

CONFERENCIAS

No obstante la gravedad de la situación internacional, que se refleja en todas las actividades de los hombres, por apartados que estos se encuentren del foco central de la conflagración, podemos afirmar con justa impresión de regocijo que en nuestros centros científicos, artísticos y literarios, las actividades culturales no solamente no han decaído sino que se han intensificado en forma brillante en estos últimos meses. Por la tribuna de la Universidad Central, de las Academias, Colegios de Abogados y Sociedades de escritores, etc., han desfilado científicos de alto y destacado renombre, tales como el eminente fisiólogo Pi Suñer, los profesores Casanovas y Carmona Neucles, y muchos otros eminentes intelectuales.

Las dos interesantes conferencias que insertamos en seguida fueron dictadas por el escritor y psicólogo costarricense señor don Mariano L. Coronado, en el Salón de Conferencias de nuestro primer Instituto docente, ante un público selecto que premió con nutridos aplausos los esfuerzos del conferenciante.

Hizo la presentación del señor Coronado, el Profesor de Sociología del Instituto, señor doctor Cristóbal Benítez.

La Solidaridad Humana

Una de las más hondas y agudas preocupaciones del hombre civilizado ha sido siempre la de alcanzar un mayor grado de unificación social, de solidaridad humana en las diversas esferas de la vida: intelectual, afectiva

y material. Ya el hombre primitivo comprendió que su poder para luchar contra las fuerzas de la Naturaleza a fin de asegurar su vida y la prolongación de la especie, residía en la unión de los individuos componentes de la tribu, en la combinación de sus fuerzas físicas, en una dirección de beneficio colectivo. Y, desde el período cavernario en adelante, a lo largo de todas las épocas que han formado la historia, aquellos hombres que han sido los más nobles y reales exponentes de la cultura humana, los que han conducido la civilización de los pueblos hacia nuevas y superiores conquistas, los que han iluminado el camino de la humanidad con la luz de su pensamiento, o impulsado el progreso con la fuerza de la voluntad poderosa, todos los conductores de los hombres en la senda del mejoramiento, han creído en la necesidad de una creciente unificación de las fuerzas individuales con miras a una mayor cooperación social.

Y, si el hombre primitivo sólo pudo sentir la necesidad de formar un haz de fuerzas materiales para enfrentarse a la lucha con la Naturaleza a fin de proteger su existencia misma, el hombre civilizado ha podido comprender además el valor de la unificación de las fuerzas psíquicas de la colectividad. Toda forma de cultura en cualquiera de los campos de la vida, todo esfuerzo fecundo de progreso y bienestar, fueron siempre la resultante de las energías combinadas de un conjunto de hombres. Ni el genio, el sabio, el reformador o el apóstol, pudieron surgir y cumplir una obra civilizadora sin el concurso de otros. Toda labor de cultura o de enriquecimiento, fué labor colectiva, surgió de una cooperación de pensamientos, de voluntades o fuerzas afectivas, aportadas por un número, más o menos grande, de seres humanos. Por eso la solidaridad humana, probada su eficacia en la existencia y en el progreso, es un valor aceptado, axiomático, de la cultura. Los hombres cultos pueden discutir sobre las formas de perseguir la solidaridad humana, pero no discuten sobre la necesidad de

esa solidaridad; ya la experiencia les ha mostrado que es ella sola la que construye, la que crea, la que avanza.

Y así ha sido consagrada la unión entre los hombres como un ideal digno de buscarse, si bien los métodos empleados han sido a menudo precisamente fecundos en resultados de desintegración social. Ella ha sido predicada como un ideal religioso, siendo una de las funciones de toda organización religiosa la de procurar aquel acercamiento espiritual entre los hombres, que sea fuente de paz y de dicha individual y social. En la vida política de los pueblos, también esa necesidad de unión ha palpitado como un anhelo de cuantos tuvieron en mira la organización del Estado en forma que asegurase una suma mayor de bienestar colectivo. Escrito o no, el triple ideal de humanidad que constituye el lema de la República Francesa: Libertad—Igualdad—Fraternidad, ha vivido en el corazón de los hombres que despertaron a la luz de la verdadera cultura, de todos cuantos sintieron la significación de la verdadera hombría. Los individuos mismos, en su vida social, de grupo o de familia, han considerado también que a una más generosa y comprensiva relación entre los componentes del grupo, a una más estrecha cooperación entre sus recursos materiales y sus esfuerzos morales, corresponde un grado mayor de bienestar, de progreso y de felicidad común, y en esa concepción de las relaciones humanas, se ha inspirado siempre todo sentimiento de verdadera amistad.

