor desde la óptica de los sentimientos. En sintonía con lo expuesto hasta ahora, Carlos Cabarrús añade un matiz a lo señalado por Domínguez: el deseo, además de ser un impulso vital que me lanza a conseguir lo que quiero, es una expresión de lo que en verdad puedo llegar a ser.

«Lo que nos hace personas únicas son esas fuerzas en nuestro interior que nos hacen capaces de superar los peores momentos de nuestras vida; esas fuerzas que nos sacan de lo más oscuro y nos devuelven a la existencia. Y esas fuerzas no son las mismas para todos. [...] *Mis deseos me constituyen*, por así decirlo me hacen inusitado, distinto, único.»¹³

Sin embargo, más que enfatizar la separación existencial e inconsciente que nos constituye, Cabarrús se refiere a estas capacidades en otros términos, es decir, usando otra metáfora. Todas las personas --nos dice-- son movidas en su actuación por una mezcla de dos elementos que están presentes en su corazón: la herida y el pozo. Se trata de la interacción que se establece entre una parte vulnerada que nos constituye a todos, y un potencial enorme de opciones que desde ahí se nos presentan. Esos dos rostros de nuestro corazón nos hacen situarnos y comportarnos con nosotros mismos, con los otros, con el entorno. Pero al no empeñarnos en desentrañar y sanar las heridas, nuestro pozo permanece enturbiando y oscuro, limitando nuestras potencialidades e impidiéndonos realizar los deseos más profundos. El trabajo personal consiste entonces en darse cuenta de lo que brota de nuestra parte vulnerada, comenzar a sanarlo, comprender la riqueza que hay en ese pozo e irlo potenciando; y todo eso se consigue analizando la propia vida.

3. El sentimiento: una herramienta para las relaciones y el conocimiento.

El amor es susceptible de ser abordado también como un sentimiento, con lo que se logran identificar otras tantas capacidades con las que contamos los humanos para nuestras interacciones cotidianas. La gente siente sin necesidad de saberlo --afirma Castilla del Pino¹⁴. Todos los seres humanos tenemos sentimientos, pero no todas las personas usamos todos los sentimientos de los que dispone la raza humana. Son

¹³ CABARRÚS, Carlos Rafael (2006) *La danza de los íntimos deseos: siendo persona en plenitud*, Bilbao, Desclée de Brouwer, p.12.

¹⁴ CASTILLA, *op. cit.*

instrumentos con los que cuenta el sujeto para relacionarse con uno mismo y con los demás, así como para ordenar y jerarquizar la realidad que le circunda. Son formas de responder a las circunstancias de la vida. Los datos que nos llegan a través de los sentidos provocan sentimientos y éstos, a la vez que tienen como referentes objetos externos, son reversibles hacia el propio sujeto --aclara el autor. Tener un sentimiento es estar afectado por él, y su influjo dura mientras está presente. Cuando se le recuerda, ya no se reproduce en el mismo sentido ni con la misma intensidad. El recuerdo de la alegría, por ejemplo, puede alegrarnos, pero es una alegría diferente. Aunque la totalidad del organismo se ve afectada, cada sentimiento interviene de distinta manera y en niveles diferentes en el ánimo de las personas: mientras unos sentimientos pueden ser más o menos externos o internos, otros pueden experimentarse con mayor o menor intensidad. Sus manifestaciones externas (expresiones faciales, aspavientos, voz entrecortada, sudoración, lágrimas...) son tan sólo síntomas que de ninguna manera agotan la totalidad del sentimiento¹⁵. Tampoco es posible establecer una correspondencia unívoca entre expresiones externas y sentimientos internos. Cualquier afirmación que se haga respecto del sentimiento del otro, siempre deberá ser tomada como una hipótesis. Por eso, la experiencia sentimental, no puede ser un referente común.

