



COMUNICACIÓN
CÓSMICA

HACIA UNA INTEGRACIÓN PSICOLÓGICA
DEL HOMBRE

MENSAJES DEL MAESTRO HILARIÓN

COMUNICACIÓN CÓSMICA

Allende 1107 Oriente - Monterrey N.L., México - C. P. 64000 - Tel: (81)- 83-43-41- 57

email: comcos@hotmail.com

1. INTRODUCCIÓN.

Tema de esta nueva serie de instrucciones.

Este proyecto que estamos a punto de iniciar consiste en una serie de lecciones acerca de la integración psicológica del hombre. De hecho, el título de estas lecciones será precisamente ése: "**Hacia una Integración Psicológica del Hombre**"; un ensayo en el que expondremos los diferentes aspectos que el hombre manifiesta y que por el hecho de darse dentro de contextos diferentes, da la impresión de que son facetas distintas de un mismo ser; entenderemos que los conflictos no son más que intersecciones de estas diferentes facetas del ser, y, a la vez, buscaremos explicar cuál es la dinámica de interacción que se trabaja, vive o convive, en sus campos sociales, vitales y de la psiquis del yo. En estas instrucciones procuraremos entender no solamente el mundo interno del hombre, sino que dividiremos las fuerzas que interactúan en una persona, individualmente, y a través de la raza humana, colectivamente; un estudio que complementará los que anteriormente han recibido y que, igualmente, servirá para el encauzamiento hacia nuevos horizontes de armonía interior.

Programa: De los efectos a las causas. Guía de acción.

El programa que buscaré desarrollar será simple y lógico; primeramente expondremos una serie de hechos u observaciones que pueden ser realizados tanto en otras personas como en uno mismo; después, interiorizaremos en la psiquis del hombre tratando de explicar los porqués de esos hechos, para finalizar estudiando las causas y los remedios. Como ven, la organización de los temas es sencilla y lógica; buscaremos terminar esta serie de instrucciones en una propuesta de disciplina psicológica, que pueda servir a todas las personas como una guía de acción, para lograr su total integración como ser humano, y, por lo mismo, alcanzar la paz interior.

PRIMERA PARTE:

LA PERSONALIDAD FRAGMENTADA

2. LA PERCEPCIÓN DEL HOMBRE.

Vamos a iniciar un estudio acerca de la integración humana y nos sumergiremos hacia campos nuevos que serán de mucha utilidad en la formalicen de nuevas corrientes, que permitan al hombre integrar su psiquis, para eliminar sus conflictos interiores. Vamos a partir de un hecho básico fundamental.

La realidad interior se alimenta de la percepción de lo externo.

La psiquis del hombre es el resultado de la percepción que se tiene del mundo exterior, asimilado a través de los complejos mecanismos internos de la mente. Un ser humano percibe la realidad del mundo en que vive y la interpreta o procesa de acuerdo a sus procesos mentales. Estos programas mentales son el resultado, a su vez, de su propia y específica historia personal. Todo esto conforma una realidad interior, una visión del mundo en la cual el hombre camina, se mueve, piensa y decide lo que, a su vez, se manifestará en su conducta exterior. De hecho la conducta humana no es sino el resultado de la realidad interior que el hombre ha formulado en base a su percepción del entorno en que se mueve. Esta es la premisa fundamental sobre la cual desarrollaremos este estudio.

Como ustedes podrán observar, el hombre percibe del mundo que le rodea, una serie de estímulos cuyos canales de entrada son los cinco sentidos; algunos de ellos participan con mayor cantidad de información que otros, por ejemplo, el visual. El canal visor percibe muchas veces más estímulos, que el canal auditivo, y éste, a su vez, percibe muchas veces más estímulos que el canal del tacto y así sucesivamente, el del olfato y el del gusto. Necesariamente, dada la mayor cantidad de información que se percibe a través de uno de los canales, es sumamente importante entender algunos procesos que se dan en la mente del hombre para procesar esa infinidad de estímulos provenientes del exterior.

Los procesos de generalización, eliminación y distorsión.

Aprovecharemos aquí algunos de los conceptos de la psicología tradicional. El hombre, partiendo de los estímulos que percibe, inicia un mecanismo de discriminación entre todos ellos, que le permite procesar la información para hacerla útil a sus propósitos, pero en este proceso, son básicamente tres, los mecanismos que alteran la realidad percibida; uno es la generalización en la cual el ser parte de una experiencia particular y la eleva a la categoría de ley, aplicable a todas las experiencias similares, o bien, produce un efecto de eliminación en donde, involuntariamente, o debiéramos decir, inconscientemente, ignora parte de la información recibida, con el fin de hacerla congruente con sus creencias personales, y, finalmente, el proceso de la distorsión, en donde los estímulos que provienen de su entorno son combinados en su significación e interrelación, debido a las experiencias que la persona ha acumulado en su pasado. Estos tres procesos, **generalización, eliminación y distorsión**, alteran la percepción del mundo dentro de la psiquis de la persona.

Las experiencias humanas son como paquetitos de información.

Un aspecto que no debemos olvidar, es que, las experiencias que un ser humano va acumulando a lo largo de su vida, podrían muy bien ser divididas en pequeñas unidades; cada pequeña unidad consistiría de una experiencia formada por imágenes visuales, experiencias auditivas, o kinestésicas, incluyendo, además, los pensamientos que el ser humano tuvo en el momento de estarla viviendo. Esta experiencia podría ser visualizada como un paquetito de información que el ser humano va a archivar en alguna parte de su memoria. Podríamos entonces decir, que, a lo largo del día, el ser humano va acumulando pequeñas unidades de experiencia, pequeños paquetes de información formulados en base a un conjunto de estímulos del exterior, complementados con ciertos procesos mentales que se dieron en el momento de su procesamiento; ésta sería una pequeña unidad de experiencia. Este concepto va a sernos muy útil en el estudio que vamos a desarrollar, por la siguiente razón:

Lo que diferencia a un ser humano de otro. Las cadenas de paquetitos.

Cuando el hombre va acumulando estos paquetes de experiencias surgen pequeñas diferencias entre ellos, por ejemplo, habrá paquetes de experiencias en los que el hombre reciba gratificaciones, caricias, o triunfos personales; habrá otros, en donde el ser humano reciba experiencias negativas, frustrantes, o bien, que le ocasionen depresiones momentáneas. Cada paquete de experiencias contendrá ciertas características que le permitirán al hombre archivarlas, de acuerdo, precisamente, a las sensaciones de gratificación o de dolor que haya recibido; estos pequeños paquetes, a lo largo del tiempo, van formando cadenas, que, acumuladas en ciertas áreas de la memoria, forman parte de la psiquis del ser.

Si estas cadenas de paquetes pudieran ser visualizadas como pequeñas cámaras dentro de nuestro cerebro, podríamos entonces afirmar, que en cada cámara, se encuentran paquetes que dieron al hombre unas ciertas características de placer o de dolor.

Más adelante veremos, cómo estas pequeñas unidades de experiencias, son las que en realidad van formando áreas de personalidad que pueden, o no, ser compatibles con el resto.

Personalidad desintegrada.

Estas son las bases de porqué el hombre pareciera tener una personalidad desintegrada, o bien, una personalidad formada por distintas entidades. Lo que en realidad resulta es que, el ser humano, a medida que recibe cada uno de los paquetes de experiencias, inmediatamente su mente lo asocia a esa área en donde se encuentran paquetes similares, actúa de acuerdo a las experiencias que ha acumulado, las cuales han sido previamente clasificadas por los resultados que obtuvo. Esto da coherencia, dentro de esa pequeña área, al ser, pero una vez que se enfrenta a otra experiencia cuyos resultados son de otra índole, el ser humano cambiará de área psíquica y se comportará como otra persona; y la explicación se cimienta en el hecho de que, dentro de su psiquis, se encuentra otra área, igualmente formal, en donde ha clasificado una serie de experiencias que le permiten actuar congruentemente con ellas y que nada tienen que ver con la serie anterior de experiencias; decimos que el hombre ha cambiado su personalidad.

Pues bien, en base a estos conceptos, iremos desglosando una serie de observaciones que nos permitirán estudiar, de una manera formal y analítica, los fenómenos que el hombre presenta en su conducta psicológica.

Como habrán percibido, no es sencillo, en primera instancia, captar las ideas; sin embargo, es importante, porque hacia adonde vamos, la psicología todavía no ha llegado.

3. LAS EXPERIENCIAS Y LA FORMACIÓN DE LA PERSONALIDAD.

Decíamos, que las experiencias que el hombre va acumulando en su vida se almacenan en pequeños paquetes, conformados, cada uno, con la suma de los estímulos recibidos a través de los cinco sentidos, complementados por los procesos mentales que a su vez originaron. Es conveniente hacer mención que los estímulos, por sí mismos, carecen de un significado para la conciencia humana; es, hasta el momento en que la mente los procesa, cuando podríamos decir que cada una de las percepciones ha sido complementada con las demás.

Clasificación general de las experiencias: de placer y de dolor.

Los procesos mentales proveen, entonces, la materia prima que da forma a los estímulos percibidos del exterior; en su conjunto, percepciones, más procesos mentales, conforman cada uno de los paquetitos de experiencias que el ser humano va clasificando en su memoria. Esta clasificación, aunque es diferente para cada ser humano, mantiene factores que son básicamente similares para todos. En principio, aquellas experiencias que proporcionan placer son clasificadas juntas, mientras las otras que proporcionan dolor, igualmente, son clasificadas juntas.

Las distintas subdivisiones, dentro de estas dos grandes clasificaciones, son aspectos netamente individuales y, por lo mismo, difieren para todos los seres humanos. La razón fundamental de la complejidad de las posibles clasificaciones que cada ser humano utiliza para ir almacenando sus experiencias, se deriva de los patrones que está observando en el resto de las personas con quienes convive; esto, en el momento de la formación de su personalidad, es decir, en sus primeros años de vida. Los patrones absorbidos de parte de sus padres, hermanos o familiares más cercanos, se constituyen en las secuencias lógicas que él mismo adoptará para sí mismo y dentro de las cuales irá clasificando sus propias experiencias.

Negación o eliminación de las experiencias.

Ahora bien, en el transcurso de la vida de una persona, es frecuente encontrar experiencias que contradicen los modelos creados en su mente, es decir: áreas de su personalidad que no son otra cosa que áreas donde han sido clasificados ciertos paquetes de experiencias con características similares, de pronto se ven desafiadas por una experiencia nueva; el ser humano, entonces, tiene dos opciones; o bien, niega la experiencia, reinterpretándola de acuerdo a los patrones ya establecidos en un proceso que podríamos llamarle distorsión, o bien, elimina elementos de la experiencia que no concuerdan con el modelo que tiene ya preestablecido en su historia personal; a este proceso le llamamos eliminación.

Aceptación y asimilación de las experiencias.

Cuando éste es el caso, la experiencia logra embonar dentro de los modelos que el ser humano ha adoptado previamente, pero tiene una segunda opción; puede ser que la experiencia la tome tal cual, sin ninguna distorsión ni eliminación y, entonces, el modelo que previamente había establecido se derrumba, originando un nuevo patrón de conducta, es decir, se restablece un nuevo modelo en el

cual puede ser incorporada esta experiencia en conjunto con las anteriores; decimos, entonces, que la persona ha sufrido una experiencia fuerte y que ha cambiado su personalidad.

La exploración de las experiencias. La historia personal.

Lo interesante de esta forma de analizar la conducta humana, es que podemos, para fines terapéuticos, explorar cuáles son las experiencias sobre las cuales una determinada conducta de la persona está siendo soportada. Todos los seres humanos actúan de cierta forma, en base de las experiencias que han acumulado a lo largo de su vida; un cierto patrón repetitivo que produce resultados negativos para la persona, puede tener su raíz en una cierta área de su memoria, en donde han sido clasificadas, en cierta forma, algunas experiencias anteriores. El modelo que tal persona ha construido en base a su historia personal, está afectando su vida sin que él pueda hacer algo al respecto; carece de los elementos que le permitan reinterpretar sus experiencias pasadas, o bien, enriquecerlas, para contar con mayores opciones de conducta.

El hombre crea una estrategia para interactuar con los demás.

Generalmente, las personas interactúan con el resto de los seres humanos utilizando armas que les han servido en ocasiones anteriores, así, las personas bromistas han encontrado, que a través de las bromas, es posible acercarse a las personas; en su experiencia, esto le ha resultado positivo anteriormente y sigue utilizándolo, hasta el momento en que encuentre personas con quienes no resulte su modelo de conducta. En ese momento, en su experiencia, contará con un nuevo elemento y su modelo se enriquecerá, pues tendrá que encontrar diferentes formas de conducta, que puedan ahora darle los mismos resultados que su estrategia anterior. Para otras personas, la formalidad o la seriedad han sido las armas que le han producido buenos resultados. En otras, la crítica autodestructiva les permite acercarse a las personas creándoles una atmósfera de compasión, y, así, cada persona va creando su propia estrategia personal para interactuar con los demás.