Innumerables asociaciones y movimientos se han organizado y se organizan constantemente, con carácter más o menos local o universal, para promover el acercamiento, la solidaridad, la cooperación y la amistad entre los hombres. Pareciera que, a medida que avanza el progreso, y que los problemas humanos se hacen más numerosos y agudos en una civilización cuyas complejidades crecen cada día, los individuos sienten con más fuerza la necesidad de la unión de sus sentimientos, de

sus voluntades y de sus mentes, para realizar el verdadero propósito de toda cultura, que es la felicidad humana.

Pero, ya sea que lancemos una mirada retrospectiva a lo largo de la historia, o que observemos a nuestro alrededor las condiciones de la vida presente, nuestros ojos tropiezan con una dolorosa, trágica realidad: el fracaso de las fuerzas que lucharon y luchan por producir una más efectiva y feliz integración de la sociedad humana.

Fracaso parcial, es verdad, pues cada página de la historia está iluminada con hechos de abnegado sacrificio del hombre para con el hombre, llena de esfuerzos más o menos eficaces para ayudar al progreso de la comunidad, de sentimientos unificadores en la amistad y en el amor, en la ciencia y en el patriotismo, en la defensa de la verdad y de la justicia. A lo largo del proceso de la evolución de la cultura, infinidad de hechos que tuvieron su origen en un deseo de unir a la humanidad para su mayor bienestar, nos hablan con elocuencia inconfundible de la posibilidad de realización que tiene ese ideal de unificación social.

Pero, a pesar del éxito de tantos esfuerzos aislados, no es verdad que desde que Caín, personaje real o actor simbólico en el primer drama del odio y la violencia, regó la tierra virgen con la sangre de su hermano, hasta este mismo día, el hombre sigue regando el suelo generoso con la sangre derramada en las luchas fratricidas? No es verdad que en el nombre de la religión, cuya consigna es amor, ha atormentado y asesinado el hombre a sus semejantes y sigue aún perpetrándose el drama de intolerancia y de crueldad? Y que, invocando el patriotismo, que es vida comunal para buscar un ideal en la libertad y la fraternidad, se destruye sin piedad a aquellos que sustentan una diferente ideología política? Y que, en donde quiera vemos vivirse la tragedia incesante

de los seres humanos que, queriendo unirse, se separan; necesitando ayudarse, no se comprenden; sintiendo la necesidad de amarse, se odian; y deseando encontrar la felicidad, crean, con su distanciamiento, su incomprensión y sus violencias, un caos de sufrimiento y de desdicha, en el cual se ahoga todo anhelo de bienestar individual o social? No es verdad que la civilización ha llegado a producir una cantidad de riqueza y de comodidades que sobrepasan aún las necesidades razonables de vida para el ser humano, y que a pesar de la abundancia de esos recursos la vida sigue siendo un infierno de miseria y privación para muchos y de dolor para todos, producido en gran parte por la falta de unificación de las fuerzas sociales en direcciones de provecho colectivo?

En ese caos doloroso de desintegración social, en esa desunión de las fuerzas materiales y morales de la humanidad, en esa deficiencia del espíritu cooperativo que aumenta las dificultades de los hombres y retarda todo progreso de la civilización verdadera en su sentido más alto, hay alguna luz que pueda guiarnos fuera de ese túnel sombrío hacia una era de solidaridad humana? Podrá algún día la educación del hombre desarrollar una técnica en virtud de la cual el individuo llegue a alcanzar una mejor adaptación a la vida comunal, a despertar un más alto sentido de responsabilidad social; a adquirir una más amplia y noble capacidad de cooperación, a saber usar mejor sus energías afectivas en el amor hacia los demás hombres, elevando así el nivel de su felicidad y la de todos?

El propósito principal de esta conversación es precisamente el de responder a esa pregunta, que seguramente se formulan cada día muchos seres humanos de todas las razas y de todas las latitudes, y que, sin duda os habéis hecho vosotros mismos más de una vez.

Talvez os parecerá extraño que, para tratar de resolver ese difícil problema, no acuda yo al campo de la

filosofía, o al de alguna forma de especulación sentimental o religiosa.

Habiendo dedicado los últimos años a un estudio de la Psicología moderna en centros europeos, es esa rama de la disciplina científica, en donde vislumbro por ahora un recurso de grandes promesas para la solución de ese inmenso problema humano.