Este carácter interno y único de las emociones hace imposible la demostración fehacientemente de los sentimientos propios y ajenos, vuelve más compleja la vida afectiva y demanda fincar las relaciones interpersonales en la creencia y la confianza mutuas. Pero la complejidad afectiva no deriva sólo de que cada persona tiene una experiencia distinta ante los mismos objetos o personas, sino de que esas experiencias pueden ser objeto de ulteriores emociones. La experiencia emocional no sólo es 'objeto' en el momento en que transcurre sino también una vez que se dio. Todo sentimiento provoca otros tantos sentimientos que, al ser experimentados internamente, se convierten en objeto de nuevos análisis y nuevas valoraciones. Este hecho --aclara Castilla del Pino-- nos introduce en el problema de los metasentimientos. El metasentimiento aparece como un mecanismo autorregulador y preventivo que confiere al sentimiento el estatuto de 'objeto' y por lo mismo, susceptible de conocimiento. De

¹⁵ Josep Redorta (2006) aclara lo que puede entenderse por cada uno de los tres componentes que en su opinión configuran todas las emociones: «Para distinguir entre el componente neurofisiológico y el cognitivo, a veces se emplea el término *emoción*, en sentido restrictivo, para describir el estado corporal (es decir el estado emocional) y se reserva el término *sentimiento* para aludir a la sensación consciente (cognitiva). [...] Hay una interacción continua entre emoción, pensamiento y acción.», p.27.

esta forma, la experiencia emocional se enriquece a través de las evaluaciones cognitivas y las interpretaciones que realiza el sujeto de su propia experiencia emocional.

La vida de los seres humanos es un proceso interminable de formación intelectual y emocional. Es intelectual, por la cantidad de problemas que deben resolverse, y emocional, por la variedad de relaciones que se establecen con objetos, cosas y personas que agradan o desagradan, que provocan placer o displacer. El sujeto, al actuar, utiliza ambos tipos de instrumentos. Atiende, percibe, piensa, siente, imagina... lo que debe realizar en un contexto particular y en función de las normas que marcan lo que le está permitido o no hacer en dicho escenario. Tales normas le demandan en muchos sentidos saber controlar y expresar adecuadamente sus emociones. Por eso, cada persona, a la vez que debe ser consciente de los sentimientos con los que cuenta, debe saber cómo expresarlos a las personas adecuadas, de la forma apropiada, en el momento oportuno y con el propósito justo. Culturalmente, está permitido expresar ciertas emociones en unos contextos y no en otros. Las emociones presuponen o crean un determinado tipo de relación y de situación para las interacciones. Así mismo, existen mecanismos más o menos establecidos socialmente para defendernos, eliminar o incidir en las emociones de los demás (apartarnos, desviar la conversación, enfriar la relación, mantenernos indiferentes...). Una educación emocional debe estar encaminada por lo tanto a reconocer las propias emociones, aprender a regularlas, usar un vocabulario adecuado para referirse a ellas y saber cómo hacer frente a las emociones de los demás.¹⁶

4. La cordura necesaria para estimar y valorar.

Los sentimientos, en tanto instrumentos que nos ayudan en las relaciones con los demás así como para organizar la realidad que nos circunda, van de la mano y se ven enriquecidos si se analizan también desde la perspectiva de una *ética cordial*.¹⁷

La vida humana --señala Adela Cortina-- se va forjando en las decisiones que tomamos a diario donde intervienen por igual la inteligencia y el sentimiento. Pero más

¹⁶ Para una explicación más amplia de lo que supone e implica la educación de las emociones, consultar los planteamientos de ACOSTA MESAS, Alberto (2004) Regulación de conflictos y sentimientos, en: MOLINA RUEDA, Beatriz y MUÑOZ, Francisco A. (eds.) *Manual de paz y Conflictos*, Granada, Universidad de Granada.

¹⁷ CORTINA, Adela (2007) *Ética de la razón cordial. Educar en la ciudadanía en el siglo XXI*, Oviedo, Nobel.

que la prudencia, que es una virtud individualista, calculadora y cuyo referente inmediato es el poder («puede ser muy sabia, pero sin corazón»¹⁸); la autora sugiere orientar el comportamiento siguiendo los parámetros de la cordura a la que define como «un injerto de la prudencia en el corazón de la justicia.»¹⁹ La prudencia puede o no tener corazón, pero la cordura, por ser la virtud del corazón, requiere de la justicia. Nuestros proyectos de vida, más que prudentes, tienen que ser cuerdos --considera Cortina. En la cordura se reúnen tanto la búsqueda lógica y argumentativa de lo más justo, como el reconocimiento del vínculo moral que existe entre los seres humanos. Éstos, al saberse ‘carne de la misma carne’ y ‘hueso del mismo hueso’, pueden llegar a sentirse obligados a apoyarse mutuamente en la construcción de sus proyectos de vida.

