

Los pensamientos nos enferman

escrito por Rafael Ramos Sánchez | enero 26, 2021



Los pensamientos nos enferman

Rafael Ramos Sánchez

docente de la ENMJN



Después de casi 300 días de alerta sanitaria, la tensión que envuelve las horas y los minutos no disminuye, la preocupación natural y a veces desbordante, excesiva, somete al organismo a un desgaste constante, el dinamismo ordinario del cuerpo y sus misterios, encuentran un nuevo enemigo que acecha: el SARS CoV-2... “¿Estornudas?”: ¡Covid!; “me duele la panza”: ¡Covid!, “siento un mareo”: ¡Covid!; “no escuchas algo”: ¡Covid!; “te duele una rodilla”: ¡Covid!; ¿toses?: ¡Covid!; “me duele la cintura y la espalda”: ¡Covid!; “creo que algo de la comida me cayó mal”: ¡Covid!...

En días pasados, y como resultado de una alergia propia de la estación invernal, yo advertía cómo *los pensamientos* y, sobre todo, las interpretaciones que hacemos de lo que nos ocurre, *atizan la maquinaria interna de las ideas* y su correlato inmediato, *las emociones y las sensaciones*, entonces *la tensión aumenta al punto de enfermarnos*.





Aaron Beck y Albert Ellis

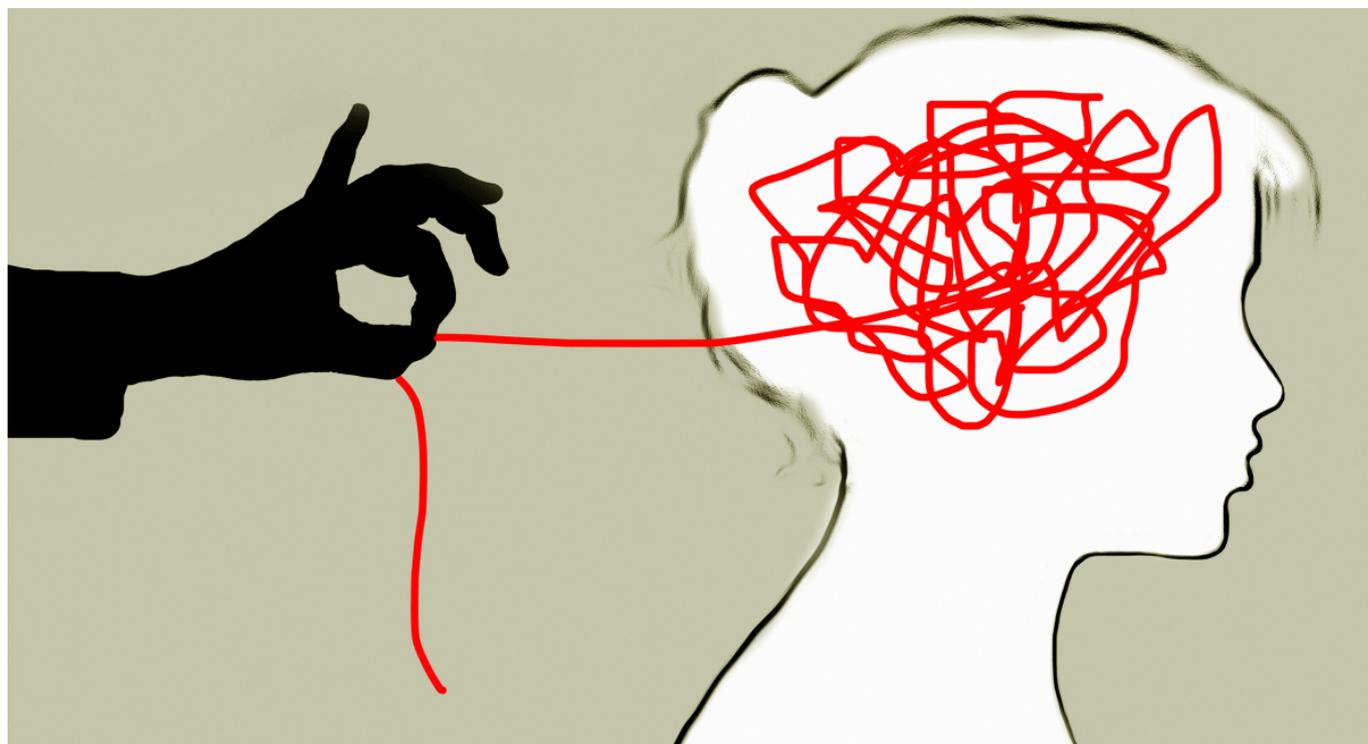
Aaron Beck y Albert Ellis han contribuido al entendimiento de lo que ocurre en nuestra mente cuando tenemos ideas, hablan de una forma de pensamiento, cuya característica es repetitiva y cíclica, la constancia y permanencia de dichas ideas producen alteración del estado de ánimo y del comportamiento. La congestión y la secreción, ya no se explicaban por una alergia; era la certeza del virulento Covid, como respuesta automática a una congestión nasal y reiterados estornudos (Afanoso Hurgue, en la “Definición operacional en Caso Sospechoso de Enfermedad Respiratoria Viral”), buscando confirmar mi apreciación.

¿Qué explica que una mínima señal corpórea, inocua, encuentre sentido y registro exclusivamente en el Covid? ¿Puede un pensamiento incidir en mis emociones y las sensaciones?... El funcionamiento de nuestro cerebro basa su eficacia en un recurso presente a lo largo de la vida, economía cognitiva, en la que de manera natural se busca el menor gasto posible de los recursos senso-perceptivos, mnémicos, atencionales y volitivos, es decir, que hacen eficientes las tareas al menor costo posible.



La forma en que interpretamos las vivencias, las experiencias, las situaciones, pasa por el filtro de ‘lo conocido’, se busca entonces algún recurso alojado en la

memoria como un recuerdo nítido capaz de explicar lo que se vive, la intención: la reducción de energía en la búsqueda de una posible explicación, de una solución o de su comprensión.