Pero, démonos cuenta, que su conducta se basa en experiencias anteriores; démonos cuenta, que dado que ese resultado de una serie de paquetes de experiencias personales tiene sus limitantes y, por lo mismo, no puede ser una estrategia con resultados universales. Lo importante, al momento de estudiar la integración de los seres humanos, es poder quitar todas las clasificaciones internas, de las experiencias que el ser humano va acumulando a lo largo de su vida.

Terapia de integración psicológica.

Entender que los procesos mentales no son otra cosa que el pegamento que da forma a una serie de percepciones y lo manda a una determinada área de personalidad, es justamente acercarnos a lo que podríamos llamar la terapia de integración psicológica.

Cuando hablamos de que los iniciados buscan desligarse del mundo, sumergirse en la vida impersonal y alcanzar la fusión con sus vehículos superiores, realmente nos estamos refiriendo al entrenamiento que debe ser asimilado, en forma de terapia, para que los discípulos puedan, primero, observarse dentro de su misma complejidad y, después, ir eliminando las barreras que vamos a ir mencionando: barreras de distinciones, barreras de diferenciaciones, que subdividen al hombre y desintegran su conciencia universal.

En las próximas sesiones hablaremos de cómo los sentimientos nacionalistas de deporte, de religión, de apellidos, y demás formas de subdivisiones, constituyen áreas de personalidad sobre las cuáles y de una manera natural, el ser humano va clasificando sus propias experiencias. Después observaremos cómo, cada una de estas áreas de clasificación de experiencias, conforma, a su vez, una área de personalidad. Y, finalmente, empezaremos un proceso de eliminación de barreras para integrar esas áreas y convertirlas en una sola.

4. UNA CLASIFICACIÓN DE LAS EXPERIENCIAS HUMANAS.

Comentábamos en la sesión anterior, que si bien las experiencias de cada persona se van acumulando en determinadas áreas de la memoria en forma de paquetitos de experiencia, también es cierto, que los patrones regidos para la clasificación de estos estímulos son el resultado de la observación directa de las personas que rodean a cada uno de nosotros.

Los patrones de clasificación.

Hemos de ser claros al decir, que la mente humana tiene una capacidad excepcional para absorber estímulos y patrones de clasificación. Cada vez que un padre explica a su hijo alguna determinada experiencia, en realidad, lo que está haciendo, es ayudándole al hijo a interpretar los estímulos que provienen del exterior; esto significa que le está dando las claves de cómo organizar sus experiencias internamente. De esta forma, los niños del mundo aprenden los patrones de clasificación, de aquellas personas que los están educando.

Los hechos fríos constituyen la realidad que llega a todos nuestros sentidos; la forma de entenderlos, de interpretarlos, de clasificarlos, es particular de cada ser humano, pero la mayoría de las veces es asimilada a través de la convivencia continua con otras personas.

Podemos decir que el infante aprende a entender al mundo en que vive, a través de los programas y patrones de sus padres o de la gente que lo rodea; a medida que transcurre su vida, él va acumulando nuevos estímulos y experiencias, lo cual enriquece los modelos que había formulado para interpretar al mundo. En este proceso, el adolescente o el niño, somete a prueba los modelos que ha venido fabricando, y cada vez que recibe una experiencia que contradice su propio modelo, fabrica otro, lo enriquece y lo llena de opciones. Sin embargo, cuando se hace presente el temor, o la vergüenza, o los prejuicios, o ciertas reglas inculcadas en su educación por parte de personas mayores, constituyen, entonces, limitantes; la clasificación de las experiencias deja de ser libre dentro de la mente del niño en formación.

Imaginen ustedes una gran biblioteca en donde continuamente se están recibiendo libros; imaginen de pronto que alguien empieza a colocar títulos en los diferentes libreros de su biblioteca; ustedes, entonces, estarán obligados a clasificar dichos libros debajo de los títulos ya preestablecidos; en cambio, si se les concede la libertad de clasificarlos a su propio gusto, las opciones que tendrían serían prácticamente infinitas. Eso es justamente lo que pasa cuando los padres dan consejo a sus niños, les establecen clasificaciones bajo las cuales, los niños, irán acumulando sus propias experiencias personales.

La herencia psíquica.

Aun cuando este tipo de educación ha probado ser efectivo puesto que auxilia en la supervivencia de los niños y les evita caer en graves errores que puedan traer consecuencias en su vida futura, también es cierto, que constituye un proceso mediante el cual, la mente del niño, será prácticamente una copia de la mente de sus padres. El hijo recibe no únicamente una herencia biológica, sino, igualmente, una herencia psíquica; hereda la visión que sus padres tienen del mundo, y, a menos que su propia vida tenga la suficiente riqueza como para alterar los modelos sembrados en su mente, el hijo tendrá exactamente el mismo comportamiento conductual que el padre.

Las barreras psicológicas, sociales y nacionales.

Al observar la historia, uno puede darse cuenta de que existen barreras que separan a los individuos y que estas barreras no son tanto físicas, sino psicológicas. Podríamos entonces decir, que los seres humanos se van diferenciando unos de otros, en primer término, por su nombre. En el momento en que cada persona tiene un nombre distinto, en ese momento se identifica a sí mismo como un ser diferente de los demás; su nombre lo hace diferente a todos, es propio, y constituye el primer concepto separatista del hombre; él sabe que cuando mencionan su nombre se dirigen exclusivamente a él.

Un proceso diferente puede ser observado cuando el padre le habla a su hijo diciéndole, exclusivamente, hijo. Si en la familia existen varios hermanos, es probable que alguno de ellos no se sienta aludido; es probable que no respondan de la misma forma y eso se debe a que el padre ha utilizado un pronombre colectivo. Observen el comportamiento de una persona cuando se habla en términos colectivos y cuando se habla en términos específicos; observen los procesos mentales que se forman internamente en la persona; esto nos da una idea de cómo, aspectos tan abstractos como el nombre, constituyen barreras que diferencian a una persona de las otras.

Otra barrera es la familia. Cada integrante de la familia se identifica con ella, pero, a la vez, se siente diferente al resto de las familias; constituye su concepto de yo expandido al grado de familia; la forma como se identifica con los miembros de su propia familia es muy diferente a los sentimientos y pensamientos que se generan en relación a otras personas que no son de la familia.

Después, vienen las relaciones que tienen que ver con la escuela o con su ciudad, o con su estado, o bien con su país; todas éstas son, igualmente, barreras que distinguen a unas personas de otras. Mientras más fuertes sean los sentimientos regionalistas o nacionalistas

de una persona, tanto mayor serán sus barreras que le impedirán una identificación plena y total con seres humanos de otras partes o regiones del planeta. Aun cuando éstos puedan ser salvados mediante la adecuada educación de una persona, existe una barrera diferenciacional que tiene que ver con el lenguaje.

Las barreras del lenguaje.

El lenguaje que los seres humanos utilizan, constituye la herencia de cientos de años de evolución; cada lenguaje representa una visión de la realidad, es decir, existen palabras, en cierto idioma, que carecen de traducción en otro; existen palabras cuya significación engloba tres o más significados totalmente distintos en un lenguaje, mientras que en otros son demasiado precisos. Estas diferencias, entre lenguajes, modifican la percepción de la realidad que el ser humano tiene; así pues, un Inglés, un Danés y un Mexicano, tendrán diferentes visiones de la realidad, simple y sencillamente por el lenguaje que están utilizando.

Si bien es cierto, que el lenguaje nació como un resultado de la necesidad del hombre de comunicarse y hablar acerca del mundo que le rodea, también es cierto que, actualmente, los niños, al aprender un lenguaje, están aprendiendo a identificar las cosas a las que se refieren cada una de las palabras de su lenguaje. Algunos lenguajes tienen una gran riqueza de tipo espiritual como el Sánscrito, por ejemplo, o el Hebreo, las personas que los conocen estarán mejor capacitadas para hablar en términos espirituales, que aquellas que carecen de esos términos. Así pues, los lenguajes constituyen una barrera muy importante para el entendimiento de los seres humanos.

Las barreras de las religiones.

Después vienen las barreras derivadas de la religión. Desgraciadamente, las religiones llevan asociadas, dentro de sus enseñanzas, por una parte, la urgente necesidad de ser salvados y, por la otra, el temor a ser condenados por un supuesto poder maligno. Esta dicotomía en los conceptos entre el bien y el mal, entre un ser demoníaco y un ser divino, constituye, sin lugar a dudas, una de las grandes limitantes para el entendimiento de los seres humanos. La forma de interpretar a estas dos grandes fuerzas cósmicas, a través de una personalización, tiene efectos tremendamente nocivos sobre la evolución espiritual de los seres humanos. Estos conceptos religiosos, inevitablemente, tienen repercusiones en las conductas de los seres humanos; así pues, es de esperarse, que, en ciertas áreas, no pueda haber una integración total entre los seres humanos.

Voy a dejar aquí mi clasificación para continuarla en las siguientes sesiones; sin embargo, debo aclararles, que existen otras muchas formas distintas de clasificar las experiencias humanas. En nuestro estudio es preciso tenerlas en cuenta, a fin de entender cómo es que la desintegración humana, reflejada en la multitud de problemas que como humanidad se tienen, no es sino la consecuencia de una desintegración de la personalidad individual.

5. OTRAS BARRERAS ARTIFICIALES ENTRE LOS SERES HUMANOS.

Comentábamos acerca de las barreras psicológicas que distinguen y separan a los seres humanos. Mencionábamos el nombre, los regionalismos, las barreras del lenguaje, de la religión y otras no menos importantes.

Las barreras étnicas.

Podríamos seguir hablando de las diferencias étnicas que existen, por ejemplo, entre los negros con los blancos; dichas diferencias conllevan, no únicamente un separatismo de cultura, sino que, incluso, va más allá. Las raíces históricas siembran en los seres humanos, odios profundos, envidias, egoísmos, y una multitud de emociones que difícilmente pueden ser superadas en los seres humanos, aun cuando sean correctamente educados dentro de principios universales.

Los gobiernos hacen grandes esfuerzos porque estas barreras sean disueltas. Las legislaciones amparan por igual a unos y a otros, sin embargo, los seres humanos se asocian, se unen y crean núcleos de fuerza que chocan unos con otros, simplemente para dar cauce a ese odio racial que se lleva inyectado en la sangre, causado por una historia que se remonta a siglos atrás.

Pero ese odio no nace con el niño, ese odio también es creado, y los pequeños paquetes de experiencias que van siendo percibidos por los infantes, son clasificados de acuerdo a lo que sus padres les dicen, y llegará un día en que el padre le diga al hijo, cuando aún no ha crecido lo suficiente para entenderlo: hijo mío, tú eres como yo y aquellos son diferentes, ellos son “negros”, o son “blancos”, o son “judíos”, o son “árabes”; cuídate de ellos porque son distintos a nosotros. Y la mente que escucha esto, sin ser capaz de entender, absorbe una nueva clasificación de sus experiencias, y de ahí en adelante, todo aquello que vea diferente, entre los otros y

él, podrá ser entendido en función a esa explicación que su padre le diera y nacen los resentimientos y los odios que van creciendo junto con el niño.

Tal vez los odios raciales sean el cáncer más nocivo que la humanidad tiene, sin embargo, existe una solución, existe una terapia, hay esperanzas, y hay quienes entienden esta esperanza, y hay quienes están aplicando las terapias. Los grandes líderes espirituales del mundo luchan por dar a cada hombre, a cada ser humano, el mismo espacio y los mismos derechos dentro de la sociedad; esto es algo digno de alabarse y apoyar.

Las barreras sociales.

Existen otras barreras, como por ejemplo, las de las clases sociales. Los pobres y los ricos, sentimientos que, cuando se hacen colectivos dentro de una sociedad, son las semillas que gestan una revolución; las clases sociales son el fruto de los mismos sistemas humanos que no han podido aún perfeccionarse, al grado de que las clases puedan convivir unas con otras, eliminar las trabas que separan a los de arriba de los de abajo, incorporar a las clases marginadas y dar una cultura suficiente a todos, para que puedan, juntos, forjar una nueva sociedad más equitativa y equilibrada.

La barrera del sexo.

Otro aspecto que separa a los seres humanos y los divide en dos grandes porciones, es el sexo. La educación y los pensamientos, las costumbres, e incluso la visión del universo, es diferente para los hombres y las mujeres y, entonces, se sienten diferentes y buscan la igualdad en todos los campos. La mujer, con su propia visión de la vida, reclama un lugar similar al del hombre, en la sociedad, y el hombre hace lo propio, pidiendo decidir cosas que afectan por igual, a la mujer y a sí mismo. Problemas como el aborto, o la paternidad, son algunos ejemplos en donde la lucha de los sexos se vuelve más encarnizada; sin embargo, estas barreras que dividen y separan a los seres humanos en grupos, en clases, en sectas, en países o regiones, no son sino aparentes, todas son clasificaciones aparentes, clasificaciones heredadas, que cada ser humano va asimilando a medida que va creciendo.

Los conflictos del ser humano en la actualidad.