«El reconocimiento cordial ha ido tomando en estos casos la forma de respeto a la dignidad, que se expresa a través del reconocimiento de derechos y el empoderamiento de capacidades [...] es entonces la fuente de exigencias de justicia y obligaciones de gratuidad, sin las que una vida no es digna de ser vivida.»²⁰

Nuestra vida en común --continúa señalando Cortina-- está regulada por normas que expresan nuestras expectativas recíprocas de comportamiento, «son necesariamente intersubjetivas, y por eso serán el lugar moral privilegiado para descubrir la intersubjetividad ética.»²¹ Apostar por el bienestar, por ejemplo, es una decisión eminentemente personal y subjetiva, sin embargo, las exigencias de justicia, pretenden valer intersubjetivamente. Por eso, quien exige justicia, debe estar abierto al diálogo no sólo en razón de argumentos sólidos, sino utilizando también otras posibilidades de la comunicación: el testimonio, las narraciones de experiencias personales, la empatía.... Pero para descubrir lo justo, se requiere algo más que el dominio de una simple técnica de comunicación. La dignidad, la compasión la libertad o el amor, no pueden prescindir de la capacidad para estimar y valorar. Un diálogo sólo puede derivar en el descubrimiento de lo más justo en la medida en que sus protagonistas cuenten con esa capacidad mínima para estimar. Quien carece de ella no puede atender las cuestiones de la justicia, ni las razones por las cuales se considera valioso luchar por conseguirla. Los valores, junto con la razón, permiten acondicionar la vida, hacerla habitable, tienen dinamismo, atraen.

¹⁸ *Ibid.*, p.214

¹⁹ *Ibid.*, p.213.

²⁰ *Ibid.*, p.216.

²¹ *Ibid.*, p.20.

«Que los interlocutores estén dispuestos a reconocer que un argumento es el mejor no depende sólo de la lógica interna del argumento, sino también, y sobre todo, de que estén predispuestos a reconocer como buenos los argumentos que parezcan satisfacer intereses universalizables [...] para ello han de contar con *capacidad para estimar valores*, con un *sentir común* que les permita sintonizar con los demás».²²

5. La ética del reconocimiento emocional.

La sensibilidad, los deseos o las emociones --como ya se explicó anteriormente--, tienen una dimensión subjetiva que se va configurando histórica y contextualmente en las relaciones que se establecen con el entorno y con los demás. En esos contextos y a partir de las maneras particulares de relacionarse, unas cosas, personas, situaciones o acciones son estimadas y valoradas como mejores que otras. Tales formas culturales de valoración le sirven al individuo para orientar su comportamiento. Sin embargo, para que dichas pautas o parámetros mantengan su carácter valioso, no pueden imponerse. Deben constituirse como tales en los individuos en función y a través de los mismos procesos relacionales, es decir, de manera intersubjetiva. Pero cuáles son los mecanismos y procesos a través de los cuales se constituye la eticidad de un pueblo, es decir, el reconocimiento intersubjetivo entre sus miembros.

El reconocimiento --explica Grueso²³-- supone una variación significativa respecto del más común acto de conocer. Es un fenómeno que está entre un acto meramente cognitivo y el ideal ético de entender al otro como digno y fin en sí mismo. Se trata de una actitud psicosocial que, al captar al otro, logra comprenderlo como un ser activo e inquietante, alguien que no es igual a los otros objetos que pueblan el entorno y ante quien tampoco se puede ser indiferente --como ya lo señalaba Pérez Aguirre al explicar el sentido profundo de la compasión. Lo concomitante del reconocer es "entrar en el mapa del mundo del otro", ocupar un sitio particular que sólo brota de una segunda mirada. Pero es también hacerse reconocer, es decir, forzar a ese otro a aguzar su mirada, a ver mejor, a disminuir la disolución en la que uno se encuentra, a arrancarle el reconocimiento para lograr tener una identidad. Ese reconocimiento social de la propia identidad y estima sólo puede conseguirse a través del desarrollo de la eticidad.

²² *Ibid.*, p.196 (cursivas del original).

²³ GRUESO, Delfín Ignacio (2006) "Marx y el reconocimiento", en: *El hombre y la máquina*, En-Jun. No. 026, Universidad Autónoma de Occidente, Cali, Colombia, pp.88-101.