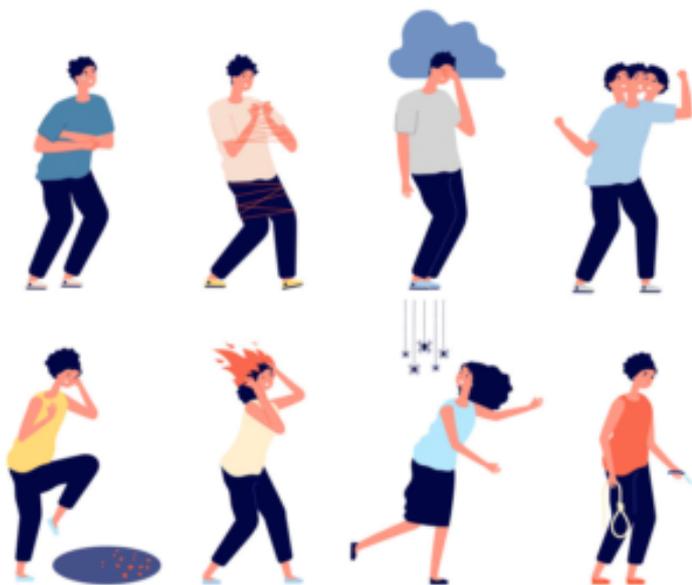


A manera de ejemplo, comparto una anécdota en la que hace algunos años una paciente fue derivada al servicio de salud mental, ella tenía dificultades para el inicio, mantenimiento y conclusión del sueño, contaba que sentía “que se le trepaba el muerto”, sensación desagradable por decir lo menos, en la que uno tiene la vivencia consciente, dentro del sueño, de estar imposibilitado para despertar. Esta paciente cuenta que, según le explicaron detalladamente, su problema es el resultado de una dificultad en el ciclo del descanso y que también es conocido como “parálisis de sueño”. Con todo y la explicación, al finalizar, ella le preguntó a su médico tratante si debía hacerse una limpieza, además de acudir al apoyo de salud mental.

Como puede verse, la forma de entender la situación se da a partir del arraigo a creencias, al resultado de los ambientes con los que estamos familiarizados, sin duda, una apuesta de nuestra mente para resolver las tensiones cotidianas en las que a veces estamos envueltos.



Otro recurso de nuestra mente para defenderse se muestra a partir de las *explicaciones automatizadas*, que son similares a las creencias arraigadas de “todo o nada”, en tanto que las respuestas se alojan en esquemas mentales: explicaciones relativamente estables que orientan la visión que tenemos del mundo; por ejemplo, si tuvimos un mal momento durante el día, decimos que ha sido un día desgraciado, de modo que no somos capaces de advertir que una circunstancia adversa localizada temporal y espacialmente, es simplemente un instante más.



Pensemos en un supuesto. Imaginemos que no entregamos algún trabajo pendiente, o que perdemos una pertenencia... situaciones como estas son instantes en el transcurso de una jornada; sin embargo, esas ideas se sostienen en el tiempo. Pensemos también en alguien que conozcamos, o en nosotros mismos, cuando ocasionalmente decimos: “el horno no está para bollos”, y desde muy temprano nuestro día ya se ha

configurado con este pensamiento anticipatorio y pesimista, hecho que logra nublar el resto de nuestro día. O “todo es bueno, o si no, no vale”. Si hay algo malo en el transcurso de unas horas, todo ha sido gris y denso. Esto aplica también para ese tipo de sospechas: estornudas y concluyes que es Covid.

Así las cosas, existe un recurso más del cual disponemos, este es “la generalización excesiva”, hoy en día tan socorrida. De tal forma que, por ejemplo, “si estás a favor del presidente, eres chairo”, “si lo criticas, eres fifí o hijo de un aspirante a neoliberal”, “si un hombre es violento, todos los hombres son violentos”, “si una mujer promueve la igualdad de las



condiciones, para acortar y eliminar asimetrías, es *feminazi*”, Una vez más: “todo o nada” o la “generalización excesiva”, todo esto ilustra el error de procesamiento de la información o de las *distorsiones cognitivas*.

Volviendo a la inquietud de si los pensamientos inciden en las emociones y las sensaciones, la respuesta es que sí, y que, por lo tanto, los pensamientos nos enferman. La interrogante en torno a la cual todo encuentra eco en el Sars CoV-2 y la manera de entenderlo se desata a partir de montos de ansiedad que se anudan a distorsiones cognitivas, que exacerban el malestar.



Síntomas como el exceso de estornudos se ligan inevitablemente a un padecimiento viral, todo como resultado de una falla en la adaptación a una situación exigente como lo es la pandemia y que fortalece el *sesgo confirmatorio* o *la distorsión cognitiva*, ello a su vez *alimenta la ansiedad*, una mezcla de elementos que acentúa la sensación de amenaza y, con ello, su respuesta natural fisiológica.

Esquematizar este fenómeno de forma gráfica podría hacerse con la siguiente secuencia: estornudo es equivalente en la mente a Covid; saberse con padecimiento viral, promoverá la sensación de malestar y, sobre todo, el aumento de la tensión y es que, si revisamos el conteo diario de contagios y de deceso, el temor arremete inevitablemente.



Estornudo = Covid

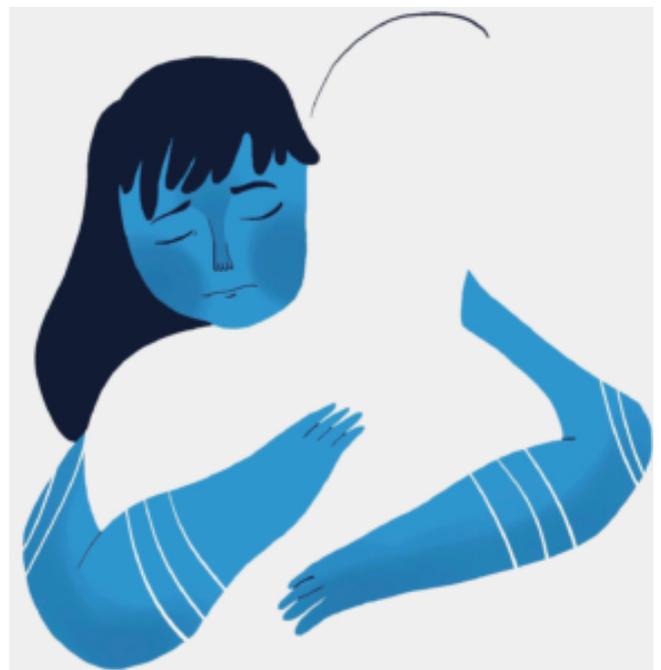
Tener Covid = Preocupación

Preocupación = Aumento del miedo

Montos constantes de miedo = Ansiedad

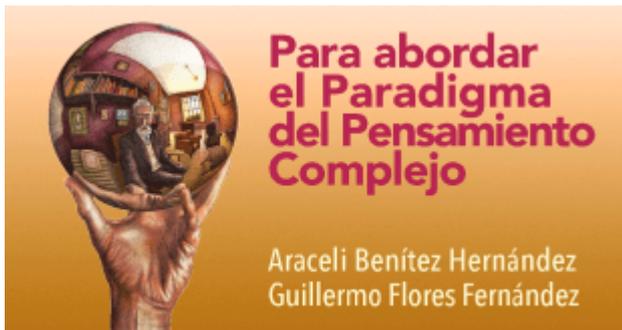
ETC.