Llegamos entonces a la actualidad. Un hombre o una mujer camina por las calles, consciente de que tiene un nombre, de que tiene una familia, de que es ciudadano de un país, de que tiene una religión y un lenguaje, de que es mujer o de que es hombre, de que tiene ciertas responsabilidades para con sus hijos o su pareja y todo eso le hace sentirse único; todo eso le da una razón a su vida, él o ella son un fruto más de la sociedad, uno más de la multitud, pero junto con todas esas sensaciones, con esas ideas, van también los conflictos, y su papel de madre o de padre, le crea conflictos con su papel de trabajador y trabajadora; su función de hermana le crea conflictos con su función de esposa o esposo, su situación económica le crea conflictos con sus hijos; las responsabilidades del trabajo le impiden dedicar el tiempo que requiere su familia; las obligaciones religiosas le impiden comportarse abiertamente con algunas amistades que no comparten sus creencias; su lenguaje le impide viajar por el mundo y comunicarse con muchas otras personas con las que desearía; igualmente, tal vez le impida escuchar la radio y entender lo que dice, o ver algunas películas y entender el tema de las mismas; su situación de hombre o mujer casado, le impide comportarse abiertamente con otras personas, le impide tener la libertad que le gustaría disfrutar para llegar a su casa. Sus amistades reclaman cierto comportamiento, su familia reclama otro, su trabajo le pide ciertas actividades y su religión le exige cumplir con algunos servicios.

Todo esto ocasiona conflictos y llega un momento que, en ocasiones, es demasiado pronto en que el hombre o la mujer se derrumban, sienten el peso de sus responsabilidades, se ven agobiados por todo aquello que ellos mismos han ido acumulando a lo largo de su vida; se ven de pronto encerrados en callejones en donde parece no haber ninguna salida, y todo esto, a causa de las barreras artificiales creadas por una sociedad que se protege a sí misma. El hombre pierde la noción de libertad y vive enclaustrado, sin más opciones que cumplir una rutina que se repite día tras día, sin fuerzas para cambiar y sin una luz que le indique el camino a la libertad.

Todo esto forma parte de la desintegración psicológica que gradualmente se va teniendo, a medida que clasificamos y subclasificamos nuestra vida y nuestros intereses.

6. LA FRAGMENTACIÓN DE LA PERSONALIDAD.

En su fragmentación psicológica, el hombre no se concibe como un ser separado, él vive en una aparente unicidad, piensa que es un solo ser y camina por la vida convencido totalmente de ello; no se da cuenta de que la inestabilidad emocional que manifiesta, es el fruto de su fragmentación; no se da cuenta que sus indecisiones, que los cambios que su vida viene dando desde que tiene uso de razón, es el resultado de esa fragmentación; no se da cuenta que su falta de voluntad para mantener el paso firme en búsqueda de su meta, es, igualmente, el fruto de una multiplicidad de intereses que, interiormente, ha dejado crecer como fruto de su fragmentación psicológica.

Pero, esas múltiples personalidades son percibidas por la gente que le rodea y, entonces, los conflictos son inevitables; muchas veces, el área de su personalidad que se encuentra momentáneamente dominando la situación, no es compatible con lo que está recibiendo de parte de sus amistades, porque, en realidad, ellos están respondiendo a otra área de su personalidad; de esta forma, hombres fragmentados, conviven en conflicto; hombres fragmentados, generan múltiples intereses, múltiples visiones del mundo, múltiples opiniones y, dentro de esta riqueza de personalidades y conductas, el hombre va creciendo, formando un amalgama con todos los componentes fraccionados de las distintas personalidades de cada una de las personas con quienes convive. A esto le llamamos sociedad, y seguimos avanzando y creciendo.

El Ideal: método infalible para integrar la personalidad fragmentada.

Cuando un ser humano llena su vida con un ideal; cuando un ser humano percibe una idea que considera noble y justa, dedica su vida a promocionarla, a hacerla realidad, a llevarla a la práctica; esa persona une sus fragmentos bajo un mismo propósito, adquiere un cierto grado de integración y, generalmente, ese ser es capaz de hacer algo más allá del hombre ordinario y común; su vida está siendo inspirada por un *ideal* y eso lo lleva a realizar múltiples cosas; el mundo lo observa como un visionario, como un idealista y lo ve diferente, y esto ha sido posible tan sólo por haber llenado su vida con un ideal. Así pues, una de las formas de empezar a integrar los diferentes aspectos de las personalidades humanas, es fusionándolos a través de un ideal, sea cual sea.

La ideología de los pueblos.

Más adelante retomaremos estos temas. Por ahora continuemos estudiando la fragmentación que se da debido a las diferentes clasificaciones que mentalmente hemos construido o hemos absorbido de parte de la sociedad, y que nos permite organizar la información acerca del mundo y de la sociedad de una manera más o menos común, es decir, compartimos los puntos de vista de aquellos que nos rodean. Las personas que han nacido en el país de México piensan como Mexicanos; las personas que han nacido en el país de Alemania piensan como Alemanes; sus pensamientos no son sino ecos, repeticiones, de las opiniones que los periodistas, los políticos y la gente que usa los medios de comunicación, hacen públicos.

La ideología de un pueblo está formada por las voces que se escuchan en su sociedad; un pueblo habla por sus periódicos, sus televisores y sus radios; sus medios de comunicación son el lenguaje de un pueblo y los hijos de ese pueblo aprenderán a pensar de la misma manera, porque se alimentan de la misma fuente; surge así una raza étnica, una porción de humanidad que el lenguaje ha unido y que presenta características similares entre ellos.

Los pueblos se van formando y van creciendo y después viene la exportación de las ideas; las revistas que cruzan de una frontera a otra, las noticias que viajan por el espacio inundando a los continentes, permiten que, poco a poco, la opinión de un pueblo se vuelva generalizada, pero siempre predominará aquello que mejor promociona sus ideas.

El hombre es una copia de otros.

El hombre dice tener opiniones propias, cuando en realidad no son sino copias, de copias, de copias, de otras opiniones generadas en lugares distantes, y las necesidades del ser espiritual, que originariamente es el único creador de ideas y pensamientos, está siendo limitado y acallado por las gruesas capas de la personalidad que se va engrosando. La luz del alma es la única que puede dar la integración al ser; el descubrimiento de su propia razón de existencia, de su propio ser interior, de sus propias necesidades, de su propia energía, será la que dé la clave para unir todos los distintos fragmentos.

Es necesario explicar un proceso que, psicológicamente, da la causa de muchos de los trastornos.

Dentro del área de la personalidad que, como ya dijimos, no es sino la suma de diferentes experiencias que han sido clasificadas de acuerdo a ciertos factores comunes; dentro de esos grandes almacenes en donde se encuentran las distintas áreas de personalidad que nosotros manifestamos, existen, igualmente, impulsos emotivos, es decir: la clasificación se hace de acuerdo a un cierto análisis sistemático lógico, pero el área emotiva, el área emocional de los seres humanos, presenta características distintas.

Los estímulos emotivos interconectan a las áreas de la personalidad.

Si pudiésemos hacer alguna analogía, diríamos, que cada área de la personalidad es como un paquete de computadora que, al igual que un pequeño robot, actúa de acuerdo a las experiencias anteriores; sin embargo, por más computadoras que tengamos en cada una de las áreas de la personalidad que hemos fabricado, todas ellas trabajan independientemente, a menos que se pongan a funcionar los lazos que interconectan a estas diferentes áreas de personalidad. Estos lazos son los estímulos emotivos; las grandes emociones pueden enlazar, formando una gran red, a todas las computadoras que se localizan en cada una de las diferentes áreas de personalidad del ser humano. Si un suficientemente fuerte estímulo emocional, logra conectar a las áreas de la personalidad que un ser humano tiene, entonces, se alcanza la integración, pero tiene que ser un estímulo muy especial; el ejemplo que les puse, un ideal, podría ser el estímulo que conecta a todas las computadoras y, en cierta forma, da integración al ser.

7. FORMAS DE INTEGRACIÓN DE LA PERSONALIDAD.

Las diferentes áreas de personalidad que el ser humano va desarrollando durante su maduración psicológica, constituyen pequeñas cámaras en donde se puede obtener una visión específica del universo, es decir, una vez que el ser localiza su conciencia en alguna de las áreas de su personalidad, su opinión acerca de la vida y de las personas será relativamente coherente en sí misma, pero diferente a la que tendría, de estar localizada en otra de sus áreas de personalidad.

Ya mencionamos que la conciencia viaja de una área a otra, en función de los estímulos que provienen del exterior. Es lógico pensar entonces, que lograr la integración del ser humano, podría ser trabajada de dos formas diferentes; en primer término, uniformizando los estímulos provenientes del exterior, es decir: si una persona se encierra en un monasterio y los estímulos son siempre los mismos, es lógico pensar que su personalidad estará siempre localizada dentro de una misma área. Sin embargo, si una persona mantiene múltiples campos de actividad en su vida, con una mayor facilidad, sus áreas de personalidad se desarrollarán, tal vez, independientemente las unas de las otras y la persona tendrá múltiples facetas, con un mayor riesgo de entrar en conflicto unas con otras.

Uniformizar los estímulos externos.

Desde un punto de vista práctico, uniformizar los estímulos provenientes del exterior es bastante difícil y de ninguna manera constituye el camino que nosotros deseamos seguir, por el contrario, cuando la personalidad está en formación, en las primeras etapas infantiles, es importante que los padres provean a sus niños con una misma calidad de estímulos, siempre positivos, siempre justos y equilibrados; de esa manera, el área de personalidad que los niños están formando, será suficientemente fuerte y rica como para darles la facilidad de mantenerse integrados cuando sean mayores.

Como ustedes habrán supuesto, las áreas de personalidad fabricadas en la conciencia del hombre, son de diferentes tamaños y depende esto de la cantidad de experiencias que son acumuladas en cada una de estas áreas; así pues, si durante la infancia, una gran cantidad de experiencias coherentes entre sí, de la misma calidad, son recibidas por el niño, su personalidad será fuerte y firme y mantendrá un alto grado de integración.

Romper las barreras entre las áreas de la personalidad.

Por otra parte, la otra técnica que permite al hombre alcanzar la integración, es romper las barreras que distinguen a ciertas áreas de personalidad, de otras, sólo que el rompimiento de estas barreras, lleva, internamente, a conflictos y los conflictos pueden ser resueltos mediante una visión panorámica e imparcial de los hechos. Permítanme poner un ejemplo:

Si alguna persona nació con el color de la piel negra y crea ciertos resentimientos en cierta área de su personalidad contra las personas cuyo color de piel es blanca, habrá formado una barrera psicológica que le dice que los negros son diferentes a los blancos en todos los sentidos. A fin de tumbar esa barrera y darle al hombre una integración, habría que tomar conciencia de una verdad superior, observar a los hombres desde una panorámica más amplia y darse cuenta que no únicamente existen blancos y negros en el

mundo, hay también pieles rojas y amarillas y entender que todos son seres humanos y que sus propios prejuicios son los mismos que el resto posee. Así pues, el entendimiento de esta verdad, derrumba la barrera que separaba racionalmente a un hombre de otro y le da un cierto grado de integración.

Así, enfrentando verdades mayores a verdades menores, conceptos universales a conceptos específicos, es posible que el ser humano vaya alcanzando una integración racional de sus creencias.

Entregarse a un ideal.

Por otra parte, existe, igualmente, un mecanismo poderoso mediante el cual es posible la integración de la personalidad y esto se hace a través de lo que hemos llamado la entrega a un ideal. Cuando el ser humano funde todos sus intereses personales, particulares, hacia el logro de un ideal, entonces, las barreras no tienen ya cabida puesto que las diferentes áreas de personalidad entran en conflicto unas con otras; si cada una de ellas se armoniza a ese ideal superior, es inevitable que entre ellas, igualmente, se armonicen; las barreras se derrumban y todo queda supeditado al orden interno que exige ese ideal interior.

Permítame explicarlo a través de un ejemplo: Regresemos a una persona de color blanco ahora, que mantenga ciertas ideas negativas en contra de las personas negras. Si de pronto, una hija de esta persona fuera víctima de una violación y surgiera en su mente evitar que otras niñas sufran este mismo atentado, esa idea puede convertirse en un ideal y llevar a esa persona a crear una organización que defienda los derechos de la mujer y puede llegar a ser tan fuerte su ideal, que la lleve a entender que tanto negras, como amarillas, como rojas o blancas, todas padecen el mismo problema y, entonces, más allá del color de la piel, el ideal la lleva hacia la unión con todos sus hermanos; la persona vive enteramente para su ideal y su vida se vuelve un ejemplo viviente de lo que es la integración psicológica, esta vez, ocasionada por un ideal.

8. LA NATURALEZA PROPIA DEL SER HUMANO.

Habíamos mencionado dos estrategias para lograr la integración: el uso de verdades superiores acerca de la verdadera naturaleza humana, en el sentido de entender que todos los seres humanos, en realidad, son entidades psicológicas que pasan por el mismo tipo de problemas y de esa manera buscar trascender las aparentes diferencias que existen en los status sociales, raciales, religiosos o de otra índole, para fundirse todos en una unión que trasciende el tiempo y el espacio; el reconocerse iguales unos a otros en esencia, permite al ser humano integrar la totalidad de su ser interior y que se manifieste en una revolución de su conducta personal; o bien, la concepción y la entrega a un ideal. La primera trabaja en el área intelectual del ser, mientras que la segunda es meramente emotiva; ambos casos funcionan como estrategias adecuadas para lograr la integración del ser.