En la perspectiva de Honneth²⁴ --explica Rendón²⁵--, la eticidad es un asunto que va más allá de la dimensión del sujeto particular puesto que es en la diversidad de costumbres de un pueblo (*ethos*) donde tiene lugar la formación del individuo. La esencia ética del singular no consiste simplemente en la pertenencia a un pueblo, ni en la demostración activa por parte del singular de dicha pertenencia, sino en el ser reconocido en y por una totalidad en la que él puede intuir y reconocer, a la vez, toda su singularidad. Sólo en el contexto de una totalidad supra-individual la existencia deviene como existencia reconocida ya que es en el pueblo donde las potencialidades individuales logran reconocimiento en razón de la acción y las interacciones a que dan lugar («el pueblo es condición de todo llegar a ser reconocido y, ‘en cuanto obra común de todos’, es aquello en que el singular acredita y actualiza su potencialidad práctica»²⁶). Toda vida humana presupone un tipo específico de estar con los otros, un tipo de afirmación alternativa en la que se experimenta cierto grado de autolimitación individual, y se hace presente una primera e implícita conciencia del derecho que tendrá que pasar a ser parte de un derecho compartido intersubjetivamente--como ya lo señalaba Adela Cortina respecto de la normas.

El reconocimiento social y la autorrealización que conlleva, es para Honneth una condición básica para la eticidad tanto por la socialidad que genera, como por el incremento de individualidad se consigue sólo a través de la comunidad («un individuo que no reconoce al otro en la interacción como un tipo determinado de persona, tampoco puede experimentarse a sí mismo plenamente como tal tipo de persona.»²⁷).

Comprender las formas de reconocimiento, es decir, los procesos y mecanismos que posibilitan la autorrelación no distorsionada de las personas consigo mismas es útil, porque ayuda a precisar los lazos éticos dentro de los cuales se mueven los sujetos, a la vez que las pretensiones normativas que estructuralmente se encuentran establecidas mismas que, al romperse, derivan en conflictos sociales de diversa índole. Un reconocimiento así entendido necesita y promueve la autonomía. Los diferentes niveles de reconocimiento señalados por Honneth (emocional, jurídico, ético) conllevan

²⁴ HONNETH, Axel (1997) *La lucha por el reconocimiento*, Barcelona, Crítica

²⁵ RENDON, Carlos Emel (2007) La lucha por el reconocimiento en Hegel como prefiguración de la eticidad absoluta, en: *Ideas y valores. Revista Colombiana de Filosofía*. Abril, número 133, Universidad Nacional de Colombia, Bogotá, pp.95-112

²⁶ *Ibid.*, p.103.

²⁷ HONNETH, *op. cit.*, pp.52-53.

diversos grados de autonomía ya que en cada uno de ellos se establece un potencial diferente de desarrollo moral y de autorreferencia individual.

Específicamente en el nivel emocional, el tipo de reconocimiento social que se establece es considerado por Honneth el núcleo central de la eticidad y es el que se establece entre las personas a partir de relaciones de amor y amistad, está vinculado al cuerpo y a la satisfacción de necesidades y deseos («el sujeto volitivo sólo en la experiencia del ser amado puede por vez primera experimentarse como un sujeto necesitado-anhelante»²⁸) y los sentimientos que surgen le ofrecen a los involucrados un tipo de valoración específica. Su relevancia radica en que a raíz de este sentirse reconocido puede consolidarse la autoconfianza necesaria para acceder a la autonomía. Pero la autonomía, demanda trascender la indiferencia y el gregarismo en los que vive el sujeto lo cual se consigue entrando en conflicto con aquellos que le rodean. Es de tipo amoroso porque es conocimiento intersubjetivo, compartido por ambas partes, donde cada uno se sabe y se siente a sí mismo formando parte del otro. En la relación hombre-mujer, prototipo de esta forma de reconocimiento según Honneth, ambas partes desean el deseo del otro. El varón expresa lo que él es en la relación con su mujer y ésta, expresa lo que ella es en su relación con el hombre. Dado que la actividad humana y el gozo son siempre sociales «ser capaz de esta relación, sin degradación del otro, es ser capaz de vivir la necesidad humana, necesidad del otro, de una manera humana.»²⁹; con lo que se logra llenar de algún modo el vacío existencial que nos constituye.