A modo de sugerencia, notemos la importancia de identificar si la idea que ocupa nuestra atención es una idea que se puede corroborar, o bien, si la podemos desechar de manera objetiva, pragmática o empírica; de no ser así, seguramente estamos ante una ocurrencia que, sin control, se traducirá en la sensación de pérdida de bienestar psicológico, y estaremos efectivamente pensando y enfermándonos por ello.



Para abordar el Paradigma del Pensamiento Complejo

escrito por Guillermo Flores Fernández | enero 26, 2021



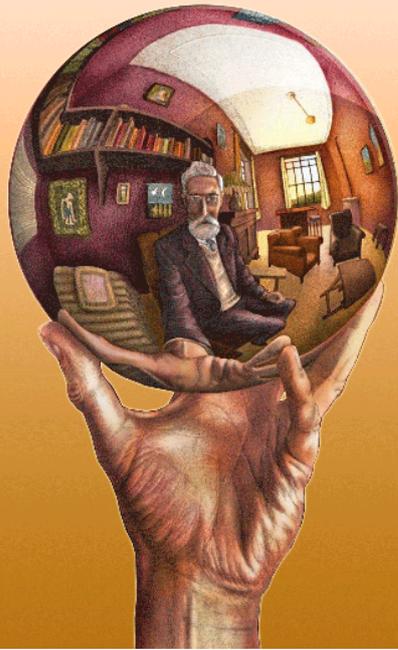
Para abordar el Paradigma del Pensamiento Complejo

¿Cuál es su diferencia con las Ciencias de la Complejidad?

Araceli Benítez Hernández

Guillermo Flores Fernández

docentes de la ENMJN



Para abordar el Paradigma del Pensamiento Complejo

Araceli Benítez Hernández
Guillermo Flores Fernández

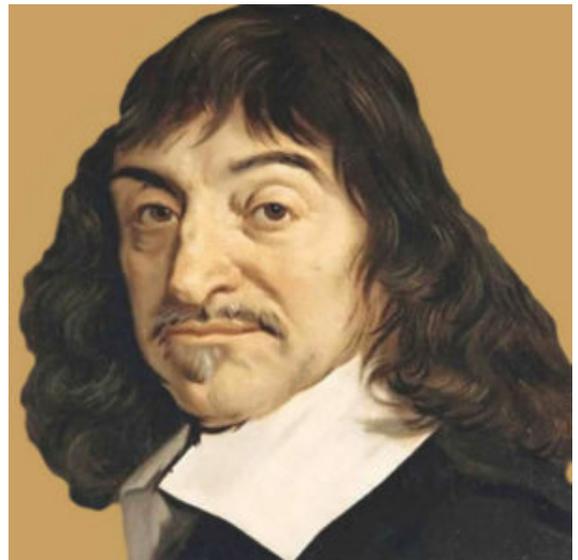
Un día del otoño de 2004, Edgar Morin, al dirigirse al físico Gérard Weisbuch, le señaló: “Su concepción de complejidad excluye la mía, mi concepción de complejidad incluye la suya”... Iniciamos las presentes anotaciones con esta anécdota para señalar que, con frecuencia, este tipo de distinción (unas veces no resuelta, otras, pasada por alto y en ocasiones no notada) produce declaraciones generales que arrojan muy poca luz a los esfuerzos por comprender el paradigma del Pensamiento Complejo, e impide visualizarlo como un marco teórico pertinente para la formación inicial de profesores. Son muchos los factores, los ámbitos y las líneas de estudio que se necesita escudriñar para alcanzar esta meta. De ahí el interés publicando algunas impresiones, a fin de ir acercándonos al paradigma del Pensamiento Complejo y, en particular, al trabajo de Edgar Morin.



Gérard Weisbuch

Este texto no pretende ser “la punta del hilo” ni el “por aquí se empieza”. Empezar el estudio de un sistema de conocimientos, como lo es un paradigma (cualquiera), implica errar por incontables destinos. Así, prevenimos al amable lector de no esperar de esta nota más que un intento de ordenar cronológicamente algunos eventos y, permitiendo el atrevimiento, escudriñar algunas posibilidades argumentativas de lo que, en nuestra opinión, devela una pequeña pero importante pregunta en esto que puede considerarse la (paulatina y hasta hoy reciente) construcción del Paradigma del Pensamiento Complejo: ¿Cuál es su diferencia con las Ciencias de la Complejidad?

En esta primera emisión, efectuaremos un ejercicio de orden histórico, que no teórico, para plantear un punto de distancia (y tal vez una que otra cercanía) entre lo que hoy se conoce como el Paradigma de las Ciencias de la Complejidad y el Paradigma del Pensamiento Complejo.



René Descartes

Fue en el siglo XVII cuando René Descartes descubrió el método científico como una sólida herramienta para explicar los fenómenos naturales. En 1619, el físico francés aseguró “estar descubriendo los fundamentos de una ciencia admirable”, ciencia que, paulatinamente, se configuró como “El Método”. El método cartesiano, o método científico, fue la base de lo que desde entonces se conoce como las ciencias experimentales que, mediante ejercicios de observación y experimentación, llevan a la construcción de teorías, leyes y modelos con las que

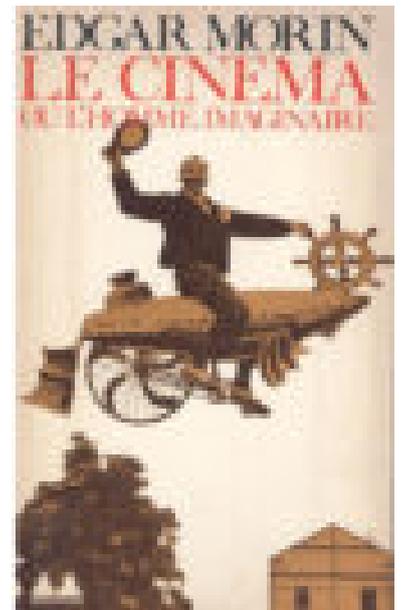
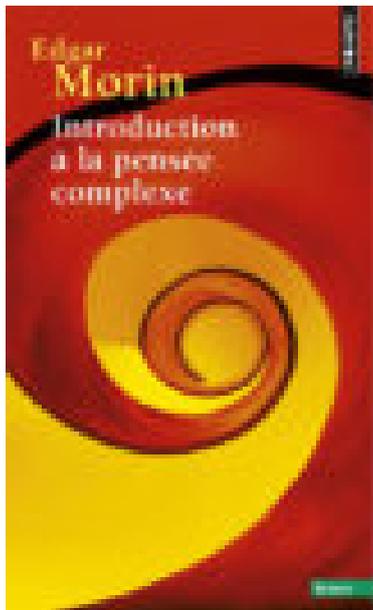
se busca explicar, predecir y controlar lo que ocurre en la naturaleza.