Hablemos ahora de la naturaleza propia del ser humano, su conducta física, su área emotiva y su región intelectual.

Manifestación de la fragmentación del ser.

El hombre piensa una cosa, siente otra y se comporta de una manera diferente a las dos anteriores; esto es a lo que llamamos "fragmentación del ser". Aun cuando intelectualmente reconozca sus equivocaciones, aun cuando emocionalmente le desespere no poder lograr lo que desea, su conducta permanece anclada a los mismos patrones que ha venido siguiendo durante toda su vida. Es preciso integrar la conducta al área emotiva y a la región intelectual del hombre. Para lograr esto, es preciso establecer ejercicios que permitan al ser humano, integrarse. Estos ejercicios pueden ser los siguientes: En primer término,

la visualización creadora.

Esto se logra de la siguiente manera:

1o.- La persona deberá visualizar las diferentes situaciones que previamente ha identificado como las causantes de sus conflictos y las construirá de acuerdo a su área emotiva, es decir, visualizará que está haciendo exactamente lo que desea hacer; tratará de observarlo con el máximo de detalles posible.

2o.- Una vez terminada la situación, pasará a la región intelectual y visualizará la misma situación, pero exactamente como él cree, de acuerdo a su área intelectual, qué es lo correcto hacer; con lujo de detalles, la persona estará visualizando exactamente lo que cree más conveniente hacer.

El uso de personajes.

Después, si en la escena visualizada aparecen más personas, se puede hacer el ejercicio utilizando a otras personas, compañeras de trabajo, para que representen los papeles de los personajes que él mismo ha visualizado; de esta manera, tendrá que practicar ambas visualizaciones físicamente, de una manera práctica. Hecho esto, la persona deberá meditar cuidadosamente en cuál de las dos situaciones sintió más armonía interior.

Al principio tal vez les parezca difícil, pero, a medida que realizan y ejecutan los ejercicios, será cada vez más evidente cuál de las dos áreas, la intelectual o la emotiva, es la que representa la mayor armonía para el ser; de esta manera, cada una de las experiencias conflictivas que la persona pueda estar teniendo, pueden ser representadas de acuerdo a este análisis y decidir cómo actuar en cada uno de los casos.

Más adelante, la misma persona puede hacer el ejercicio sin necesidad de llevarlo a la práctica y decidir exactamente cómo desea comportarse para lograr una mayor armonía interior.

El uso de la *gestalt*.

Estos ejercicios de integración psicológica pueden llegar a ser muy útiles cuando son combinados con los principios “gestalt”, es decir, la persona puede identificar a personajes que ya no existen, con algunos objetos o algunos retratos colocados frente a él. Situaciones hipotéticas pueden, igualmente, ser recreadas y, de esta manera, resolverse dentro de la persona. Los conflictos, poco a poco, van desapareciendo en la medida que el ser aprende a integrarse intelectual y emocionalmente y su conducta, igualmente, va tomando un cauce diferente hasta el grado de que la armonía empieza a ser la nota diaria en su vida.

La persona debe disociar perfectamente lo que piensa de lo que desea, para, de esta manera, poder entender los orígenes de sus conflictos. Deberá comparar sus acciones con lo que piensa o con lo que desea y entender cuál es el patrón que viene siguiendo, y si su conducta es más de tipo racional o bien de tipo emotivo. Esta autoobservación deberá hacerse diariamente a fin de entender los procesos que está persiguiendo.

9. LA LUCHA ENTRE LOS DIFERENTES YORES DE LA PERSONA.

Hemos comentado ya algunos ejercicios que pueden servir para que las personas empiecen a integrarse internamente. Hemos visto cómo el área intelectual y el área emotiva, mantienen una disociación continua, que frecuentemente sumerge en conflictos a las personas, sobre todo al tomar decisiones basadas exclusivamente en su área racional o bien en su área emotiva.

La disociación es una fuente de conflictos internos.

Sin duda alguna, la disociación entre lo que se debe hacer y lo que se quiere hacer, es una de las principales fuentes de conflictos internos en las personas. La integración es una opción que debe ser tomada cada vez que algún conflicto interior surja en la mente de las personas, pero veamos ahora otro ejercicio, que puede servirles a manera de herramienta, para integrarse.

Hemos hablado de que existen áreas en la memoria de donde surgen aspectos de la personalidad, que muchas veces controlan, de una manera definitiva, la vida de una persona. Cabe mencionar que, en ocasiones, esos aspectos parciales de una personalidad, son capaces de llevar a un individuo hasta su propia destrucción. En ocasiones, ciertas áreas de sus recuerdos llegan a tener una influencia tal, en la vida de una persona, que lo forzan a tomar decisiones que son, finalmente, nocivos para ella misma. En estos casos, es conveniente poder detectarlas a tiempo y que surjan esas otras áreas de personalidad que van tomando fuerza a medida que se ven amenazadas por la conducta que está teniendo la persona.

Desde un punto de vista ecológico, cada uno de los pequeños yores de que está formada una personalidad, trata de sobrevivir de la mejor manera posible, es decir, ciertas áreas de la personalidad, buscarán tener el dominio de la conducta del individuo, pero como cada una de éstas tiene una visión parcial de la realidad, muchas veces, el control de una afecta al resto de las pequeñas personalidades, las cuales, al verse amenazadas, adquieren mayor fuerza y toman el control de la vida del individuo, aunque sea momentáneamente, para restablecer el equilibrio.

El origen de la volubilidad.

Esta lucha entre los diferentes yoes de una persona es lo que da origen a la volubilidad que observamos entre los seres. El hecho de que cada una de las pequeñas personalidades no tenga una visión integral del individuo, es lo que ocasiona que su conducta o la conducta derivada del control que toma esa pequeña área de personalidad en el individuo, afecta invariablemente los otros pequeños aspectos o pequeños yoes de la persona.

Así pues, poniendo un ejemplo sencillo. Si una persona posee un aspecto de su personalidad, que lo obliga a trabajar duramente y momentáneamente toma el control de la vida del individuo, esa persona trabajará incansablemente hasta el grado, incluso, de poner en peligro su salud, pero, a medida que esto ocurre, otra pequeña área de su personalidad, aquella que tiene que ver, tal vez, con la del descanso, surge como una reacción natural y toma ahora el control de la vida del individuo y, entonces, la persona entiende la función del descanso, entiende que es importante descansar y le resta importancia al trabajo. Así pues, el predominio de una área llegó a despertar otra área de la misma persona.

Manifestación secuencial de los yoes.

Durante la vida de un individuo no integrado, los múltiples aspectos de su personalidad surgen en secuencia. Una vez que han sido identificados por el terapeuta, es fácil saber quién es el que está tomando el dominio de la situación y poder establecer una secuencia entre ellos. Primero entra en acción la personalidad A, después la personalidad B, y luego la personalidad C. Muchas veces una de ellas se encuentra amarrada a otra, por ejemplo, la B con la C, y cada vez que entra en acción la personalidad B, invariablemente será precedida por la C. Si es posible establecer este patrón en aquellos pacientes que tienen una personalidad totalmente desintegrada, encontrarán de suma utilidad el poder prevenir y corregir los factores que están desequilibrando la vida de la persona en cada uno de sus diferentes yoes. El papel del terapeuta será, entonces, integrar los tres aspectos de su personalidad en uno sólo, de tal manera que se rompa el patrón secuencial que está surgiendo en la vida de la persona por las exageraciones y la falta de equilibrio que cada una de ellas tiene por separado.

Más adelante daremos las claves al respecto, por ahora, mediten profundamente en estas lecciones, porque, a mi entender, les están pareciendo complicadas. Traten de analizarlas y observen las aplicaciones que en la vida diaria tienen.

10. LA IDENTIFICACIÓN DEL YO DOMINANTE.

Hemos dicho, que un aspecto ecológico en la personalidad humana, es aquél que interrelaciona los diferentes yoes para que actúen alternadamente y logren un equilibrio en la personalidad del individuo. Hemos dicho, que cada una de estas personalidades parciales, desintegradas, actúa, en determinados momentos, tomando el control de la vida del individuo y, debido a su naturaleza parcial, las conductas que desarrolla, amenaza, muchas veces, la integridad de otra de esas pequeñas personalidades parciales. Como respuesta, la personalidad agredida surge y toma el control de la vida del individuo; entonces, generamos una volubilidad en el carácter de la persona; los diferentes yoes en conflicto surgen, primero uno y después el otro, creando un patrón de apariciones que puede ser identificado por el terapeuta; el *yo a*, aparece antes del *yo b*; el *yo b*, aparece antes del *yo c* y así sucesivamente. Esta secuencia de apariciones de los diferentes yoes puede ser identificada, estudiada, para después solucionarlas mediante las técnicas de integración que ya hemos mencionado y por la siguiente que hoy explicaremos.

Importancia de identificar la personalidad dominante.

Si el terapeuta ha podido caracterizar perfectamente cada uno de los yoes de las personalidades de un individuo, lo que debe hacer ahora es iniciar un proceso de integración entre esos diferentes yoes. Debemos tener en cuenta que, cada uno de los yoes, son totalmente invisibles al individuo; a menos que uno se los haga ver conscientemente, él no será capaz de percibirlo.

Primero, démonos cuenta cuál es la personalidad dominante, cuál es el yo más fuerte; aquél que transcurre más tiempo en el control de la vida del individuo, por deducción, este yo será el más completo de las personalidades múltiples que pueda tener un individuo. Estudiaremos las características de los otros yoes y empezaremos a cuestionar el por qué de su existencia.

Los yoes secundarios pueden enriquecer al yo principal.

Si un individuo tiene tres yoes diferentes, identificados, la razón es sencilla; el yo principal tiene carencias que deben ser resueltas por los yoes secundarios, por lo tanto, trabajando con el yo principal, lo que se debe hacer es tratar de enriquecerlo con los recursos

que proporcionan los yoes secundarios. Si por ejemplo, el yo principal corresponde a una persona tímida, incapaz de hacer valer sus derechos y existe un yo secundario que es violento y que explota cada vez que el individuo se ve sometido a las voluntades ajenas por no ser capaz de defenderse, quiere decir, que el yo secundario no es otra cosa que un mecanismo de defensa del mismo individuo, que ha sido creado para ese propósito; sin embargo, este yo violento que es secundario en el individuo, puede ser igualmente nocivo, porque perturba las relaciones que pudiera tener con el resto de las personas. Lo que se debe hacer es enriquecer al yo primario con los recursos que el yo secundario tiene; de esta manera ya no tendrá sentido su existencia, el yo primario será más fuerte, contará con más recursos y hará innecesaria la existencia del otro. Procediendo de la misma manera con los diferentes yoes, tendremos ahora una personalidad totalmente integrada.

Importancia del equilibrio interno.

Recuerden, la ecología del individuo nos permite entender que, una persona que no se encuentra perfectamente equilibrada, tiene varias fuerzas o varios yoes en movimiento, cada uno respondiendo a las necesidades primordiales del individuo, de sentirse seguro, sentirse amado, y tener un lugar dentro de la sociedad. Recuerden la necesidad fundamental básica de todo individuo, de tener un espacio vital, tener una psiquis del yo y tener un campo social perfectamente distribuido, sano, y que le permita una convivencia armónica dentro de la sociedad.

Recuerden todo esto cuando estén estudiando a un paciente; recuerden que los diferentes yoes interaccionan precisamente por el desequilibrio que cada uno de ellos ocasiona en el entorno en que se mueve la persona. Así pues, a la luz de esto, traten de integrarlos en el yo principal, proveyéndolos de los recursos que los yoes secundarios manifiestan; de esta manera, la integración será completa y el individuo sanará.

SEGUNDA PARTE:

LA EDUCACIÓN INTEGRAL

DE UN INDIVIDUO

11. INTRODUCCIÓN.

Hemos venido desarrollando una serie de lecciones que tienen que ver con la integración psicológica del hombre, pero, hasta este momento, únicamente hemos visto las diferentes razones por las que el hombre desintegra su mente, la forma en cómo su personalidad se va conformando y cómo, esas distintas experiencias que va acumulando a lo largo de su vida, le permiten crear áreas

de personalidad definidas y separadas unas de otras. Hemos visto algunas fórmulas de cómo esa integración se puede ir dando, de tal manera que proporciona a los seres humanos una vida más noble, más íntegra y con mayores posibilidades de encontrar la armonía.

Es el momento de cambiar la tónica, es el momento de empezar a establecer una disciplina; por esta razón, vamos a olvidar un poco las terapias y a cambiar ahora a lo que vendría siendo la educación integral de un individuo.

Guía para padres y maestros de los niños.