Sin embargo, en la pareja, en la familia, en las relaciones primarias, el ser humano sólo existe para el otro de manera limitada. Para llegar a comprender niveles de relación más complejos es necesario considerar el papel que juegan otras mediaciones institucionalizadas más sofisticadas. El amor, no puede ser la fuerza social de integración, ni el elemento central de la eticidad, pero sí un presupuesto necesario para la participación pública. La lucha por reconocimiento se convierte en potencia positiva y ética al contemplarse en el marco del sistema que representa la actividad política ya que «sólo el sentimiento de ser reconocido y afirmado en su específica naturaleza de querencia hace que en un sujeto se origine el grado de confianza en sí que le capacita para una legítima participación en la formación de la voluntad política.»³⁰

²⁸ *Ibid.*

²⁹ GRUESO, *op. cit.*, p.97.

³⁰ HONNETH, Axel *Op.Cit.*, p.53-54.

Aunque el reconocimiento emocional es fundamental para la autonomía, resulta limitado al no verse sacudido por conflictos que le fuercen a reflexionar sobre las normas más globales, universales y generales que regulan las interacciones. Cuando un individuo por ejemplo, se apropia de algo comunitario, se desata en el sujeto desposeído una irritación normativa. La persona excluida, que esperaba ser tomado en cuenta en los planes de acción de los demás, responde agresivamente. Pero más que por el objeto que le ha sido robado, su reacción se explica por el vínculo intersubjetivo que se ha traspasado, por la confianza que se ha roto y que él tenía puesta en normas mutuamente vinculantes de actuación («a partir de la apropiación inicial se ha desarrollado una situación conflictiva, en la que dos partes, que saben su dependencia social respecto del otro, se hacen frente con hostilidad»³¹). De ahí la necesidad de establecer relaciones de reconocimiento jurídico que, en función de derechos, normas e instituciones de carácter universal y abstracto, determinen formas de convivencia donde los individuos puedan exigirse mutuamente respeto recíproco en términos de igualdad, así como la posibilidad de acceder a bienes sobre los cuales consideran tener el mismo derecho que los demás porque «toda potente conexión afectiva entre los hombres abre recíprocamente la oportunidad de referirse relajadamente a sí mismo»³².

El reconocimiento es una potencia productiva y transformadora de los impulsos de los sujetos y un empuje normativo e innovador hacia el desarrollo del derecho. Éste, no se circunscribe al ámbito particular de las relaciones sociales cercanas. La esfera social sólo se puede construir mediante relaciones de derecho que garanticen el deseo de los individuos a manifestarse plenamente. La formación del yo práctico está ligada al presupuesto de un reconocimiento recíproco entre los sujetos. Sólo si los individuos se ven y sienten confirmados en su identidad, luego de los conflictos a través de los cuales consolidan su autonomía y autoestima, pueden llegar a un entendimiento complementario entre sí.

6. Talleres para "fortalecer el corazón".

³¹ *Ibid.*, p.61.

³² *Ibid.*, p.129.

A finales del 2008, la Comisión de Apoyo a la Unidad y Reconciliación Comunitaria (CORECO)³³ nos invitó a facilitar un proceso de evaluación del proyecto en el que vienen trabajando desde 1997 para construir paz, en el contexto del conflicto armado que se vive en el estado de Chiapas-México. En el diálogo con los integrantes de esta organización se enfatizaba como una de las fortalezas institucionales los *Talleres para el Fortalecimiento del Corazón* que se habían impartido en diferentes comunidades en el periodo que se estaba evaluando³⁴. Al constatar las coincidencias entre aquellos talleres y los aspectos afectivos y emocionales que aquí hemos esbozado, se consideró conveniente terminar este trabajo comentando algunos aspectos que son abordados en esos talleres que, buscando recuperar la sabiduría maya para el manejo de los conflictos, incorporan también múltiples aspectos de índole socio-afectiva.

Como objetivo de esta actividad cuyo destinatario principal son mujeres, se señala la posibilidad de tomar conciencia personal y poder compartir con las compañeras cómo se encuentra el propio corazón, qué se está haciendo para darle mayor fuerza y ánimo e identificar qué está haciendo falta para asumir el compromiso que supone el trabajo con los grupos de mujeres y con las comunidades. Para avanzar en esa dirección se utiliza un conjunto de dinámicas o técnicas grupales como las que a continuación se describen:

- Dinámica de "*Las ciegas*". Con este ejercicio se inicia el proceso para el fortalecimiento del corazón buscando crear un ambiente de confianza y cercanía entre las participantes y crear así un ambiente favorable para poder compartir situaciones importantes que se han dado a lo largo de la vida.
- Con "*La Historia de mi vida*", al plasmar en un dibujo los hechos más significativos de la propia vida y compartirlos con alguien más, se pasa a reflexionar colectivamente cómo es que la vida está marcada permanentemente por situaciones alegres y tristes y cómo, los problemas cotidianos que debemos enfrentar, aunque nos debilitan en el momento en que suceden, son experiencias que nos ayudan a crecer y aprender cosas nuevas.