Durante más de trecientos años, el método cartesiano se consolidó como la forma segura en la que, sistemática y metódicamente, se descubre lo oculto al ojo ordinario y se da paso a verdades comprobables, verificables y generalizables. El método ha sido la medida que distingue lo científico de lo que no lo es.



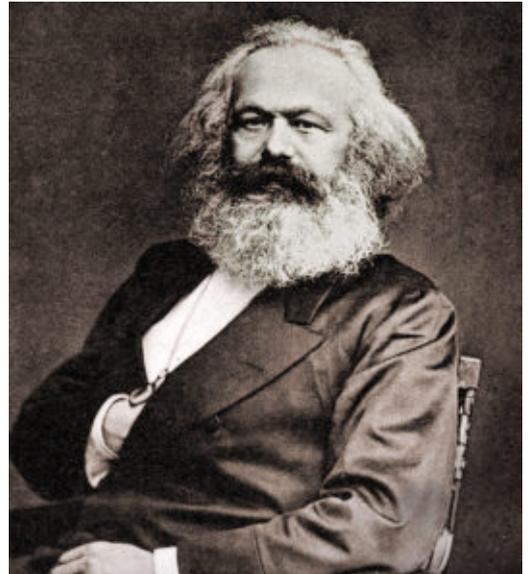
Auguste Comte

Hasta el siglo XIX otro francés, Auguste Comte, haciendo eco a las necesidades de la época y a un objeto de estudio diferente —lo humano—, propone un nuevo paradigma. En ese momento, el método predominante era el método de *René Cartesio* y, atendiendo a la exigencia de demostrar que los estudios sobre los hechos del hombre eran ciencia y tenían, por ello, valor científico, los estudiosos de lo social como Augusto Comte, Stuart Mill, Saint-Simon y Durkheim, por mencionar sólo algunos, utilizaron el método científico para abordar los hechos sociales. Se trataba de entender los fenómenos sociales como cosas (Durkheim). Llamó la atención al hecho de que dichos estudiosos utilizaban el método de Cartesio como *el método*, pues en ese momento no había otro. Es por ello que los primeros estudios desde la Sociología y la Psicología, por ejemplo, presentan un fuerte arraigo en la metodología cartesiana tendientes a medir, verificar y comprobar.



En la primera mitad del siglo XX, otras ciencias de lo humano fueron incorporándose a la escena científica, todas apoyadas en el mismo método. ¿De qué otra manera podrían haber sido consideradas ciencias? Ya en los años 50 del siglo pasado se presentaba una clara separación entre las ciencias sociales (Sociología, Psicología, Arqueología, etc.) en contraste con las ciencias naturales (Física, Química, Biología, etc.) A esas primeras ciencias que indagaron y estudiaron lo humano, los fenómenos sociales, los hechos del hombre y buscaron explicarlos, predecirlos y controlarlos, se les conoció como *ciencias positivas*.

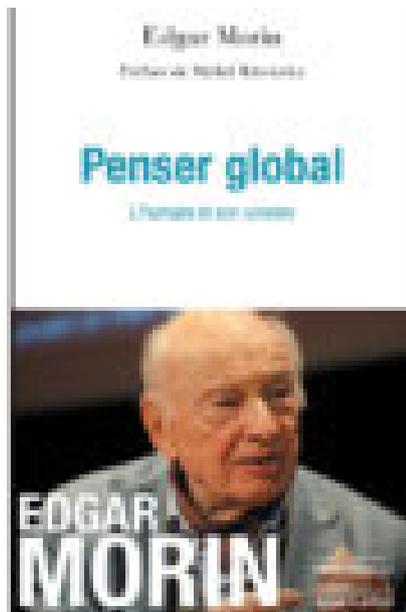
A mediados del siglo XX, los avances de las ciencias y el conocimiento, evolucionaron dando paso a paradigmas teóricos tan importantes como el paradigma sistémico basado en la Teoría General de Sistemas (TGS), que proponía al *sistema* como categoría organizativa y de análisis colocando un punto de distancia con las explicaciones más lineales del método científico original.



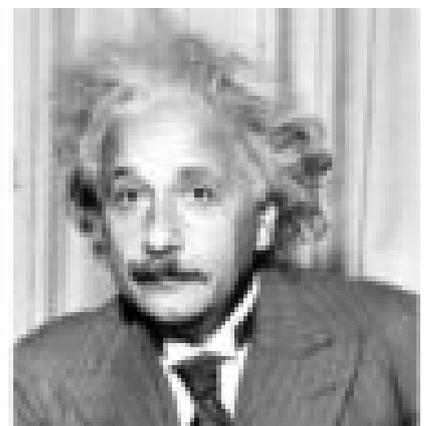
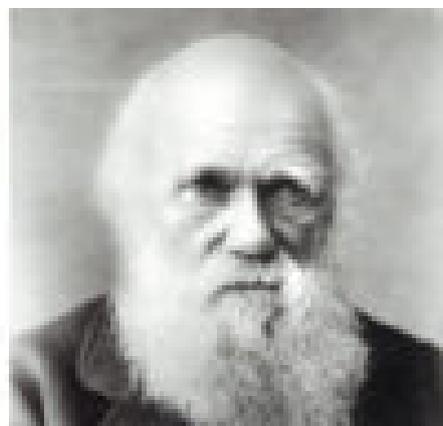
Karl Marx

A la par, los inicios del siglo pasado se caracterizaron por una serie de hechos sociales que influyeron también en la forma de construir conocimientos: las ideas económico-sociales de Karl Marx, el impacto de la revolución industrial en la anatomía de las sociedades (surgimiento de las ciudades en contraposición de los espacios rurales, por ejemplo), la expansión de la ideología socialista con la consabida división del mundo entre capitalismo y socialismo, las revoluciones china y rusa y, por supuesto, la primera y segunda guerras mundiales, fueron, sin duda, hechos que impactaron en la forma de ver al mundo, al hombre, a las sociedades y a la ciencia (o las ciencias)

En los años 60 y 70, Edgar Nahum (después Edgar Morin), influenciado por el positivismo Comtiano, por la teoría general de sistemas (Bertalanffy, 1969), por el surgimiento de las nuevas ciencias y las exigencias de la comunidad científica, nota “que su pensamiento no puede ver las cosas separadas”. Sin saber por qué, el joven francés no puede desarticular las cosas para verlas en su unidad y finitud.