Los principios que daremos en esta segunda parte de la serie estarán muy relacionados con la educación infantil y, así mismo, permitirán establecer una guía para los maestros y los padres acerca de cómo deben tratar a sus hijos. Los principios a los que me refiero incluirán:

- * las caricias tanto psicológicas como físicas;
- * los estímulos que los padres vierten sobre sus niños;
- * igualmente, comentarios que son sumamente útiles para las familias actuales y que tienen que ver con el sistema de vida que están llevando;
- * su relación con la televisión,
- * su relación con las costumbres que la sociedad moderna impone con relación a los criterios que deben seguir para regular los sueños infantiles; así mismo,
- * ciertas técnicas de acercamiento y comunicación con sus hijos, que les permitirán descubrir la forma en cómo el niño está moldeando su futura personalidad.

Todo esto servirá como material de estudio y constituirá la segunda parte de este manual de la Integración Psicológica del Hombre.

Los diferentes temas serán desarrollados de una manera secuencial, permitiendo, de esta forma, situar la evolución psíquica del niño y establecer las mejores técnicas para lograr su integración o bien, su maduración sana. En el futuro, cada una de las claves que demos, buscarán aportar una luz en esa área tan difícil del comportamiento humano, el ser padre o educador.

12. EL PROCESO DE LA ENCARNACIÓN.

Hablábamos de que la segunda parte del pequeño ensayo que estamos trabajando acerca de la integración psicológica del hombre, iba a tocar aspectos relacionados con la educación infantil y que, de una manera secuencial, iríamos cubriendo puntos que tienen que ver con la maduración del ser a través de una educación. Vamos a dar algunos puntos que es conveniente tener presentes al momento de educar a los niños para, de esta forma, fortalecer su integración psicológica desde el momento mismo en que se está formando su personalidad.

Importancia de los primeros estímulos del niño.

Empecemos entonces por recordar, que los niños, en sus primeras etapas infantiles, cuando son totalmente dependientes de la madre y del padre, su mundo lo constituyen los estímulos que provienen principalmente de su sentido del tacto; el saberse tocado, acariciado y mecido en los brazos de sus padres, representan para él sus primeros estímulos. Su inventario, sus experiencias del mundo, que se encuentra en proceso de formación, está enriquecido por la calidad de las experiencias que percibe de los demás.

Cariño, seguridad y contacto físico.

El tratar con cariño a un niño, fortalece enormemente ese inventario de experiencias del mundo al que ha llegado. Recuerden que, comparativamente hablando, el niño ha salido de ese lugar donde la madre lo gestó, en donde la temperatura se mantenía constante, en donde su alimentación era automática, en donde todos sus movimientos eran suaves y amortiguados por el líquido que lo cubría y, ahora, arrojado al mundo en donde sus sentidos despiertan y tiene toda clase de sensaciones, desde visuales, auditivas, táctiles, del gusto y del olfato, en donde muchas cosas le producen dolor o incomodidad, se encuentra realmente pasando por situaciones difíciles. Volver a sentirse seguro en los brazos de sus padres, constituye para él un descanso y representa un recordar los momentos en que se encontraba dentro de la madre. Si hablamos de una integración del niño, tenemos que entender esas etapas por las que va

pasando; es sumamente importante, que tanto la madre como el padre, no escatimen el tiempo de tener a su hijo en los brazos, sobre todo en los primeros tres meses de vida.

Desarrollo de los sentidos.

¿Qué pasa posteriormente?.

Su sentido visual empieza a desarrollarse ampliamente, así mismo, el oído, y eso permite al niño empezar a incrementar el inventario de experiencias y sensaciones provenientes del mundo externo. En estos casos, sabedores de que esas experiencias, igualmente, formarán las primeras capas sobre las cuales se construirá su personalidad futura, es conveniente rodear al niño de imágenes agradables y de sonidos suaves; los sonidos estruendosos, intempestivos; las imágenes intensas, provenientes de una luz muy fuerte, igualmente alteran la armonía infantil. Mientras el niño permanezca estimulado por música suave, palabras dichas con cariño, una luz tenue, todo eso contribuirá a darle una mayor estabilidad a esos primeros momentos en los que empieza a integrar a su psiquis más experiencias visuales y auditivas.

El sentido del gusto, que desde un primer momento empieza a experimentar, está cuidadosamente construido para aceptar el alimento que su madre le ofrece. Siendo la naturaleza la más sabia de todas las creaciones de Dios, es de esperarse, que el niño, utilice una alimentación materna para fortalecer su organismo físico y complementar esa armonía psicológica que requiere en esas primeras etapas. Más adelante, cuando sea preciso alimentar al niño con otro tipo de comida, se deberá tener cuidado que los sabores sean similares a los de la leche materna y, poco a poco, ir introduciendo alimentos salados o amargos; esto, después de que el niño ha experimentado esos primeros cambios en sus estímulos gustativos.

El viaje de la conciencia.

Durante los primeros meses del niño, en donde empieza a formar su inventario psíquico, él vive internamente de una manera intensa; las sensaciones que percibe a través de sus 5 sentidos, son una pequeña parte de toda su riqueza interior, su ser espiritual aún percibe los estímulos provenientes de sus vehículos superiores. Durante las largas horas de sueño que el niño gasta de su vida, sus cuerpos superiores mantienen una amplia actividad y se encuentran atareados buscando impartir la mayor cantidad de energía hasta ese cuerpo físico que se encuentra en formación. Su mente, igualmente incipiente, tarde o temprano albergará la conciencia y, estando momentáneamente centrada en sus vehículos superiores, la conciencia del ser se prepara para iniciar, lentamente, ese viaje hacia la tierra. Poco a poco, los estímulos sensoriales irán atrapando a la conciencia del ser.

Poco a poco, las palabras que sus hermanos y sus padres le dirijan, irán produciendo el efecto de crear una conciencia terrestre y olvidando sus nexos espirituales. Poco a poco, el aprendizaje que la familia le irá dando, le permitirá interaccionar con sus hermanos terrestres y olvidará, gradualmente, su vida espiritual interna. Mientras todo esto ocurre, la conciencia del ser se va adormeciendo.

Preparado para el viaje, el ser espiritual entra en una dulce inconsciencia y se sumerge, tratando de percibir con la mayor rapidez posible, todos los estímulos provenientes del mundo exterior; su tarea consiste en llegar a dominar a ese vehículo físico que ha adquirido y empezar a trabajar en las áreas de comunicación, tanto verbal como no verbal. El niño empieza entonces a responder a los estímulos que sus padres le mandan, pero aún es incapaz de controlar sus movimientos coordinadamente, o bien, de pronunciar palabras hilvanando ideas.

El ser espiritual se encuentra acostumbrado a vivir en otro universo en donde las palabras sobran, en donde los razonamientos no son necesarios, en donde la comunicación es instantánea y en ocasiones resulta innecesaria. Ahora debe aprender que existe todo un proceso para comunicarse. Este aprendizaje lleva tiempo, pero el niño descubre lo rico de las sensaciones de su cuerpo y se llena de curiosidad por explorarlas de una manera total.

El proceso de la encarnación está completo, la mente del niño se encuentra en formación, la conciencia espiritual ha pasado a un segundo término y se encuentra totalmente adormecida y, entonces, empieza la verdadera educación infantil, el entrenamiento que los adultos proporcionan a sus hijos para hacerlos seres útiles a la sociedad, pero, inútiles para la vida del espíritu.

El retorno de la conciencia.

Esta es la tarea que nosotros deseamos emprender. Cómo debe ser la educación infantil para que, de una manera integrada, el ser pueda ir creciendo, plenamente consciente, de que es un ser espiritual que se encuentra de paso por la tierra.

13. LA EDUCACIÓN INFANTIL.

Habíamos dicho que los niños pasan de un vientre materno en donde se encuentran perfectamente protegidos de todos los estímulos que provienen del mundo de las formas, pero que, una vez que nacen, sus sentidos se activan, sus canales de percepción sensorial empiezan a recibir toda serie de estímulos y a bombardear a su pequeño cerebro con tal cantidad de información, que, en principio, no puede ser procesada. Esta información que no puede ser asimilada por el infante, por el hecho de carecer de patrones de comparación que permita asociarla y organizarla de una manera útil, es grabada en la memoria infantil de una manera especial, queda grabada como materia prima, disponible, para ser utilizada en un futuro. Toda esa información permanece guardada y en espera de poder ser utilizada. Mientras el niño crece y empieza a ser entrenado en la utilización de sus sentidos, entonces, la información puede ser procesada y empieza a ser guardada en su conciencia.

Las cadenas de asociaciones.

Las primeras cadenas de asociaciones, esas que permiten al niño diferenciar entre sus familiares y personas desconocidas; entre sus juguetes y otros desconocidos; entre aquello que le causa placer y lo otro, lo que le causa dolor, esas primeras cadenas de asociación son realmente importantes, puesto que la conciencia humana no es otra cosa, que una asociación interminable de recuerdos y experiencias organizadas en líneas o en archivos perfectamente clasificados, a los que llamamos áreas de personalidad.

Es importante entender, que las diferentes cadenas de asociaciones tienen una raíz que se pierde en la infancia; cuando esa raíz forma una asociación negativa, es decir, cuando una serie de experiencias enseña al niño las cosas de las que debe alejarse por ser agresivas, o bien, nocivas a su persona, entonces, todas las sucesivas experiencias que el niño reciba y que sean asociadas a esa primera cadena, podrán ser limitantes fuertes en su personalidad ya madura; aun cuando éstas constituyen los mecanismos de defensa de todo ser viviente, en el hombre, estas asociaciones son fácilmente utilizadas de una manera autodestructiva. Un niño que recibe agresiones de parte de un adulto puede reaccionar generalizando el concepto y pensando que todos los adultos le quieren hacer daño. Esta generalización, por supuesto que afectará enormemente el futuro desarrollo del niño; de ahí la importancia de que, las primeras cadenas asociativas sean perfectamente cuidadas en las primeras etapas infantiles.

Llegamos entonces a un punto importante: La educación infantil debe ser una educación cuidadosamente planeada, a fin de que, el niño, pueda crecer psicológicamente sano, en un mundo en donde requiere de todo su potencial espiritual para poder llevar a cabo su misión con la que bajó a la tierra.

La educación de los padres.

Es bien cierto que la educación infantil empieza con la educación en los adultos. La educación de los padres es fundamental para el proceso de formación infantil; los padres transmiten no únicamente enseñanzas conceptuales a sus niños, en cierta forma, podríamos decir, que las actitudes y las emociones que los padres transmiten a sus hijos, son mil veces más importantes que los conceptos que puedan explicarles. Cuando el niño se encuentra en formación psicológica, su intelectualidad no le permitirá captar conceptos complejos, tales como los que los padres quieren imbuir en la mente de los niños; el niño entiende en términos de emociones, por esta razón, el amor, la ternura, son aspectos formativos en el niño.

El amor y el temor.

El niño que crece con seguridad porque no le ha faltado amor, es un niño cuyas cadenas asociativas podrán crecer sin ninguna limitante o distorsión. El niño que crece temeroso o nervioso por las continuas hostilidades de que se ve objeto, es un niño cuyas cadenas asociativas primarias forzarán un crecimiento en su conciencia, problemático, y su personalidad, ya madura, es muy probable que refleje esas cicatrices infantiles.

Los regaños.

Los padres deben entender que, en el proceso de la educación de sus hijos, las emociones juegan un papel determinante. Cuando el padre se enoja con su hijo, el niño, muchas veces, entenderá que ya no lo quiere; si esto se ve reforzado por un regaño verbal en donde se le expresa su desamor por la familia; el niño, no únicamente entenderá el mensaje de que ya no se le quiere, sino que, además, lo verá reforzado por las afirmaciones que está escuchando. Estos regaños causan un daño enorme en el niño y difícilmente pueden ser superados, son recuerdos que quedan grabados profundamente en sus mentes.

El padre y la madre deben recordar, que no importa el comportamiento que su hijo tenga, la forma en que lo corrijan deberá cumplir dos objetivos: el primero, hacerle ver al niño que su conducta no es correcta y, el segundo, hacerle ver al niño que su amor por él no ha cambiado.

Esos dos mensajes deberán ser claramente transmitidos a su hijo para que, de esta manera, su conducta pueda ser moldeada sin que su formación psicológica se vea agredida. Esto, por supuesto, requiere un gran esfuerzo de parte de sus padres y es, por esta razón, que mencionamos, que la educación de los hijos empieza con la educación de sus padres.

La susceptibilidad y la inestabilidad emocional de los padres.

El poder desligar sus emociones y concentrarse exclusivamente en los hechos que pretenden corregir en sus hijos, es una tarea, en verdad, difícil; el padre o la madre se ven ofendidos cuando su hijo comete alguna travesura, sin embargo, en ningún momento el objetivo del hijo fue ofender a sus padres, lo hizo porque su propia naturaleza, carente, tal vez, de disciplina o de conciencia, lo inclinó a hacer tal hecho. Sus padres no deben sentir, en ningún momento, que el hijo intentó hacerles daño personalmente a ellos, es uno de los graves errores de la educación, los padres deben reaccionar fríamente, de tal forma que el hijo nunca piense que ya no lo quieren.