³³ Una ONG fundada en 1996 en San Cristóbal de las Casas, Chiapas, cuya misión consiste en ofrecer a las comunidades que lo soliciten procesos y herramientas que favorezcan la transformación positiva de sus conflictos y vías para encontrar soluciones no violentas a sus problemas.

³⁴ El contenido de estos talleres se puede consultar electrónicamente en CORECO (2007) *Talleres de fortalecimiento del corazón. Codimuj-Sureste*, en <http://coreco.org.mx/biblioteca-cuadernos/cuaderno-6-talleres-codimuj-sureste-fc.pdf> (10 de marzo de 2011).

- Mediante el ejercicio "*Corazón de niña*" se espera que las participantes tomen conciencia de cómo su corazón de niña, que en principio fue tierno, frágil, bonito, alegre, sincero..., está marcado por cicatrices que le produjeron los regaños, reproches e incomprensiones que sufrió de parte de sus padres, abuelos o personas mayores cuando era pequeña. Estas heridas y cicatrices, con el paso del tiempo, se han transformado en diferentes escudos o corazas (desconfianza, indiferencia, miedo, agresividad...) que le han resultado útiles al corazón para protegerse de las agresiones, aunque le han servido también para aislarse de los demás. Pero en la medida en que continúan estando presentes en la persona, ésta vivirá preocupada, con dudas, con miedo o se hará egoísta, celosa, orgullosa, etc. A pesar de todo, en el fondo de todas las personas continúa latiendo ese corazón alegre de niña o niño («es como si se tratara de una cebolla que tiene muchas capas»--se comenta para hacer entendible esta situación) que quiere ser reconocido. Por lo tanto, el trabajo a realizar consiste en ir quitando poco a poca aquellas capas que no dejan ver lo bonito y tierno que hay en el corazón de las personas para darles nueva fuerza y vida.
- Para identificar las propias cualidades o capacidades se utiliza el ejercicio titulado "*Nuestro pozo*" a través del cual las participantes van señalando las cualidades que tienen como mujeres (vida, dignidad, valor, libertad, voluntad, capacidad...) y se aclara que es como si se tratara de un pozo lleno de agua cristalina. Pero al igual que sucede con el agua, diferentes situaciones de la vida han dañando nuestra salud emocional, mismas que tenemos que sanar para que vuelva a brotar esa agua que nos refresca y da vida.
- Para reconocer y valorar el propio ser de mujer se hace el ejercicio "*¿Quién soy yo*". En primer término, se pide a las participantes caminar libremente por el salón y que cuando se topen con alguna compañera la saluden, la miran a los ojos y si quieren, la tomen de la mano o le den un abrazo. Prosigue el ejercicio hasta que todas hayan intercambiado miradas, saludos o abrazos. Al final se dialogan los sentimientos provocados por el ejercicio. En un segundo momento, cada una escribe en los pétalos de una flor hecha de papel alguna característica que las distinga personalmente. Cuando todos han terminado de escribir en su flor, se comparte los escritos en pequeños grupos y explica qué sentimientos le provoca ser de esa manera o qué cosas nuevas descubre de sí misma.

- Con el ejercicio "*Reconociendo mi cuerpo*" se busca que cada participante tome conciencia de la vida que tiene cada una de las partes de su cuerpo y valore su importancia. Para lograrlo, cada quien va tocando suavemente las partes del cuerpo y al final se abre el diálogo por qué son importantes el cabello, las orejas, las cejas, los dientes, las uñas, la espalda, los pechos, el estómago...
- Hacia el final de los talleres se le pide a cada una de las participantes hacer un dibujo o escribir una frase o palabra que considere puede ser un bonito regalo para alguna compañera. En seguida se busca a quién dárselo y al entregarlo le dice: "Te regalo este... porque...".

Reflexión final.