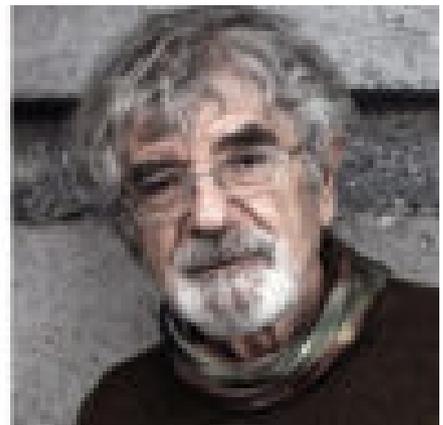
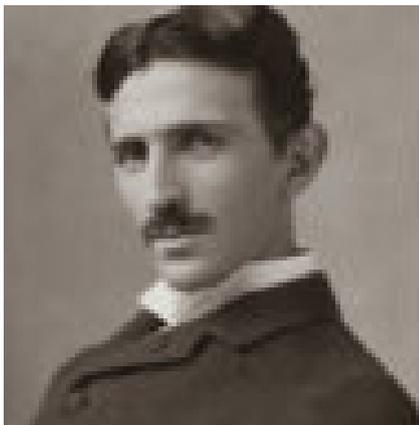


Viviendo los años más inciertos del siglo XX, Edgar Morin, miembro de una familia judío-sefardí, y posteriormente miembro activo del Partido Comunista Francés, se forma como luchador social y participa en la defensa de Francia de la ocupación alemana. Sus experiencias en el periodismo y la literatura y su permanente participación en movimientos sociales reivindicatorios, lo adentran en disciplinas como la antropología, la geografía social, la etnografía, la psicología infantil; fue estudioso asiduo del psicoanálisis freudiano, la historia de las religiones, la mitología, la historia de las ideas y la filosofía, entre otras cosas. Fue ahí donde, el pensador planetario, construye su identidad cultural y su pensamiento transdisciplinar. Sus primeros libros *“El Año Cero de Alemania”* y *“El hombre y la Muerte”* son una manifestación de lo que en su vida había experimentado.



Marie Curie, Charles Darwin y Albert Einstein

Es importante subrayar estos puntos porque, a la par que el mundo del siglo XX convulsiona y Edgar Morin estimula y alimenta sus pensamientos con la realidad de la guerra, las ciencias (sociales y naturales) siguen su curso, continúan su evolución y hacen aportes importantes a la historia de la humanidad. Los grandes descubrimientos científicos del siglo XIX, como los de Marie Curie y de Darwin, entre otros, sientan las bases para los logros de Albert Einstein, Nicola Tesla, Oparin, Alexander Fleming y otros. La Química, la Física y la Biología, apoyadas en los aportes de las matemáticas, también se desarrollaron y, paulatinamente, fueron construyendo un paradigma de la complejidad. Sus estudios, al igual que los de Edgar Morin, han reconocido la articulación de todas las partes del todo y su estrecha interdependencia. Así mismo, al igual que el Pensamiento Complejo, los estudios desde las ciencias de la complejidad han permitido el desarrollo cada vez más sólido de conocimientos transdisciplinarios. Hoy a la Física, la Química, la Biología y las Matemáticas, se las conoce como *Las Ciencias de la Complejidad*. El físico Gérard Weisbuch, del que hablamos al principio, es, a la fecha, uno de sus representantes más importantes.



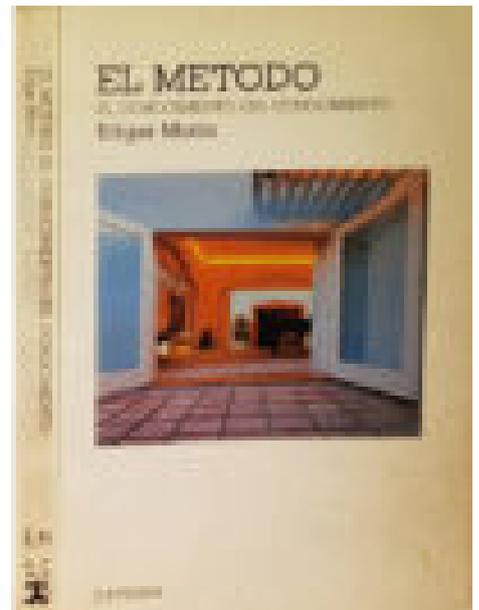
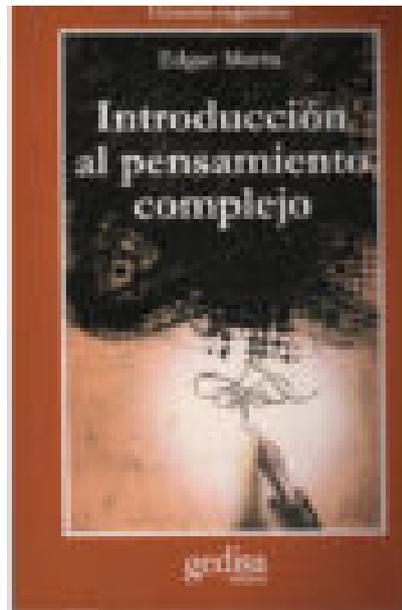
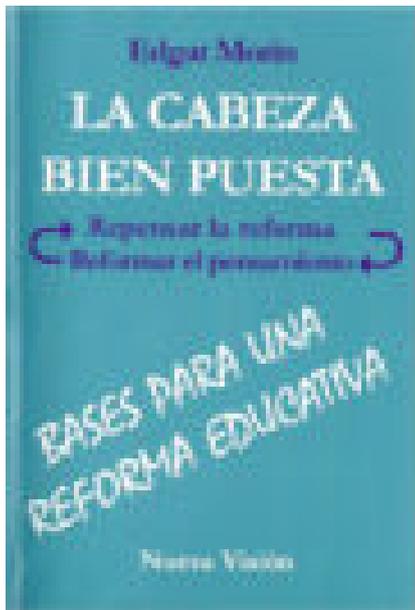
Nikola Tesla, Alexander Fleming y Humberto Maturana

Entonces, mientras Edgar Morin y, posteriormente, otros estudiosos (Rigoberto Puppo, Sotolongo Codina, Carlos Díaz Delgado, por mencionar algunos) han encaminado sus estudios hacia la comprensión de lo humano desde, dice Morin, *“Un paradigma cultural que no científico”*, las Ciencias de la Complejidad han avanzado sobre la plataforma del método científico, que es, precisamente, el punto de mayor crítica del Pensamiento Complejo. Los trabajos del biólogo chileno Humberto Maturana pueden ser un buen ejemplo de ello.