Antes de solicitar vuestra benevolencia para que me acompañéis en un rápido estudio de algunos de los aportes que la ciencia psicológica nos ofrece en esa dirección, quiero recordaros un hecho de todos conocido, y es el valor práctico del método científico, por cuanto él está basado en una sólida experimentación objetiva. Es en esa forma como, durante los últimos 30 años, la Psicología, antes estática y mecanista, ha llegado a ser un estudio vivo y práctico, de las fuerzas dinámicas que actúan en nosotros. Y, desde que Freud comenzó sus valiosos experimentos con el inconsciente humano, cada día nos ofrece la psicología moderna nuevas luces para comprender los mecanismos de nuestro pensamiento y nuestras emociones, nuestra relación con el mundo exterior, la actividad de nuestra vida interna, y, lo que es sumamente importante, la relación del hombre con sus semejantes. Y, aún cuando es preciso admitir que, en esa como en cualquiera otra de las ramas de la ciencia, el hombre no ha resuelto todavía *todos* los problemas que a su investigación se ofrecen, tenemos la inmensa satisfacción de constatar que ella nos ayuda ya a dar una respuesta afirmativa a la pregunta que acabo de formular sobre el porvenir de las relaciones humanas. Así pues, examinemos, siquiera rápidamente, ya que el tema sobrepasa con mucho las posibilidades de una conferencia, algunas de las contribuciones aportadas por la moderna Psicología, al mejoramiento de las relaciones entre los hombres, con miras a una futura integración social, como parte de una cultura superior.

Y recordemos, en el curso de este estudio, que los psicólogos que citaré son hombres de autoridad en el mundo de su ciencia, y que las ideas que ellos nos ofrecen son el resultado de una experimentación directa, realizada en clínicas, consultorios y hospitales, adonde acuden cada día millares de personas a buscar solución a sus problemas íntimos, a sus dificultades psicológicas y curación para sus enfermedades nerviosas o mentales. Y, permitidme que insista una vez más en el valor práctico de estos principios científicos, que no son inspirados en alguna filosofía bien intencionada pero alejada de la realidad, ni en una teoría cualquiera desconocedora de la naturaleza humana, sino en una experimentación de carácter rigurosamente científico, que se respalda en los resultados obtenidos con muchos años de aplicación.

La primera contribución valiosa nos la dió el mismo Freud, iniciador del psicoanálisis, al descubrirnos algunos secretos de nuestra vida inconsciente. Según este sabio, una gran parte de nuestros pensamientos, sentimientos y actos, son de origen absolutamente inconsciente, y tienen su raíz en acontecimientos ocurridos durante los cuatro o cinco primeros años de nuestra infancia. De modo que, según su teoría, ampliamente comprobada durante más de 30 años de experimentación psicoanalítica, muchas de nuestras actitudes de retraimiento, incomprensión, falta de simpatía humana y aún de agresividad, son el producto de deformaciones psíquicas, de los llamados "complejos", que son experiencias infantiles penosas que, por serlo, nunca fueron debidamente asimiladas por nosotros, para formar parte de nuestro carácter consciente. Un proceso de observación propia nos mostrará que cada uno de nosotros asume con frecuencia, hacia los demás, una actitud hostil, o aún cruel, *a pesar de nosotros mismos*, es decir, obedeciendo a un impulso irrazonado e irresistible, que deja luego en nuestro ánimo una sensación de vergüenza y pesadumbre.

Pero, una vez que, por un tratamiento psicológico adecuado, las lesiones psíquicas de la infancia son descubiertas y comprendidas por el individuo, aquel automatismo belicoso desaparece y es sustituido por una actitud más humana hacia los otros.

Según los descubrimientos de Freud y de los numerosos continuadores de su obra científica, esa parte de nosotros mismos, de la cual no tenemos habitualmente conciencia, y que él llamó "el inconsciente", tiene un dinamismo propio, que nos mueve a la acción. Explicando ese punto, un psicólogo norteamericano, Joseph Ralph dice:

"La conciencia es solamente una pequeñísima superficie mental comparada con la vasta extensión de las actividades del pensamiento inconsciente que existen detrás de ella. Ni una millonésima parte de los recuerdos de pasadas experiencias, está disponible para ser directamente utilizada; y sin embargo, esas memorias influyen la conducta consciente, ya sea directa o indirectamente. En realidad, ellas constituyen la base misma de la personalidad, . . . es desde el fondo de esas memorias, ilimitadas y escondidas, que surge el material de que se forman nuestros pensamientos conscientes".

Veamos un ejemplo, tomado de la vida real, y que yo conocí directamente: una niña, a los dos años de edad, recibe un fuerte choque que maltrata hondamente su sensibilidad; constituye una verdadera lesión psíquica, que deja huella profunda. Desde ese día, el recuerdo de aquella escena penosa desaparece de su memoria, la cual *no quiere* recordar más el doloroso incidente; pero, desde las sombras del inconsciente, a donde fué a refugiarse, aquella experiencia no asimilada a la vida consciente, inspira a la niña una actitud defensiva en todas sus relaciones con los demás. Y vosotros sabéis que la agresividad, es una actitud defensiva de quien se siente o se supone atacado por una fuerza más poderosa que la

suya. Así esta niña, hasta la edad de once años, tenía un carácter frecuentemente irascible, difícil para la amistad y la cooperación; su actitud defensiva se manifestaba en gestos violentos y en temblor de la voz y del cuerpo cuando ella sentía que alguien atacaba sus ideas o sentimientos. Encontrado el origen del complejo y explicado a ella, el cambio fué inmediato, y sorprendente para su familia. Cuando ella comprendió que nadie la atacaba *en la actualidad*, asumió una actitud serena, anigable y cooperativa. Este ejemplo típico os mostrará cuántas personas normales padecen de la misma deformación psíquica que atormentaba a esta niña, y cómo se daría un gran paso hacia la integración social que deseamos, cuando estos automatismos agresivos se hagan desaparecer, en los niños o en los adultos. Cuántas agresiones injustificadas, luchas innecesarias y aún crímenes se evitan ya, y se evitarán con mayor extensión en el futuro, por medio del apropiado análisis psicológico unido a una educación más racional de la niñez!