La inestabilidad emocional de los padres, cada vez que sus hijos cometen travesuras, transmite una enseñanza a sus hijos, la volubilidad del carácter, la inestabilidad de sus emociones y las contradicciones que se pueden escuchar acerca de los sentimientos que sus padres tienen con él cuando están contentos y cuando están enojados. Estas contradicciones son asimiladas perfectamente y, después, serán duplicadas por él mismo cuando crezca y tenga su propia familia. De esta manera, un mal que está generalizado se transmite de padres a hijos, virus psicológicos, vicios que deben ser desterrados de una familia, si es que queremos que la humanidad, alguna vez, tenga un crecimiento más armónico e integral en todos sus aspectos.

Más adelante, en las siguientes sesiones, ahondaremos en lo que debe ser la educación de los padres y las actitudes que deben adoptar con sus hijos bajo circunstancias difíciles.

14. LA INFLUENCIA DE LOS PADRES.

Habíamos comentado que las primeras cadenas asociativas formadas en la mente del niño, estructuran su crecimiento posterior dando lugar a que las experiencias que durante su desarrollo se van dando, sean influenciadas por esas primeras asociaciones formadas en sus primeras etapas infantiles. Dijimos que eso tiene repercusiones durante la edad juvenil y adulta; de ahí derivamos la importancia de que la educación infantil debe ser estudiada cuidadosamente, para no causar malformaciones que destinen a una persona a una vida desdichada. Eso significa que los padres deben tener una formación sólida en recursos psicológicos, que les permita transmitir a sus hijos una educación libre de tendencias, prejuicios y todas esas patologías con que normalmente se educa a la humanidad.

Tarea ardua: entrenar a los padres.

Entrenar a los padres para poder dar a sus hijos la educación que ellos necesitan, es una tarea doblemente difícil en principio, porque ellos mismos se encuentran contaminados de esos virus psicológicos. En segunda, el querer reformar adultos con personalidades inmaduras, es, en definitiva, una gran labor que requiere de un gran esfuerzo de parte de cada uno de ellos; sin embargo, estudiaremos los principios sobre los cuales la relación padre e hijo se debe dar, a fin de que pueda servir para los objetivos más altos de cada ser humano, es decir, para alcanzar su propia felicidad.

Los filtros mentales de los adultos contaminan a los niños.

En primer lugar y retomando las primeras lecciones que estudiamos en esta serie, debemos recordar, que los filtros mentales que cada individuo ha formado a lo largo de su vida, le impiden percibir claramente la realidad en la que se mueve; es natural que sus actos, sus pensamientos y sus palabras, reflejen precisamente esa realidad interior en la que vive, misma que será transmitida a sus hijos a través de la relación que con ellos mantiene. Sus hijos, entonces, ven al mundo a través de los ojos del padre y desde esos primeros instantes, su percepción de la realidad se ve distorsionada por el cristal a través del cual admira a su padre. El mismo caso ocurre con la madre. El hijo entonces entiende, que la vida es de una manera, de la manera como sus padres la ven. Al mismo tiempo, él irá acumulando experiencias que enriquecerán o empobrecerán los conceptos que tiene acerca de la vida, y de esta forma,

los seres humanos crecen, se educan y los virus psicológicos son transmitidos por generaciones, infectando a todos los seres humanos sin importar la raza, la condición social o cualquier otro tipo de división que queramos hacer.

La influencia del ser interno del niño.

Un segundo punto que no debe ser olvidado, es el hecho de que, el ser interior, también tiene una participación en la vida del individuo. Los impulsos provenientes de su alma que está en un proceso de evolución y aprendizaje, se manifiestan como tendencias, inclinaciones o caracteres en la vida de cada individuo. Esos impulsos lo llevarán a encaminar sus pasos buscando satisfacer las necesidades que su propio ser interior le dicta y actuará de acuerdo a los conceptos de la vida que han sido inyectados por sus padres o personas que lo rodean y han sido modificados por sus propias experiencias. Así pues, la labor de la conciencia superior, la labor de su propia alma, puede ser magistralmente llevada a cabo, de tal forma que recorra los intrincados laberintos de creencias y conceptos que ha venido acumulando en su formación.

Los cuestionamientos del ser superior.

Esta labor del alma busca experiencias que cuestionen los conceptos más limitantes que el ser ha heredado o aprendido acerca de la vida. En otras palabras, la conciencia superior busca enfrentar al hombre a una serie de experiencias que lo lleven a cuestionarse su realidad interior; de esta manera, su modelo del mundo se enriquece y se encontrará mejor preparado para alcanzar ese estado de conciencia que hemos denominado felicidad.

¿Qué pueden hacer los padres para facilitar esta labor?.

Al darse cuenta que su percepción del mundo es limitada y se ve distorsionada por su propia historia personal, debe llevar a todo ser humano a tomar, muy seriamente, las opiniones adversas a la suya propia que puedan tener otros seres humanos. Los puntos de vista ajenos, no son otra cosa que distintas percepciones de la misma realidad exterior. Darle a su hijo las armas que permitan considerar otras opciones, aparte de la que él mismo le proporciona, es parte de ese entrenamiento, de esa educación, que llevará al niño a formarse con un criterio amplio y con distintos puntos de vista que lo prepararán mejor para enfrentar la vida.

Ampliar la visión universal del hijo mediante la lectura.

Las lecturas de obras seleccionadas cuidadosamente, entre los mayores visionarios de la humanidad, es otra manera que el hijo adquiera una visión universal de la vida y no limiten su percepción a aquella derivada de sus padres o su propia experiencia personal. Sus formaciones tendenciosas, tales como las de la televisión y la prensa en general, deben ser limitadas y continuamente evaluadas, para que el niño o el joven no malformen sus ideas del mundo. Ver al mundo exclusivamente a los ojos de la prensa o la televisión, es adquirir una visión sumamente negativa y autodestructiva, que ocasiona permanentes conflictos en la personalidad del individuo ya maduro.

Estragos que ocasiona la televisión.

Es fácil observar en la televisión, que las tramas de los diferentes programas se basan en una permanente lucha entre el bien y el mal. Todos los hechos que se presentan en los programas son etiquetados como buenos o malos y, de esta manera, les transmiten mensajes al subconsciente en donde, al individuo, se le fuerza a permanecer con los criterios de bueno y malo toda su vida. El problema estriba en que, dependiendo del tipo de programa, los criterios cambian tanto, que los patrones acerca del bien y el mal son tan distintos, que entran en conflicto fácilmente en la mente subconsciente. Tomen en cuenta que la información manejada en la televisión, no es otra cosa que una de las maneras más efectivas de inyectar ideas al inconsciente colectivo de un pueblo.

Invasión de virus psicológicos.

Cuando una sociedad como la americana produce determinado tipo de programación que refleja sus inquietudes y sus problemáticas y después éstas son retransmitidas a otras sociedades, es claro entender, que el inconsciente colectivo de la nueva sociedad, ha sido invadido con los virus psicológicos provenientes de esa otra sociedad productora de los programas. De esta manera, todo el mundo, paso a paso, se va homogeneizando, las sociedades se van confundiendo y pareciéndose más unas a otras, compartiendo sus percepciones de la realidad, absorbiendo problemáticas que no tenían, complicando aún más su existencia.

Importancia de la jerarquía de valores.

Es urgente que cada familia acumule una jerarquía de valores y se apegue a ella con un gran celo; de esta manera, la percepción familiar de lo que es la vida y de cómo debe vivirse, puede ser transmitida a sus hijos de una manera coherente y permitirles encontrarse mejor preparados, para vivir en medio de una sociedad infectada por una multitud de virus mentales.

15. COMO CRECE UN NIÑO.

Prosigamos con nuestras charlas referentes a la formación psicológica del hombre.

Las caricias psicológicas.

En cierta forma podemos decir, que la maduración psicológica del hombre es análoga al crecimiento físico de una planta. La planta va buscando al sol y va creciendo verticalmente hacia arriba, extiende sus hojas para captar la mayor cantidad de energía solar disponible para efectuar su propio proceso de respiración. El ser humano, por su parte, va creciendo psicológicamente buscando un reconocimiento personal, buscando hacerse un lugar dentro de la sociedad a la cual ha ingresado; busca desarrollar habilidades, capacidades y artificios que le permitan captar la atención de los seres humanos que le rodean, que le permitan ganar su cariño, su estimación y, de esta manera, establecer relaciones que sean gratificantes para él.

En esta búsqueda de caricias psicológicas el ser humano, al igual que la planta, busca extender al máximo posible sus habilidades o sus propios aprendizajes; desarrolla áreas de personalidad que le permitan capturar la mayor cantidad de estimación posible de su entorno.

Relaciones enfermizas.

Pero, así como las plantas se ven lastimadas cuando son atacadas por algún agente maligno como plagas, o bien, establecen una relación enfermiza con parásitos o con hongos, de la misma forma, el ser humano desarrolla mecanismos de protección, que si bien cumplen con su función de protección contra daños internos, igualmente limitan su crecimiento o su capacidad de manifestación dentro de la sociedad. Una planta que se encuentre bajo la sombra de otra, definitivamente crecerá débil y no tendrá la fuerza necesaria para valerse por sí misma llegado el momento. Un ser humano que haya crecido bajo la protección de otro, tal vez nunca sea capaz de desarrollar las habilidades que requiere para hacerse un espacio dentro de la sociedad humana. Por esta razón, a los niños se les debe educar de una manera tal, que adquieran la confianza suficiente en sí mismos, que posteriormente les permita enfrentarse a la sociedad en medio de un clima de confianza.

Importancia de prestarle atención al niño.

El niño va tomando un lugar en la familia, no importa la capacidad que tenga para expresarse, no importa su edad; si al niño se le presta atención y se toman en cuenta sus opiniones y deseos, ese niño sabrá que tiene un lugar en la sociedad, sabrá que su opinión es valiosa y que es escuchado y no requerirá desarrollar habilidades artificiales para capturar la atención de los demás. Este tipo de habilidades artificiales son las comúnmente llamadas juegos psicológicos, en donde la persona busca captar la atención a través de la autocompasión, a través de juegos de palabras y argumentos, a través de corajes artificiales y otras muchas formas diversas que los seres han aprendido a desarrollar. Estos vicios limitan enormemente la capacidad de expresión del ser humano, puesto que oculta las verdaderas necesidades del hombre y, de esta manera, entorpecen el proceso de comunicación que debería darse de una manera clara y asertiva entre todo ser humano.

Sinceridad.

Manejar cotidianamente intenciones ocultas detrás de ciertas acciones, es uno de los vicios más grandes y, en definitiva, algo que debe ser perfectamente cuidado en la educación infantil, hay que promover la sinceridad en los niños para que, aquello que desean, lo mencionen abiertamente sin recurrir a argumentos indirectos.

Las plantas, en su propio crecimiento, van desarrollando, gracias a su evolución, una serie de funciones que les permiten llegar a la edad adulta y cumplir con todo su proceso biológico. El ser humano, igualmente, manifiesta un proceso de maduración psicológica de manera natural, en donde, poco a poco, van apareciendo ciertas funciones y necesidades para las cuales estamos perfectamente capacitados para hacer frente.

El problema de la desinformación.

El problema empieza cuando estas funciones que son necesarias dentro de la maduración psicológica, son ocultadas por prejuicios o ideas preconcebidas, derivados de su educación limitante.

La necesidad de amar y de sentir cariño de otra persona, es una de estas funciones que se van desarrollando de manera natural en el individuo, surge de un impulso muy interno que tiene que ver con el principio de la generación y de la moralidad. Los opuestos se atraen, dice el Kybalión y el hombre busca a la mujer y la mujer busca al hombre atendiendo a este principio, pero, entran en juego los vicios psicológicos y, entonces, una serie de recursos, una serie de conductas que muy bien podrían llamarse juegos, empiezan a ser utilizados; algo que es perfectamente natural se manifiesta a través de todo un ritual, que aun cuando existe una función natural en todo esto con una razón específica, para incrementar ese sentimiento de manera que pueda llegar a ser productivo, muchas veces se ve entorpecido por las creencias personales y se malogra echando a perder una función que es vital y natural en los individuos.

La mejor forma para preparar a los niños para que estas creencias no puedan llegar a ser limitantes en su evolución, es educarlos, de tal forma, que nunca capten los tabúes, los conocimientos prohibidos, los misterios artificiales creados por la sociedad humana; hay muchas cosas naturales que son ocultadas por preceptos morales que no son otra cosa que desviaciones de la propia naturaleza humana.

Las fábricas de desviaciones morales.

La moral de la sociedad actual está continuamente siendo agredida por los cultivadores del inconsciente colectivo. Tal como explicábamos en la sesión anterior, la televisión, el cine y demás espectáculos, parece ser que funcionan como una fábrica de desviaciones morales y son, precisamente éstos, quienes crean los tabúes y las desviaciones psicológicas que dan lugar, después, a los conflictos internos humanos. Mucho hay todavía qué aprender, mucho hay todavía qué depurar dentro de la información que se hace llegar al inconsciente de la humanidad; no es únicamente la pornografía la única que debería ser cuidada, el contenido de agresividad de algunos programas y las faltas a la integración familiar, son otros aspectos que deberían ser cuidadosamente observados, limitados y reglamentados, a fin de sanear ese inconsciente de la sociedad. Sin embargo, es un hecho que se da, es un hecho que nuestros hijos van a tener que pasar por ese mar de desinformación; es un hecho que esas agresiones las van a sentir y también, es un hecho, que irán fabricando prejuicios y conceptos desviados dentro de su proceso normal de crecimiento.