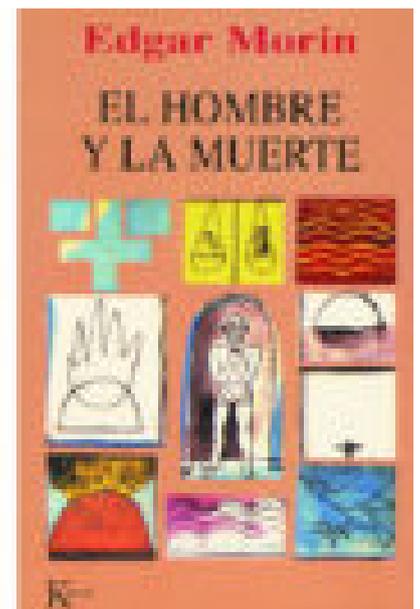
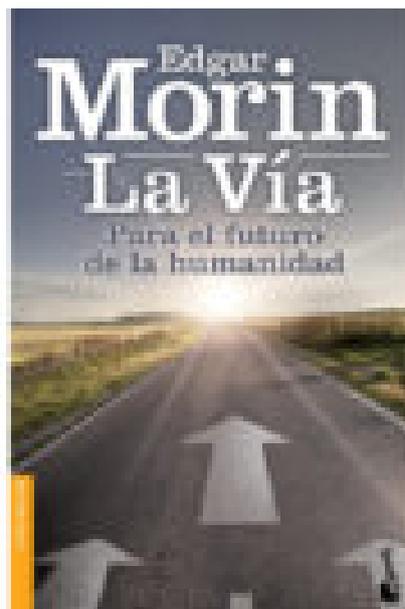


Edgar Morin

Por otra parte, los trabajos de Edgar Morin, ya en línea hacia desarrollar un método de la complejidad distanciado del método científico, al mismo tiempo que lo distanció de las Ciencias de la Complejidad, lo enfrentó a lo que el positivismo enfrentó en su momento: la exigencia, desde la comunidad científica, de demostrar que su conocimiento podía ser considerado “científico”. Por ello, los primeros 5 tomos del Método (son cinco libros que abordan el mismo tema: el Método); o el famoso “*Introducción al Pensamiento Complejo*” se miran afianzados, en algunas ocasiones con cierta dificultad, de planteamientos de la Física, o bien, hacen constantes referencias a la Química. No es difícil encontrar, en estos primeros textos, conceptos traídos de la biología (*imprinting* y ecología de la acción, por ejemplo) que fungen con la difícil tarea de dar “*cientificidad cartesiana*” al Pensamiento Complejo.



Actualmente, Edgar Morin ha evolucionado en sus planteamientos y, con la aportación de otros pensadores, el Paradigma del Pensamiento Complejo también. Hoy a sus casi cien años (este año cumple 98) Morin ha escrito y difundido ideas más claras sobre lo que es el Paradigma del Pensamiento Complejo. Baste al lector adentrarse en la maravillosa lectura de *“Los Siete Saberes Necesarios para la Educación del Futuro”* (1997), *“La Vía: Para el futuro de la humanidad”* (2011), *“Tierra Patria”* (1993), *“Educar en la Era Planetaria”* (2000), *“Enseñar a Vivir”* (2016), y el más reciente, *“Cómo Vivir en Tiempos de Crisis”* (2018) para darse cuenta de este hecho.



En las bien entradas primeras dos décadas del siglo XXI, los interesados y estudiosos del paradigma del Pensamiento Complejo, no sólo hemos renunciado a

generar conocimiento científico —el cual no negamos ni excluimos— sino que tenemos claro que ese es un punto de distancia con las ciencias de la complejidad, pues se aspira innegablemente a construir, en los términos de Morin, *un conocimiento pertinente* que incluya el contexto, lo complejo, lo multidimensional y lo complejo de todas las cosas.

Pero eso será objeto de otra nota... ♦

El camino del pensamiento, paso a pasito

escrito por Luis Bernardo Ríos García | enero 26, 2021



El camino del pensamiento, paso a pasito

Luis Bernardo Ríos García

docente de la ENMJN

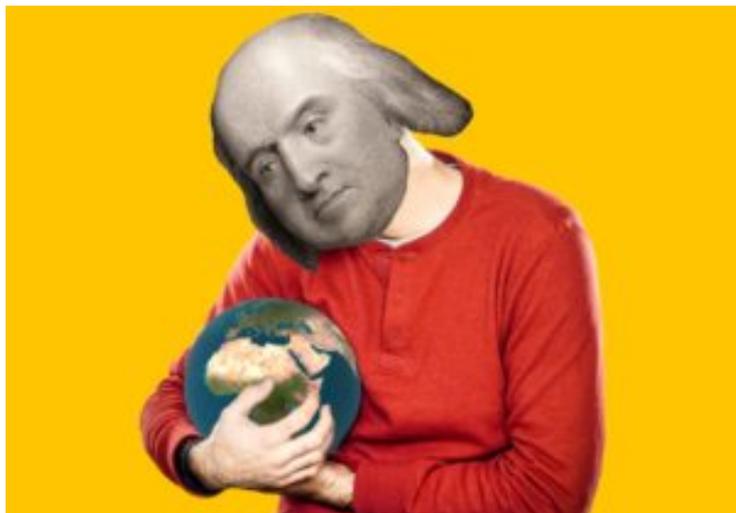
Ilustraciones: Anabel Bueno

El camino del pensamiento, paso a pasito

Luis Bernardo Ríos García



No quiero empezar estas líneas con la introducción o la reseña de algún libro que me encuentre leyendo, ni deseo esgrimir todo un ensayo de cuanto versa el texto del que, poco a poco y de vez en vez, aprendo al resolver sus ejercicios. Y menos quiero escribir algo que precise la utilización del formato de citación de la American Psychology Association (APA). Sin embargo, más allá de emitir alguna recomendación o de incitar al lector, ya principiante ya experto, a ahondar en el tema; o bien incluso, más allá de revelar mi pericia en la escritura académica, resulta importante recordar que la lógica es una ciencia formal (exacta) derivada de la filosofía y es, además, una de sus ramas principales. La lógica, es “ese algo” inmanente al pensamiento.



Ahora bien, el ser humano piensa, tanto en cuestiones con poca relevancia, como en hechos complejos; todo ello con la finalidad de esclarecer lo que enfrenta con el propio pensar, y siempre con algún propósito. Digamos que la actividad de pensar trae consigo el pensamiento, y todo pensamiento trae consigo un contenido al que, a

través de esta acción, se le atribuyen propiedades identificativas; dicho en otras palabras, cuando se le imponen cualidades a un contenido, y al ser verificadas, eso permite en general que surja el conocimiento. Cabe mencionar que el conocimiento como producto del pensamiento trae consigo saberes; saberes que pueden ser o subjetivos o filosóficos.