Así podríamos decir, respaldados por la nueva psicología, que esa condición de dualidad, de lucha entre nosotros mismos que todos hemos alguna vez experimentado, es un estado de desintegración en nuestra psiquis, que nos incapacita para adaptarnos debidamente a la vida y a la colaboración social. Y así vemos cómo, mediante la integración de esas fuerzas psíquicas del individuo en una unidad armónica dentro de sí mismo, se podrá ir realizando la unificación del conjunto humano en un espíritu de solidaridad y de confraternidad. Y esto, aunque tomemos en cuenta el hecho señalado por un psicólogo inglés, quien afirma que “el psicoanálisis ofrece a la humanidad una clase de conocimiento que no será probablemente muy bien recibido por ésta, pues es un conocimiento de su propia vida mental, la cual es absolutamente diferente de lo que nos imaginamos que es!”

Otra de las grandes escuelas de Psicología modernas, que ha contribuido en forma magnífica a esclarecer el problema humano que nos ocupa, es la del eminente psicoanalista vienés Alfred Adler, de prestigio universal. Es sabido que él fué quien descubrió el llamado "complejo de inferioridad", que es una deformación psíquica originada, ya sea en un tratamiento excesivamente severo, o excesivamente blando, del niño, y también en defectos físicos que ocasionan un sentimiento de incapacidad e impotencia. Desgraciadamente, en nuestra época, un gran número de personas sufren de esta condición psíquica, que hace de todo punto imposible una adecuada adaptación del individuo a la vida comunal, y a la amistad y cooperación, pues este "complejo" engendra sentimientos de temor, timidez, reserva, pesimismo, ansiedad, etc., o bien de hostilidad, de agresividad, de orgullo y presunción.

Fué en el curso de sus trabajos profesionales como médico psicoanalista, que Adler formuló su teoría básica de lo que él llamó la Psicología Individual. Esa teoría, que yo considero de un valor trascendental en el estudio de la naturaleza humana y sus problemas, se podría expresar de esta manera: la fuerza primordial que mueve al hombre, no es de carácter sexual como supuso Freud, sino el deseo de superioridad y de poder. En todo hombre existe, desde su infancia, esa tendencia, en un grado que varía de un individuo a otro. Y así, desde los primeros años de su vida, el niño se forma, más o menos inconscientemente, un "plan de vida", que corresponde a su personalidad propia, pero en el cual juega un papel determinante ese deseo de poder. Este se manifestará en diversas formas, pero siempre buscando la seguridad, la superior posición sobre los demás, la adquisición de todo lo que significa fuerza, como el dinero, los honores y atenciones, etc., etc. Es, como se ve, una tendencia de afirmación, protección y enriquecimiento, que es fuerza de superación y de progreso en el hombre. Pero, na-

turalmente, en cuanto esa ambición protege al individuo a expensas de la sociedad en que vive, ese sentimiento se vuelve antisocial. El hombre trata de satisfacer su deseo de poder y superioridad reduciendo el poder y la seguridad de los demás seres humanos. De modo que, según Adler, para construir una verdadera cultura es preciso oponer a ese sentimiento de ambición, otra actitud que él ha llamado el "sentimiento social", en virtud del cual el individuo puede olvidarse de sí mismo y se acerca a los demás hombres para cooperar con ellos y compartir las responsabilidades y afanes de la vida en la sociedad.

Solicito vuestra benevolencia para estudiar aquí, con algún detenimiento, los principios fundamentales de la Psicología adleriana, ya que esta escuela, cuya influencia se extiende felizmente con creciente amplitud por todo el mundo, nos ofrece un material abundante para el estudio de esta cuestión de cómo mejorar las relaciones humanas.