Comunicación constante entre los padres y los niños.

La estrategia, entonces, no consiste en apartar al niño de todas esas cosas que hoy se han convertido en parte de una sociedad, sino, más bien, educarlos y fortalecerles sus criterios internos, mantener charlas constantes con ellos a fin de ir moldeando sus propios criterios e ideas; que reconozcan en sus padres a aquellos que los ayudarán a tomar las mejores decisiones; que entiendan la responsabilidad de la toma de decisiones; que entiendan la importancia de que cada acción sea vigilada en su vida, a fin de no afectar el futuro que todos anhelan. La comunicación entre padres e hijos les permite tocar el fondo de sus conciencias, les permite observar la maduración psicológica de ellos y, de esta manera, convertirse en eficientes cultivadores de la integridad psicológica infantil.

El cómo establecer esas charlas, el qué estrategia seguir para detectar problemas internos, serán los temas de las futuras sesiones.

16. LA JERARQUÍA DE VALORES.

La integración entre los padres y los hijos es el proceso mediante el cual los padres van transmitiendo su visión del mundo y van moldeando el carácter de sus hijos. Por su parte, los niños van aprendiendo a ver con los ojos de sus padres; los consejos y opiniones que de ellos escuchan se convierten en leyes y principios que van moldeando su conducta. Conforme la maduración se va dando, los niños enriquecerán su propio modelo basados en sus experiencias personales. Sin embargo, las verdades inyectadas por sus padres en su mente, seguirán estando ahí profundamente enraizadas y es generalmente cierto, que constituirán los puntos de partida de las diferentes áreas de personalidad que el niño irá desarrollando; de hecho, el resto de su vida se ocupará de confrontar el modelo aportado por su padre, contra sus propias experiencias, ya sea para enriquecerlo o empobrecerlo.

Habilidades a desarrollar en los hijos.

Habíamos comentado que en la educación de los hijos, se debe poner especial énfasis en los recursos que se le aportan, a fin de que pueda afrontar toda serie de situaciones que normalmente la vida le ofrece. Estos recursos podríamos enumerarlos brevemente como:

1o.- La *asertividad*, es decir, la habilidad del propio niño para expresar claramente sus deseos.

2o.- Después, la habilidad del niño para *adivinar o leer las intenciones del resto de las personas*, es decir, su capacidad para comprender a los demás.

3o.- La habilidad para *defender sus argumentos o sus deseos* a través de una asociación de datos que permitan convencer a las personas que lo escuchan y de esta manera empezar a ganar sus primeras confrontaciones sociales. El poder argumentar en una discusión es, sin duda, una de las armas que todo ser humano desarrolla en sus etapas tempranas de la infancia, pero, démonos cuenta, que los argumentos nacen de las convicciones que el niño haya adquirido acerca de lo que es bueno y lo que es malo. En su deseo de convencer o apoyar sus argumentos, los seres humanos apelan al sentido común, apelan a los valores universales y, de esta manera, logran que el resto de las personas acepten sus propuestas.

Los principios morales.

Para que el niño desarrolle esa habilidad requiere mantener una jerarquía de valores, unos principios morales perfectamente claros en su interno; esos principios morales de lo que es justo, equitativo, de lo que es armónico, de lo que es bueno y lo que es malo, provienen de la visión de sus padres; de aquí la importancia de que los padres enmarquen la relación con sus hijos y el proceso de su educación a través de una jerarquía de valores perfectamente clara. Esta jerarquía podría estar ejemplificada de la manera siguiente:

En primer lugar, Dios como el origen de todo lo bueno que hay en el mundo, como el juez universal, como aquel que regula todo lo que pasa en el planeta. Después, la familia. Lo que es bueno para la familia será bueno para el niño y después, el propio niño, el propio ser.

De esta manera, con esta simple jerarquía de valores, el niño entenderá que sus propios intereses personales tendrán que supeditarse a los intereses de la familia, pero, igualmente, los intereses de la familia tendrán que ser supeditados a la voluntad de Dios. Cuando el niño aprende en su relación con los demás, que por encima de los intereses personales y de los intereses familiares se encuentra Dios, entonces, tendrá una piedra de donde apoyarse para decidir lo que es correcto e incorrecto. Con estas sencillas reglas, los padres pueden educar a sus hijos, teniendo perfectamente claro que el niño no dudará entre qué es lo que debe hacer cada vez que tenga que tomar una decisión. Las conversaciones entre padres e hijos deberán ajustarse a esta jerarquía de valores.

Generalizaciones y distorsiones.

Igualmente, otro aspecto importante, son los vicios que los seres humanos van desarrollando y que podríamos enumerar como generalizaciones y distorsiones, es decir: es muy común que los seres humanos deduzcan una generalización, o establezcan una regla partiendo únicamente de una experiencia aislada y particular. El niño puede pensar que todos los papás son malos cuando el padre lo castiga, o bien, puede pensar que ya dejó de quererlo. Este tipo de generalización es uno de los vicios más comunes que no únicamente los niños manifiestan; del mismo estilo, son las afirmaciones de que todos los hombres son malos, o bien, de que todas las mujeres son coquetas. Este tipo de afirmaciones, basadas únicamente en experiencias aisladas, son la base de múltiples conflictos y limitaciones en las relaciones humanas.

Las conversaciones entre padres e hijos deberán ser específicas. El padre tendrá que preguntar cada vez que escuche una generalización o una regla deducida por su hijo, la razón de por qué piensa así; buscará cuáles fueron los hechos que motivaron la creación de esa regla y, entonces, cuestionará su validez buscando ejemplos que contradigan la regla; de esta manera se podrá corregir algo que, desgraciadamente, es la raíz de muchos de los problemas internos de las personas.

Por otra parte, la distorsión no es otra cosa que un mal procesamiento de la información. Cuando alguien afirma una cosa y el que la escucha entiende otra, eso es distorsión. La razón fundamental de esto se basa en los filtros mentales que cada uno ha fabricado en su vida; el significado que las palabras tienen en cada mente, basta para crear distorsiones. Este vicio se combate, preguntando, para verificar si lo que se entendió es correcto.

Así pues, en el proceso de comunicación de padres e hijos, el padre deberá preguntar continuamente qué fue lo que se entendió; pedirá a su hijo que le explique, en sus propias palabras, los conceptos que él ya le ha dado y, de esta manera, podrá corregir las pequeñas o grandes desviaciones que pudieran haber sido creadas en la mente infantil.

El agua fresca del amor.

Finalmente, algo que nunca deberá ser olvidado, es que los hijos buscan a los padres con el único propósito de pasar un rato agradable con ellos, con el propósito de sentirse amados, con el propósito de ir creciendo internamente, porque el cariño de los padres es como el agua que riega a las plantas que están en crecimiento. Busquen que cada rato, cada momento gastado en sus hijos, esté pensado de esta manera, como un momento en donde se tiene la oportunidad de ir cultivando a esa planta que más tarde dará un fruto.

17. LOS CONTACTOS ENTRE PADRES E HIJOS.

Las conversaciones entre padres e hijos llevan un objetivo común, establecer un contacto. Los contactos entre seres humanos podrían ser definidos en varios niveles, desde el contacto meramente visual, hasta un contacto psíquico estrecho. Recordemos lo que se ha dicho acerca del espacio vital de todas las personas. Recordemos que ese espacio, psicológicamente hablando, es propiedad de cada individuo y el acceso a él únicamente se permite a aquellas otras personas con las que se ha logrado cierto grado de identificación. Los padres y los hijos tienen un lazo tan fuerte que el espacio vital puede ser cruzado en ambos sentidos sin ningún problema; eso permite establecer un contacto más estrecho entre ellos.

Contactos que empobrecen.

Sin embargo, las conversaciones entre los padres y sus hijos pueden tener distintos niveles de contacto. Cuando existe un interés genuino de parte de alguno de ellos y ese interés no es compartido por la otra persona, entonces el contacto se hace más pobre. Por otro lado, si las miradas se cruzan y existe un contacto físico mientras se habla, si el interés es mutuo, entonces el contacto es total, completo, y podemos decir que la comunicación es efectiva; existe un verdadero intercambio, no únicamente en ideas sino de emociones y de vibraciones que enriquecen la relación entre ambos. Cuando el interés del padre o el del hijo está puesto en otro objeto, como por ejemplo la televisión, los contactos entre ellos serán esporádicos, interrumpidos frecuentemente, las ideas no tendrán una coherencia y, por supuesto, el contacto será muy pobre puesto que la atención está centrada en un tercer objeto.

La opinión de los hijos.

Cuando el padre se acerca al hijo con el específico interés de explorar su mundo interno, es preciso atraer la atención de éste hacia la conversación; es preciso establecer preguntas que nos revelen la forma en cómo la información está siendo procesada dentro de la mente del niño. Es conveniente pedir la opinión de los hijos, porque una opinión es el resultado de un proceso de información complicado, en donde se ponen en juego desde valores morales hasta conocimientos concretos. Así pues, pedir y escuchar las opiniones de los hijos es la mejor manera de conocer el mundo interior de ellos.

Atención al lenguaje no verbal de los niños.

El lenguaje no verbal de los hijos, sus expresiones, sus movimientos, sus actitudes, conforman un paquete de información muy valiosa para los padres. Es fácilmente posible clasificar los distintos rasgos que muestran diferentes estados de ánimo de los niños, son tan sencillos y tan repetibles, que los padres pueden ir clasificando y observando cómo el mundo interior del infante se va enriqueciendo con la edad. Las actitudes no son otra cosa que las herramientas que están siendo utilizadas por el niño para enfrentar las experiencias de la vida. Igualmente, estas actitudes pueden ser inventariadas y lo que es más importante, encauzadas adecuadamente para ayudarlo a conseguir lo que se propone. El estudio del carácter de los hijos, a través de sus conversaciones y sus actitudes, es algo que deberá ser imprescindible en los padres del mañana; aun cuando ahora todo eso se da de una manera natural e inconsciente, es preciso preparar a los padres para que logren el grado de entrenamiento adecuado, que les permita interactuar de una manera eficaz con sus hijos.

Los modelos mentales del mundo son limitados.

Ya mencionamos que un aspecto importante, dentro de la formación de los padres, está en el hecho de querer entender que sus modelos del mundo son limitados; que su forma de percibir la realidad externa no es necesariamente la única ni la mejor y que, desgraciadamente, por el mismo proceso de educación de los hijos, esos modelos de los padres son transmitidos a ellos con todas sus limitaciones y también con toda su riqueza.

El niño partirá desde ese modelo implantado por su padre y lo enriquecerá o empobrecerá, dependiendo de las experiencias que él mismo vaya acumulando. Cuando decimos que lo empobrece, nos referimos a aquellas reacciones producidas en el niño, debidas, tal vez, a experiencias de tipo negativo o doloroso.

En esos casos, el niño puede optar por dos de los vicios más comunes ya mencionados anteriormente, en la forma en cómo los seres humanos procesan la información: O bien, establece una generalización que se convierte en una regla, o bien, produce una distorsión y la información es procesada de una manera deficiente. En ambos casos, la información que ha sido grabada de una experiencia determinada, empobrece el modelo del mundo que el niño viene formando. Se crean entonces prejuicios, miedos o traumas que, en un futuro, podrán afectar en diversos grados, la personalidad del niño. La única manera de explorar esas cicatrices que la vida va dejando en los hijos, es a través de conversaciones largas, es a través de una continua interacción, es a través de estar escuchando, escuchando.

Escuchar a los hijos.

Los padres que únicamente hablan con sus hijos para enseñarles, para explicarles lo que es la vida, olvidan que, en el proceso de educación, es preciso verificar cómo es que la información está siendo grabada por la otra persona y, para eso, se requiere escuchar. Hay que escuchar a los hijos para corroborar si la información está siendo correctamente procesada. A un niño que se le escucha crece sin el temor a hablar. A un niño que se le pide que escuche permanentemente, se le está enseñando, igualmente, a esperar instrucciones en todo momento y su iniciativa futura será gravemente mermada.

Así pues, las relaciones padres con hijos pueden ser enormemente beneficiosas para ambos, o pueden ser determinadamente frustrantes y limitadoras para el niño. No perdamos de vista la esencia fundamental de toda relación humana: las caricias de orden psicológico. Cuando recibimos caricias nos sentimos estimulados y apreciamos la relación; cuando no se nos aporta este tipo de estímulos, la relación se empobrece y se ve forzada en su ejecución, lo cual trae, de manera natural, un alejamiento entre las personas.

18. EQUILIBRIO EN EL CRECIMIENTO.

Buscar la integración del hombre, desde las etapas tempranas de la vida, es asegurar que la maduración psicológica se dará de una manera armónica.