No pretendo ahondar sobre el tema de los saberes; no obstante, mencionaré que los saberes subjetivos pueden resultar de interés colectivo o individual (característicamente cerrados) y que poseen poca o nula validez por no ser trascendentes. Los saberes filosóficos, en cambio, están lejos de ser de interés para un sólo sujeto o para una única perspectiva colectiva; los contenidos de estos saberes son ampliamente verificables y poseen una significación que va más allá de construcciones culturales y de creencias personales; es decir, son saberes tanto inherentes como trascendentes.

Teniendo esto en consideración, es necesario hacer referencia a la alegoría de *la caverna de Platón*, donde un grupo de individuos inmobilizados observa sombras proyectadas sobre las paredes de la gruta, las cuales resultan para ellos como parte de esas creencias o de esos saberes meramente subjetivos. Así, cuando llega el momento de dejar de estar



“esclavizados” a la percepción de las sombras y es hora de ir a la busca la verdad, se obtendrá (al ver las formas tangibles, los colores y dimensiones reales de las cosas que proyectan las sombras) la veracidad de ese contenido que otrora fuese mera silueta proyectada. Eso sí, sólo entonces, puede transformarse en un saber trascendente.

Cuando al fin las sombras se desvanecen y se busca, como dijo Platón, la belleza y la verdad, se ejerce una construcción meramente humana llamada cultura, la cual tiene, por una parte, elaboraciones materiales que conocemos ahora como arquitectura, escultura, etc.; pero también, la belleza es el espíritu de nuestra especie que, al buscar la verdad en los contenidos tiene, por consecuencia, creaciones no materiales originadas en el lenguaje, en los hechos y los actos humanos, como las creencias, los ritos y las palabras. De tal suerte, estos saberes subjetivos creados en el espíritu, y los saberes inmanentes que parten de capacidad humana de transformar su entorno, son también cultura.



No obstante, aunque los dos tipos de conocimiento sean parte de una construcción cultural, el camino para validar, para buscar la verdad es el que ha de introducir, primero, el punto de partida para que, posteriormente, de forma ordenada y como un segundo elemento, se establezca una meta; es decir, es posible establecer un punto de partida desde el ser

humano mismo, como autor del conocimiento; o bien, desde la cultura, que es el objeto del conocimiento. Así la meta o el propósito será, en todo caso, el conocimiento. En pocas palabras, ese camino ordenado para obtener el conocimiento es algo que llamamos método.

Ahora bien, si se ha decidido establecer la manifestación cultural como el punto para emprender el camino, es preciso concretar, dentro de esa vía, la perspectiva de análisis para adoptar un curso ordenado; o sea que, si se parte desde la perspectiva de las creaciones culturales (que es la de la realidad concreta o de la cultura objetivada), estamos hablando de un proceder empirista, también conocido como realista. Mas, si se invierte esta perspectiva

(y con esto queremos decir desde dentro del ser humano y de su capacidad de reflexión para alcanzar los hechos o las cosas realizados), estamos hablando entonces de un proceder racionalista, también conocido como idealismo. Cabe señalar que realismo e idealismo, ambas perspectivas, son corrientes epistemológicas clásicas que alguna vez en el devenir humano se concibieron aparte, hecho que trajo por consecuencia explicaciones parcializadas, tanto en las expresiones culturales, como en los hechos y creaciones del ser humano.

Es claro que, si alguna de estas perspectivas es parcializada, se dificultará la observación del fenómeno cultural en todo su propósito; por lo que resultará importante conjuntar ambos enfoques utilizando un procedimiento que logre conjugar, tanto lo que proviene de la razón, como de la praxis. Sin embargo, como el humano y su espíritu



producen la cultura, el punto de partida de este método tendrá como sujeto y como sentido, en todo caso, las creaciones culturales. Esto significa que bajo este procedimiento se hará una síntesis del empirismo y del racionalismo, por lo que a tal método se le ha denominado dialéctico.



Sin olvidar que cada fenómeno cultural está intrínsecamente ligado a una temporalidad histórica, el pensamiento humano ha venido usando los métodos antes mencionados para problematizar, principalmente, dentro de cuatro incógnitas: el sujeto, el ser, el objeto, y el devenir. Es pertinente recordar que el sujeto es el ser humano

mismo, aquel que crea y hereda la cultura; el objeto, en cambio, es la propia cultura, la heterogeneidad de lo tangible e intangible de las creaciones humanas

en todo tiempo y espacio históricos; por otra parte, el ser es el origen de la existencia y la esencia de las creaciones culturales; por último, el devenir es aquello que se conecta con la historia de los fenómenos culturales, en sus temporalidades específicas.

Resulta oportuno que, al tomar en cuenta estos cuatro ejes de la filosofía clásica, se deba mencionar que la perspectiva de estudio de Karl Marx versa justamente alrededor de esos cuatro pilares: el ser, el sujeto, el objeto y el devenir. Toda su obra, y principalmente en *El Capital*, se centra en el funcionamiento del sistema capitalista; lo cual quiere decir que el capitalismo, como sistema de organización social, es precisamente el objeto de estudio (valga agregar, objeto de estudio de toda una vida) que hubo de sustentar con el devenir del resultado del trabajo del ser humano: la producción de objetos socialmente necesarios y con un valor de uso al momento de estar concluidos; uno de los efectos de este estudio, por ejemplo, fue develar que el ser humano, al tener capacidad del trabajo, se ha violentado y esclavizado a sí mismo; o bien, ha enajenado el trabajo y se ha apropiado de su producción a través del uso de la fuerza y de las prácticas de poder por parte de un 'pequeño grupo' (clase dominante) de 'la sociedad', misma que históricamente lo ha ostentado y reconocido, disponiendo una 'gran masa' (clase dominada) de esta misma 'sociedad' a su servicio.

Sin duda, explicar las obras de Marx y de Engels necesitaría una dedicada amplitud que, para los fines de este escrito, son dispensables. Sin embargo, cabe mencionar que algunos estudios posteriores que retoman planteamientos marxistas se han centrado justo en *el ser* del humano; es decir, en la naturaleza del ser humano y en el porqué de su existencia, de su cambio.