Creo que es de extraordinaria importancia el descubrimiento hecho por Adler (y confirmado más tarde por otros) en el tratamiento de las enfermedades nerviosas y mentales, de que siempre en casos de neurosis, (neurastenia) y aún en casos de demencia, la causa más o menos directa de la enfermedad era una falta de adecuado sentimiento social, o sea un alejamiento u hostilidad en relación con las demás gentes. Este hecho es hoy verificado a diario por psicoanalistas y psicólogos, y ha llegado a constituir un lugar común en la psicoterapia, que algunas veces se pone de relieve en modo singular, como ocurrió hace algunos meses en Londres, cuando los periódicos dieron cuenta de que, en uno de esos barrios nuevos, de casitas modernas, alineadas a las orillas de un camino bellamente pavimentado, cada una con su pequeño jardín, y que forman las extensiones de aquella gran ciudad, se suicidó una joven señora, a quien la vida parecía ofrecer, en la tranquilidad y bienestar de un

hogar dichoso, cuanto una mujer de su condición podría desear para amar la existencia. La explicación de la tragedia vino en forma de un diagnóstico: ella padecía de lo que entonces llamaron "neurosis de suburbio". ¿Y cuál era la causa de esa enfermedad nerviosa (una forma corriente de neurastenia), de la cual se descubrió que padecían millares de mujeres que vivían en iguales condiciones de bienestar aparente? La falta de contacto social. Vosotros habéis oído decir que "cada inglés es una isla"; aunque ese dicho sea exagerado, es verdad que cada casita de las que forman esos inmensos barrios nuevos, era frecuentemente como una isla, y las señoras pasaban los días enteros, en la ausencia de sus maridos, sin la expansión afectiva de la amistad. El descubrimiento ocasionado por aquel triste suceso despertó honda preocupación en Inglaterra; un sacerdote del mismo barrio organizó un club de señoras para combatir la "neurosis de suburbio". Pero veamos cómo un psicólogo, desde las columnas de una bien conocida revista inglesa, juzgaba el problema en cuestión. Stanley Gale escribió:

"Sólo existe un tratamiento para estas mujeres solitarias, y es de orden psicológico. La aplicación de los principios y métodos de la Psicología darán gran ayuda para la solución de sus problemas. Si las jóvenes esposas se apartasen de los pensamientos relacionados con ellas mismas, dejarasen sus propias preocupaciones y procuraran interesarse en la vida que discurre a su alrededor, se desvanecerían esos pensamientos de descontento y depresión. Esa preocupación de sí mismos, es enfermiza y conduce a un estado morboso de infelicidad, y debe ser combatido ampliando nuestra visión e intereses... Los males producidos por la soledad de la esposa de suburbio podrán evitarse si ella sale de sí misma, interesándose en sus vecinos, visitándolos durante sus enfermedades o en tiempos de dificultad y ayudándoles en

cuanto pueda". Es el mismo pensamiento que expresa el doctor John Kennedy en las siguientes palabras:

"La capacidad de hacernos agradables a toda clase de gentes es mucho más vital para nuestra felicidad que el adquirir cualquier otra aptitud. Para movernos con satisfacción en el mundo social, necesitamos tener simpatía, imaginación y olvido de nosotros mismos. Y esas cualidades sociales de tanta importancia no se adquieren haciendo lo que nos agrada, sino a menudo haciendo lo que *no* nos agrada en un empeño de llevar la felicidad a los otros".

Veamos ahora como el mismo Adler nos explica los principios fundamentales de su psicología, que se apoya en dos polos de la personalidad: de un lado, *el deseo de poder y superioridad*, y de otro *el sentimiento social*. Dice Adler:

"Cuando hemos comprendido finalmente que toda conducta humana está basada en la lucha por alcanzar una meta, y que está condicionada por su propósito así como por su principio, entonces podemos comprender también en donde reside la posibilidad de cometer los mayores errores. La fuente de éstos está en que cada uno de nosotros utiliza sus triunfos y recursos psíquicos de acuerdo con su propio plan en el sentido de reforzarlo. Esto sucede únicamente porque nosotros no sometemos nada a prueba, sino que recibimos, transformamos y asimilamos todas las percepciones, en la sombra de nuestra conciencia o en las profundidades de nuestro subconsciente. Solamente la ciencia puede iluminar ese proceso y hacerlo comprensible, y finalmente, modificarlo". Y luego nos explica cómo se muestra la ausencia del sentimiento social, en la forma siguiente:

"Expresiones de carácter como: ansiedad, timidez, reserva, pesimismo, demuestran una marcada deficiencia de contacto con otras personas, y cuando el destino

las pone rigurosamente a prueba, se intensifican grandemente. Aparecen en las neurosis, por ejemplo, como síntomas más o menos definidos de enfermedad..."