"Amar es una decisión" --escuché decir a una persona cuando le comenté la temática sobre la que versaría este ensayo-- y considero que es una buena síntesis de lo que aquí se ha expuesto. El amor, según se desprende del análisis de sus significados, supone la voluntad para decidir desde lo más profundo del corazón, así como el tacto suficiente para identificar lo que resulta idóneo realizar o no de acuerdo a las personas y a las situaciones específicas que van apareciendo en el acontecer cotidiano. Pero las decisiones y la voluntad sólo surgen y se consolidan en sujetos cuyos deseos los hacen únicos e irrepetibles, aunque nunca los podrán ver completamente satisfechos. Sin embargo, el desarrollo de su sensibilidad corporal, además de contribuir al reconocimiento de los deseos inconscientes, ayuda a superar situaciones críticas vividas en el pasado y sirve para saberse uno mismo vinculado a los demás como seres vivos de la misma especie. Este reconocimiento emocional, corporal y sensible, que es un proceso individual y social a la vez, trae aparejada la autonomía que se requiere para participar activamente en la vida política en la que se comparten un conjunto de valores sociales y una serie de derechos que a todos nos obligan. Es por lo tanto, en todos estos niveles, desde lo individual hasta lo jurídico-político donde deben diseñarse fórmulas, mecanismos o instituciones que permitan el florecimiento de los deseos, la expresión de los sentimientos y la consolidación de los valores a través de los cuales se manifiestan las capacidades que tenemos los seres humanos para amar y ser amados.

Bibliografía.

ACOSTA MESAS, Alberto (2004) Regulación de conflictos y sentimientos, en: MOLINA RUEDA, Beatriz y MUÑOZ, Francisco A. (eds.) *Manual de paz y Conflictos*. Granada, Universidad de Granada.

CABARRÚS, Carlos Rafael (2006) *La danza de los íntimos deseos: siendo persona en plenitud*, Bilbao, Desclée de Brouwer.

CASTILLA DEL PINO, Carlos (2003) *Teoría de los sentimientos*, Barcelona, Tusquets.

CORTINA, Adela (2007) *Ética de la razón cordial. Educar en la ciudadanía en el siglo XXI*, Oviedo, Nobel.

DICCIONARIO IDEOLOGICO DE LA LENGUA ESPAÑOLA (1998), Barcelona, Bibliograf.

DOMÍNGUEZ MORANO, Carlos (2003) *Los registros del deseo: del afecto, el amor y otras pasiones*, Bilbao, Desclée de Brouwer.

FROMM, Erich (2010) *El arte de amar*, México, Paidós.

GRUESO, Delfín Ignacio (2006) Marx y el reconocimiento, en: *El hombre y la máquina*, En-Jun. No. 026, Universidad Autónoma de Occidente, Cali, Colombia, pp.88-101.

HONNETH, Axel (1997) *La lucha por el reconocimiento*, Barcelona, Crítica.

MONTERO, Maritza (Coord.) (1994) *Construcción y crítica de la psicología social*, Barcelona, Anthropos.

MOSCA, Juan José y PÉREZ AGUIRRE, Luis. (1985) *Derechos Humanos, pautas para una educación liberadora*, Montevideo. Trilce.

PEREZ AGUIRRE, Luis (2001) *Desnudo de seguridades. Reflexiones para una acción transformadora*, Montevideo, Trilce.

- (1997) La lucha por los derechos humanos y la paz: una opción entrañable, en: PÉREZ VIRAMONTES, Gerardo (Coord.) *Educación, paz y derechos humanos. Ensayos y experiencias*, Guadalajara, ITESO.

- (1996). *La condición femenina*, Montevideo. Trilce.

- (1992) *La opción entrañable ante los despojados de sus derechos*, Santander, Sal Téréea.

PÉREZ VIRAMONTES, Gerardo (2010) *Reconocimiento intersubjetivo de necesidades humanas para construir paz. El caso de Usmajac (Jalisco-México)*, Granada, Tesis doctoral.

REDORTA, Josep, OBIOLS, Meritxell y BISQUERRA, Rafael (2006) *Emoción y conflicto. Aprenda a manejar las emociones*, Barcelona, Paidós.

RENDON, Carlos Emel (2007) La lucha por el reconocimiento en Hegel como prefiguración de la eticidad absoluta, en: *Ideas y valores*. Revista Colombiana de Filosofía. Abril, número 133, Universidad Nacional de Colombia, Bogotá, pp.95-112.