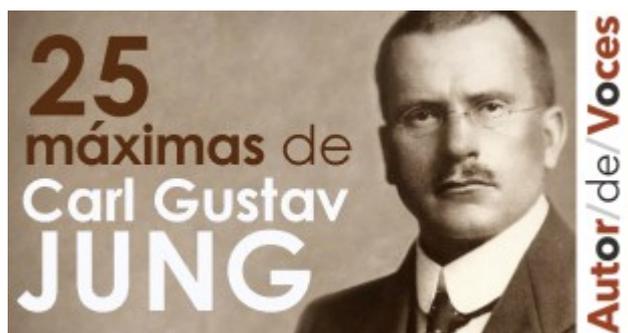
El cuestionamiento clásico que emerge obligadamente de estas perspectivas es: ¿acaso la existencia del ser humano significa estar atado a una organización socioeconómica determinada, para cuyo orden él tiene que hipotecar su trabajo y así hallarse impedido a desarrollar su naturaleza?... Invariablemente la respuesta

es no; la verdadera respuesta se halla en la *liberación* de esa organización socioeconómica, por lo que, para validar una respuesta, ha de buscarse primero el centrarse en un camino, como ocurre en el caso de la perspectiva educativa de Paulo Freire.

En resumen, un método resulta importante, en todo caso, siempre que sea para desarrollar el pensamiento, para validarlo y, así, crear uno nuevo. De esta manera, me gustaría entender que el pensamiento es un conocimiento que se ha concretado y materializado para conformar el mundo creado por la humanidad a través del tiempo. En suma, el pensamiento tiene que recorrer, paso a pasito, un camino para construirse y conformarse como conocimiento. ♦

Máximas de Carl Jung

escrito por Revista Voces | enero 26, 2021

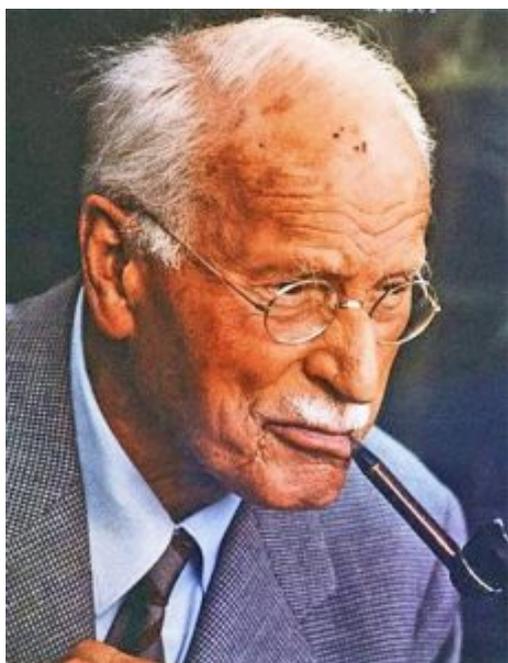


25 Máximas

Carl Jung

AUTOR DE VOCES

La Revista VOCES presenta aquí 25 máximas recogidas de varios de los momentos del extenso trabajo del pensador suizo Carl Gustav Jung (1875-1961), personaje imprescindible en la Historia de la psicología moderna, quien fuera además médico psiquiatra y ensayista, toda una figura clave en la etapa inicial del psicoanálisis y, posteriormente, fundador de la escuela de Psicología analítica, también llamada Psicología de los complejos o Psicología profunda.



Suele relacionársele con Sigmund Freud, de quien fue temprano colaborador. Jung fue pionero de la Psicología profunda, movimiento de gran penetración en el siglo XX. Su abordaje teórico y clínico enfatizó la conexión funcional entre la estructura de la psique y la de sus productos, es decir, sus manifestaciones culturales. Esto le impulsó a incorporar en su metodología nociones procedentes de la antropología, la alquimia, la interpretación de los sueños, el arte, la mitología, la religión y la filosofía.

A pesar de no ser el primer estudioso de los sueños, sus contribuciones a su análisis fueron extensas y muy influyentes. Escribió una prolífica obra. Aunque durante la mayor parte de su vida centró su trabajo en la formulación de teorías psicológicas y en la práctica clínica, también incursionó en otros campos de las humanidades, desde el estudio comparativo de las religiones, la filosofía y la sociología hasta la crítica del arte y la literatura.

1. **“La vida no vivida es una enfermedad de la que se puede morir.”**

2. “La soledad no llega por no tener personas a tu alrededor, sino por no poder comunicar las cosas que te parecen importantes a ti, o por mantener ciertos puntos de vista que otros consideran inadmisibles.”

3. *“Un hombre que no ha pasado a través del infierno de sus pasiones, no las ha superado nunca.”*

4. “No retengas a quien se aleja de ti. Porque así no llegará quien desea acercarse.”

5. **“Muéstreme un ser humano sano y yo lo curaré para usted.”**

6. “Las personas hacen lo que sea, no importa lo absurdo, para evitar enfrentarse con su propia alma.”

7. *“Todo lo que nos irrita de otros nos lleva a un entendimiento de nosotros mismos.”*

8. “Tendemos hacia el pasado, hacia nuestros padres y hacia delante, hacia nuestros hijos, un futuro que nunca veremos, pero que queremos cuidar.”

9. *“Yo no soy lo que me sucedió, yo soy lo que elegí ser.”*
10. “Si eres una persona con talento, no significa que ya hayas recibido algo. Quiere decir que puedes dar algo.”
11. **“Aquello a lo que te resistes, persiste.”**
12. “Podemos llegar a pensar que nos controlamos por completo. Sin embargo, un amigo puede fácilmente contarnos de nosotros algo de lo que no teníamos ni la menor idea.”
13. “El encuentro de dos personas es como el contacto de dos sustancias químicas: si hay alguna reacción, ambas se transforman.”
14. **“La depresión es como una señora de negro. Si llega, no la expulses, más bien invítala como una comensal en la mesa, y escucha lo que te tiene que decir.”**
15. *“«Mágico» es simplemente otra palabra para definir el alma.”*

16. “Nada tiene una influencia psicológica más fuerte en su ambiente y especialmente en sus hijos que la vida no vivida de un padre.”
17. **“A menudo, las manos resolverán un misterio con el que el intelecto ha luchado en vano.”**
18. “De una manera u otra somos partes de una sola mente que todo lo abarca, un único gran hombre.”
19. *“Tu visión se hará más clara solamente cuando mires dentro de tu corazón... Aquel que mira afuera, sueña. Quien mira en su interior, despierta.”*
20. “El sueño es una pequeña puerta oculta abriéndose a la noche cósmica que era el alma mucho antes de la aparición de la consciencia.”
21. “Uno no se ilumina imaginando figuras de luz sino haciendo consciente la oscuridad.”
22. **“Hasta que no hagas consciente a tu inconsciente, va a dirigir tu vida y lo llamarás destino.”** ♦