Y sigue diciendo: "Es siempre la ausencia del sentimiento social, sea cual fuere el nombre que le demos a éste (convivencia amigable, cooperación, sentimiento de humanidad, y aún del ideal del yo) lo que ocasiona la preparación insuficiente para todos los problemas de la vida. Frente a un problema, esta preparación defectuosa crea las mil formas en que se expresa el sentimiento de inferioridad e inseguridad mental y física". Y, para explicar más detalladamente la importancia de esa actitud que él llama "el sentimiento social", agrega estas frases, que vienen a subrayar hechos que son parte de nuestra propia experiencia:

"Lo que quizás traiga mayor convicción a muchos es el simple hecho de que todo aquello que llamamos error, muestra ausencia del sentimiento social. Todas las equivocaciones de la niñez y de la edad madura, todos los defectos de carácter en la familia, en la escuela, en la vida, en las relaciones con los demás, en el trabajo o en el amor, se originan en una deficiencia del sentimiento social. Pueden ser permanentes o pasajeros y ofrecen mil variaciones.

"Un examen cuidadoso de la existencia individual o colectiva, tanto pasada como presente, nos muestra la lucha de la Humanidad hacia un más fuerte sentimiento social. Difícilmente puede uno dejar de observar que la Humanidad está consciente en alto grado de ese problema. Nuestras cargas actuales son el resultado de una deficiencia de educación social".

Expresiones como las anteriores nos recuerdan que el creador de la escuela llamada de Psicología Individual, ha descubierto sus principios no en una especulación abstracta y teórica, sino en el contacto con la hu-

manidad que sufre. Largos años de experiencia en su profesión de médico-psicólogo, le movieron a escribir, en su última obra, verdadero testamento científico del gran sabio, estas frases, que nos permiten ver con mayor claridad aún el alcance de sus teorías para procurar una mejor integración de la vida social:

“Cuando nosotros hablamos de virtud, damos a entender que una persona ha puesto su contribución (a la vida común); y cuando hablamos de vicio, indicamos su falta de cooperación. Yo puedo aún señalar que todo lo que constituye un fracaso lo es por cuanto niega el sentimiento social, ya se trate de niños, de neuróticos, criminales o suicidas. En todos los casos puede verse que la contribución a la sociedad fué negada.

“Ninguna persona aislada puede encontrarse en toda la historia de la humanidad. La evolución de ésta sólo ha sido posible por cuanto ella se organizó en comunidad, y al luchar hacia la perfección, lo ha hecho hacia una comunidad ideal. Este hecho se expresa en cada movimiento y función de una persona, ya sea que haya o no encontrado la dirección verdadera en la corriente de la evolución, la cual se caracteriza por el ideal social”.

Algún tiempo antes, en otra de sus obras, este hombre que conoció como pocos los problemas psicológicos de las gentes y que pasó gran parte de su vida ayudando a resolverlos, había escrito:

“El propósito más importante que presenta la religión es: “Ama a tu prójimo”. Aquí tenemos una vez más, en otra forma, el mismo esfuerzo hacia un aumento de interés en nuestros semejantes. Es interesante notar además, que ahora podemos confirmar, desde un punto de vista científico, el valor de este esfuerzo. El niño mimado nos pregunta: “Por qué he de amar a mi prójimo? ¿Acaso él me ama a mí?”, y así, revela su falta de espi-

ritu de cooperación y su interés en sí mismo... Muchas religiones y credos hay que tratan, en formas que estiman adecuadas, de acrecentar aquel interés; y yo, por mi parte, estaria de acuerdo con todo esfuerzo humano que reconozca la cooperación como la finalidad suprema. No hay necesidad de disputar, criticar y restar méritos a los demás. Ninguno posee la absoluta verdad, y muchos son los caminos que conducen hacia la suprema meta de la cooperación”.

Al reflexionar sobre este problema trascendental para la cultura y el bienestar humanos, seguramente vuestro pensamiento se habrá vuelto muchas veces hacia el hogar y la escuela. Y, felizmente, en los últimos tiempos, la Educación ha comenzado a orientarse marcadamente en el sentido de despertar y cultivar más que antes el espíritu de camaradería y colaboración. Pero todavía subsisten en muchas escuelas y colegios los antiguos métodos que estimulan la rivalidad y el alejamiento entre los alumnos, y que son contrarios a las más sanas normas de pedagogía que va creando la psicología moderna. Cuando esos sistemas vayan dejando los viejos trillos de la rutina y se adapten a las nuevas verdades psicológicas, la escuela será, más que un centro de adquisición de conocimientos teóricos, una sociedad humana en miniatura en la cual se enseñe a la juventud a despertar a un sentido más claro de la responsabilidad social, y se la prepare, por medio de un adecuado entrenamiento del carácter, a mejor adaptarse a la vida de la comunidad. De esa manera podrán los individuos resolver con mayor acierto y ventaja, personal y social, los tres problemas fundamentales de la vida, que son: la amistad, el trabajo, y el amor, y que requieren, para una feliz solución, una elevada medida del sentimiento social.