Hace tiempo les comenté cómo este proceso de maduración, podría ser comparado al crecimiento de una planta. Las diferentes áreas de la personalidad que el ser humano va desarrollando a medida que crece, corresponden a diferentes ramas que han crecido soportadas por un mismo tronco. El crecimiento armónico de las diferentes áreas de personalidad podría semejar a un árbol frondoso con un exuberante follaje, mientras más áreas de personalidad tenga un individuo, corresponderá a las diferentes opciones que tiene su modelo del mundo.

EL símil del árbol.

También hemos mencionado, que la riqueza del modelo garantiza al individuo mayores oportunidades de alcanzar sus metas y vivir feliz; así pues, lo que debe preocuparnos es cómo equilibrar ese crecimiento y cómo desarrollar mayor cantidad de opciones, dentro de las áreas de personalidad del individuo.

Mencionaré entonces, algunos puntos básicos para entender mejor estos conceptos:

1o.- En primer lugar, el *tronco corresponde a la jerarquía de valores sobre la cual está cimentada la personalidad de un individuo*. Una jerarquía de valores confusa o tergiversada, ocasionará un crecimiento desproporcionado de algunas áreas de personalidad y traerá problemas, inevitablemente, a la persona.

2o.- En segundo lugar, cada una de las *ramas equivale a una área de personalidad desarrollada*; cada área de personalidad corresponde a una opción concreta de actitud o conducta que el individuo puede tomar en alguna circunstancia de su vida. Si la rama se encuentra muy desarrollada, esa actitud o ese tipo determinado de conducta se encuentra totalmente desarrollado por la persona, es decir, la puede utilizar como una opción válida y coherente en sí misma. Una gran cantidad de opciones, es decir, una gran cantidad de ramas, todas soportadas bajo el mismo tronco, bajo los mismos valores, representa, para una persona, la oportunidad de poder actuar libremente bajo las diversas circunstancias de la vida.

El estrés y la tensión.

Es muy común que ciertas experiencias en la vida de toda persona, representen situaciones ante las cuales se siente estresado, ante las cuales se siente limitado, precisamente porque su personalidad carece de una opción adecuada a utilizar bajo esas determinadas circunstancias, es decir, mientras existan situaciones en la vida que a la persona la someten a una tensión exagerada, a un estrés, significará que es una área de personalidad que no se encuentra desarrollada, o bien, que su modelo particular del mundo carece de una opción válida para enfrentar tales situaciones; de ahí, que la riqueza del modelo, corresponda a un mayor número de áreas de personalidad que el individuo debe poseer, a fin de enfrentarse con éxito a todas las experiencias de la vida.

Enriquecer las áreas de la personalidad.

3o.- Otro punto muy importante es el hecho de que, así como las ramas de los árboles engruesan al tronco y lo hacen crecer, de la misma manera, las diferentes áreas de personalidad del individuo, deben fortalecer su propia jerarquía de valores y elevarlo hasta los fines más altos, altruistamente hablando, que puede tener una persona. Eso significa que, enriquecer sus áreas de personalidad, acelera la evolución del individuo, le proporciona un crecimiento real en cuanto a su alcance visionario acerca de su papel en el mundo, sus aspiraciones crecen, sus objetivos se hacen más amplios, más vastos, e, igualmente, trasciende en el tiempo, llegando a durar más allá de lo que una persona puede vivir físicamente, es decir, trabaja para la posteridad no para su tiempo presente.

La misión de ser jardineros.

Estos árboles frondosos no son muy comunes en el jardín de la tierra; para que esto se dé, se requiere de la existencia de adiestrados jardineros que puedan podar las ramas de los árboles que van creciendo y puedan fortalecer el desarrollo de ciertas ramas que, momentáneamente, se ven atrofiadas en su crecimiento. Esos jardineros deben ser los padres, esos jardineros deben ser los maestros de escuela, y cada persona en el mundo debería capacitarse para ser jardinero, porque es una de las más nobles tareas a las que puede entrenarse un ser humano.

¿Qué hacer con aquellos árboles que ya han crecido de una manera desequilibrada?, ¿qué hacer con aquellas personas cuyas personalidades son fuente permanente de conflictos, tanto personales como para la sociedad?.

Las terapias de integración psicológica.

Las terapias de integración psicológica ya han sido tocadas en temas anteriores y realmente no es el momento para tratarlas con profundidad, sin embargo, a manera de síntesis, podría comentar lo siguiente:

Un jardinero sabe perfectamente que al podar un árbol, la poda debe hacerse justamente encima de un brote de la rama; ese brote debe tener la dirección correcta para que, cuando crezca, equilibre el crecimiento de la planta en su conjunto; el resto de la rama se corta aunque sepamos que el dolor que sufrirá la planta va a ser grande. El tiempo y el desarrollo de este brote garantizará el bienestar futuro de nuestro árbol.

El terapeuta experto sabe perfectamente que una conducta desordenada proviene de una creencia falsa; el terapeuta, entonces, deberá descubrir cuál es esa creencia, cuestionarla en su validez y presentarle hechos que contradigan su modelo. Cuando esto ocurra, habrá que enfrentar a la persona con su realidad y, de una manera dolorosa, habrá que cortar todas esas conductas derivadas del crecimiento desequilibrado de esa área específica de su personalidad. Cuando el modelo se ve cuestionado y en su lugar se siembra otra creencia, el terapeuta está haciendo la poda del árbol; buscará, de aquí en adelante, cultivar el nuevo brote que permitirá el crecimiento de otra área de personalidad que muestre un mayor equilibrio en relación al conjunto. Sin embargo, cuando ese tronco del que ha crecido de una manera inarmónica, como un fruto de una jerarquía de valores equivocado, el terapeuta debe explorar hasta lo más profundo del alma de la persona.

Es en verdad difícil hacer un cambio en la jerarquía más interna de valores, para esto, hay que actuar como lo hace el jardinero experto; al árbol que crece torcido, hay que enderezarlo por la fuerza, amarrarlo a una viga, ensartarle un nuevo soporte, pero la fuerza que se va a dejar sentir sobre el árbol debe ser permanente, continua, hasta que el mismo crecimiento de la planta la obligue a tomar otra dirección en su manera de desarrollarse. A grandes males grandes remedios, dice la sabiduría popular y, para una persona cuya jerarquía de valores está trastocada, se requiere un nuevo programa de vida, una nueva disciplina, nuevos principios bajo los cuales deberá educarse y trabajar, pero estos principios deben ser establecidos por la fuerza, a través de una disciplina férrea, a través de un recordatorio continuo y constante; esto servirá de nuevos soportes, esa será la cuerda que la mantenga fija a esta nueva

forma de vivir; el más ligero movimiento en la disciplina, la más pequeña relajación de estas disciplinas, regresará el árbol a su posición original y será aún más difícil corregirlo.

El análisis de las creencias.

En la búsqueda de las causas que desequilibran a una persona, se debe tratar de establecer el nivel de la creencia que ha ocasionado el desequilibrio. Podríamos hablar de que, un primer nivel, son aquellas que están cimentadas en la jerarquía de valores enraizadas en lo más profundo de la conciencia del ser y, por supuesto, las más difíciles de corregir.

Unas creencias de segundo nivel, son aquellas encontradas por el propio individuo a través de sus experiencias personales, éstas son fácilmente corregidas si se hace una revaloración de la experiencia sufrida.

Una creencia de tercer nivel, es aquella aceptada por el individuo pero cuya fuente viene de una tercera persona. En este caso, ésta es todavía más sencilla de corregir, puesto que no ha sido el fruto de una experiencia personal, sino aceptada de una persona ajena a su vida.

Traten de establecer en qué nivel se encuentra la creencia que ha ocasionado el problema en la persona y sabrán, entonces, hasta qué punto deben trabajar con el individuo para corregir sus problemas.

Esta serie de lecciones está a punto de terminar; en la siguiente sesión daremos una síntesis de todo lo tratado y buscaremos cerrar nuestro estudio, estableciendo algunos consejos para aquellas personas que se decidan, de una manera seria, a profundizar en esta nueva área del conocimiento humano.

19. RESUMEN Y EPÍLOGO.

Quiero agregar, a manera de resumen, los puntos esenciales de estas pláticas sobre la integración psicológica del hombre, puntos que no debemos olvidar y que constituyen la base de las investigaciones más profundas, que pueden ser desarrolladas atendiendo a los principios básicos de lo que hemos mencionado.

La teoría de las áreas de la personalidad.

La presentación de la teoría de las áreas de la personalidad puede ser comparada con otras mencionadas anteriormente, como la teoría de los múltiples roles que cada uno tiene en su personalidad; sin embargo, hemos querido llamarla “áreas de personalidad”, porque si bien, en su manifestación cada una se comporta como independiente de la otra, todas se derivan de un mismo tronco, y ese tronco, conformado por la jerarquía de valores que el individuo ha desarrollado en su vida, es lo que permite, por un lado, infundir una posible solución a través de la terapia adecuada y, por otro lado, constituye la explicación más lógica del proceso de desarrollo de las múltiples personalidades.

Es aún largo el camino que se debe recorrer antes de poder explicar todos los fenómenos que una personalidad humana manifiesta, pero si tenemos presente los mecanismos de cómo la mente humana procesa la información, podremos encontrar las pautas que rigen y explican el desarrollo de las conductas humanas.

El influjo de las experiencias.

La asociación de experiencias y la concatenación de las mismas, producen, como resultado final, un área de personalidad con características propias y, muchas veces, totalmente diferentes a otras áreas desarrolladas por la misma persona. La tendencia de la mente humana a asociar experiencias y etiquetarlas de acuerdo a ciertos lineamientos personales, hacen que el individuo desarrolle ciertas áreas de una manera preferente a otras; de aquí que toda persona mantiene operando, primordialmente, unas cuantas áreas de su personalidad, pero mantiene presentes, aunque sin desarrollo, muchas otras que le proporcionarían un gran beneficio al enriquecer su modelo del mundo.

Recordemos que cada área de la personalidad desarrollada, constituye, a la vez, una opción que el individuo puede tomar para afrontar ciertas circunstancias de su vida. Cuando estas áreas son limitantes y producen actitudes negativas o antisociales, decimos, entonces, que la persona tiene un problema, pero, cuando las áreas enriquecen al mundo, le proporcionan opciones distintas para

actuar y le permiten abarcar una mayor cantidad de situaciones de una manera armónica; entonces, hablamos de una persona totalmente desenvuelta y con grandes posibilidades de alcanzar lo que desea en sus relaciones con los demás.

Las conversaciones con los niños.

Igualmente mencionamos la importancia de poder explorar en el niño, la construcción de su mundo interior a través de conversaciones, en las que, frecuentemente, se le pide que manifieste sus opiniones y sus puntos de vista acerca de cosas de la vida. Escuchar a los niños es introducirse en su mundo interno, a la vez que proporcionarle la confianza suficiente para que, posteriormente, desarrolle una personalidad fuerte y apta para crecer armónicamente en la vida.

El viaje de la conciencia entre las áreas de personalidad.

Explicamos que la mente tiene tendencias muy específicas que evita, hasta donde le sea posible, darse cuenta de sus propias contradicciones, de sus comportamientos o actitudes. Una vez que la conciencia del individuo se centra en alguna de sus áreas de personalidad, en forma automática se desliga de las otras y las actitudes que tome, dentro de esa área, ignorarán por completo las anteriores que haya tomado en otra de sus áreas de personalidad. Esta es la explicación de por qué el hombre, muchas veces, manifiesta una personalidad voluble y contradictoria.

¿Cuándo está integrado el ser humano?

A medida que el ser humano madura psicológicamente, sus áreas de personalidad se vuelven más permeables y es probable que converjan en algún punto. De esta manera, decimos que el hombre está integrado, cuenta con múltiples opciones, pero su conciencia se mantiene siempre en el tronco, no se pierde entre sus ramas, es consciente de todas sus experiencias pasadas, sin importar en qué área de su personalidad se encuentre clasificada.

Sensibilizar la conciencia del hombre para lograr la integración psicológica, significa entrenarse para tomar todas las decisiones fundamentadas en su jerarquía de valores, es decir, en el tronco de su personalidad.

Despedida.

Quisiera invitar a todos los lectores a que hagan de estos conceptos su material de estudio, los desarrollen, los complementen y enriquezcan, hasta lograr alcanzar la total explicación del comportamiento humano.

Más adelante regresaremos nuevamente a estos temas, pero ahora analizándolos desde el punto de vista interno del hombre, es decir, los impulsos que son sentidos en la personalidad humana y que provienen de esa conciencia superior que es su propio espíritu. La psicología esotérica no estaría completa, si no tomáramos en cuenta el esfuerzo permanente que está haciendo la chispa divina, para poder inducir al hombre a penetrar en nuevos terrenos y asimilar las lecciones de la vida.

¿Cómo es que la influencia de esta chispa divina se manifiesta en la personalidad humana?, ¿en qué nivel, en qué orden podemos encontrar los efectos de esta fuerza?

Ese será el tema de un estudio posterior; por ahora, busquemos asimilar esto, profundicemos hasta donde nos sea posible y compartamos estos conocimientos con todas aquellas personas que, alrededor del mundo, hacen un esfuerzo por entender la compleja y dinámica personalidad humana.



HACIA UNA INTEGRACIÓN
PSICOLÓGICA DEL HOMBRE