Y, para terminar la exposición, necesariamente deficiente, de la contribución adleriana, permitidme mostraros una de las más vitales ideas que se hayan expresado

por un psicólogo experimental, sobre lo que podríamos llamar la unidad espiritual de la raza humana. Adler llamó "empatía" a un sentimiento natural de identificación mutua que existe en todos los hombres, aunque en diferentes grados, y sobre esto dice:

"La empatía ocurre desde el momento en que un ser humano habla con otro. Es imposible comprender a otro individuo si nos es al mismo tiempo imposible identificarnos con él. El drama es la expresión artística de la empatía... Nuestra vida toda depende en mucho de la facultad de identificación. Si buscamos el origen de esta capacidad de actuar y de sentir como si fuésemos otra persona, la hallamos en la existencia de un innato sentimiento social. Este es, en realidad, un sentimiento cósmico y un reflejo de la unidad de todo el cosmos que vive dentro de nosotros; es una inevitable característica de todo ser humano, y nos da la facultad de identificarnos con cosas que se hallan por completo fuera de nuestro propio cuerpo".

Seguramente convendréis conmigo en que esa teoría, la cual ha sido quizás intuída por muchos de vosotros ya, nos señala, no sólo un hecho interesante en las relaciones humanas, sino también una dirección fecunda en la cual podemos hacer experimentos de gran valor para el desarrollo de la simpatía hacia los sentimientos ajenos y de otras cualidades que entran, como ingredientes psíquicos, en la formación de nuestro propio sentimiento social.

Otro psicólogo contemporáneo, Joseph Ralph (antes citado), nos da el resultado de su experiencia en estos conceptos, basados, como él dice, en sólidas conclusiones psicológicas:

"La mayor dificultad de las personas que están siempre en dificultades es *el egotismo*. Quien se mantiene abrumado por el sufrimiento es aquel que se halla por

entero ocupado con pensamientos de sí mismo... Nadie que haya vivido con el deseo de ayudar a la Humanidad, ha muerto jamás en la desesperación. Esta sólo se apodera de aquellos que, en vez de aplicar la energía de la vida hacia bellas aspiraciones, se han vuelto hacia sí mismos en abandono egoísta... En último análisis, el egoísmo es el agente infeccioso en toda debilidad, perversidad o perturbación psíquica. Es el que llena nuestras casas de corrección, prisiones y asilos de dementes; es el abrojo del jardín psíquico, cuyas raíces se extienden y brotan en profusión invasora, hasta que al fin destruyen cuanto hay de bueno y noble en la personalidad".

Y, ya que me estáis acompañando con vuestra benévola atención en el examen de algunas de las modernas teorías psicológicas en relación con la posibilidad de una mayor integración de la vida social de la Humanidad, permitidme que me refiera ahora a otra de las corrientes de pensamiento en ese campo; me refiero al llamado sistema Vittoz, que está hoy representado por el doctor Henri Arthus, director del Instituto de Psicología Aplicada, de París, y continuador de las labores iniciadas por el malogrado doctor Roger Vittoz, de Lausana, en Suiza. Por este sistema se curan continuamente numerosas personas de enfermedades nerviosas o resuelven problemas de carácter psicológico que hacían penosas sus vidas. Durante mis recientes estudios en París, he dedicado especial atención a este sistema, tanto en el aspecto teórico como en el práctico, y creo que está llamado a contribuir brillantemente al desarrollo de la verdadera cultura del hombre.

Esta escuela se propone, por medio de una serie de ejercicios prácticos, desarrollar las facultades del yo consciente, o sean las de percepción, juicio y control de sí mismo. De ese modo ayuda al individuo a ponerse en contacto más estrecho con la realidad, con la vida, con

el mundo que lo rodea, y lo capacita para una colaboración más efectiva con la comunidad. Como sistema curativo, está basado en el hecho de que todos cuantos padecen de enfermedades nerviosas, o neurosis, se encuentran más o menos desvinculados de las personas y cosas que están a su alrededor. Y así, a medida que el individuo, por el ejercicio sistemático de sus sentidos y por el dominio que adquiere sobre sus fuerzas psíquicas, se va integrando de nuevo a la vida social y adquiriendo contacto con la naturaleza y con el mundo, sus síntomas desaparecen y recobra la salud.

Pero esta es sólo la enunciación simple de ese sistema como método curativo. Sin embargo, hay algo mucho más profundo en los principios en que él está basado, y eso es lo que lo hace aplicable, no sólo a los casos de enfermedades, sino a la re-educación psicológica del hombre normal. Es sabido que en el neurótico no hay nada que realmente merezca el calificativo de anormal. Son las mismas causas que existen en los demás hombres, acentuadas más allá de cierto límite. Así, el hombre normal, cualquiera de vosotros, cree *ver* cuando mira, *oír* cuando escucha, y *sentir* cuando toca o cuando se mueve. Pero, si hacéis algunos experimentos, os daréis cuenta con sorpresa de que hay como un velo, formado con nuestros pensamientos y preocupaciones, que nos impide ver, oír y sentir con perfecta claridad.

Y así tenemos que, al desarrollarse las facultades de percepción en virtud de ese entrenamiento, se halla el individuo en presencia de los más significativos fenómenos de su vida psíquica. La atención, antes vuelta hacia el interior en la contemplación de problemas y situaciones más o menos imaginarios, y sin embargo penosos, se proyecta hacia el exterior, dirigiéndose a la realidad de la vida colectiva, en la cual está entretejido nuestro propio destino. Y, por medio de una más aguda y sostenida percepción del mundo externo, nuestra mente y nues-

tro sentimiento llegan a responder, como nunca lo hicieron antes, a la belleza de cuanto nos rodea, ya sea parte de la Naturaleza con sus encantos infinitos, o fruto del esfuerzo y pensamiento de los demás hombres. La vida misma de los otros seres llega a tener para nosotros, por medio de ese sistema de auto-educación psicológica, un sentido de realidad y de proximidad que jamás le habíamos supuesto. Entonces nos damos cuenta de que las palabras, gestos y movimientos en que las gentes expresan los estados de su alma, sus ambiciones y deseos, sus afectos y sufrimientos, sus preocupaciones y alegrías, todo lo que forma el drama de la vida, escapaba en gran parte a la percepción de nuestros sentidos y podría decirse que por tanto sólo vivíamos con una parte de nosotros mismos.

Pero hay otros aspectos trascendentales de este sistema de psicología aplicada a la verdadera cultura humana. A medida que el hombre va adquiriendo conciencia más clara de las sensaciones que su organismo registra, y desarrollando las facultades de percepción, de memoria y de imaginación, va enriqueciendo así su propia vida interior y acrecentando sus potencias creadoras. Aprende, pues, a captar mejor las impresiones que la vida y el mundo le ofrecen a retener y organizar mejor esas imágenes según su personalidad propia y a devolver al mundo lo que de él recibió, en forma de actividad eficiente, coordinada y original. Por eso seguramente dijo Adler que "la percepción es algo más que un fenómeno físico; es una función psíquica de la cual podemos obtener las más trascendentales conclusiones con respecto a la vida interior".

Este sistema no se ocupa, como el psicoanálisis, directamente del inconsciente humano, sino que trata, por la educación y adiestramiento del yo consciente, de capacitar a éste para descubrir por sí mismo las causas ocultas de sus automatismos y para coordinar el uso de las

facultades mentales y afectivas con mayor provecho para el individuo y para la vida social de éste. Oigamos al doctor Arthus exponer algunas ideas sobre el arte de ver, de oír y de sentir:

“A quien abre los ojos sobre el universo real, sobre el inmenso mundo, nuestros pequeños conflictos, nuestros choques ruines, nuestros convencionalismos miserables y lamentables pequeñas susceptibilidades y mezquinas ambiciones a que nos entregamos a diario, todo eso le aparecerá vano y ridículo y aprenderá a dar a las cosas y a los acontecimientos, sus justas proporciones; todo en su vida se tornará más real y más sincero; su indulgencia lo ayudará a apaciguar los conflictos, su fuerza y su serenidad le evitarán choques egoístas y las insensatas heridas del amor propio. Abramos los ojos sobre el universo, que existe, entre las cosas que lo llenan y los pensamientos y emociones que viven en nosotros, una correspondencia misteriosa”. Y luego exclama este hombre, que no es un poeta ni soñador idealista, sino un hombre de ciencia, autor de varios tratados de psicología médica:

“Miremos el mundo, amémoslo, gustemos sus júbilos, apreciemos sus formas, usemos todas las fuentes de energía que pone a nuestro alcance, refresquémonos bajo las sombras que nos brinda, detengámonos para descansar cada vez que él nos convida a alguna representación magnífica, y sobre todo, *vivamos* con él, vivamos con la vida de todos esos seres que lo pueblan, con todas las cosas que lo forman; unamos a todos los ritmos del universo nuestro propio ritmo; dejémonos llevar por ese torbellino en apariencia loco, pero en realidad tan admirablemente ordenado, medido, proporcionado a nuestras fuerzas, conforme a nuestras necesidades y a nuestro insaciable deseo de movimiento, de alegría y de cendencia, y tan propio, en fin, para satisfacer nuestra in-

mensa y constante aspiración hacia toda suerte de liberaciones”.

Y después de dar algunas ideas sobre el cultivo de la sensibilidad, agrega:

“La sensibilidad, este era el secreto del mundo antiguo, y ese secreto lo hemos perdido! Nosotros conocemos la impresionabilidad; sentimos, y con extrema agudeza, todos los choques y fricciones; temblamos ante cada sombra que se desliza sobre nosotros y nos hallamos en estado de defensa contra todo lo que nos viene a tocar; estamos intoxicados pero no somos sensibles...” y añade:

“Cuando, ricos de la sensibilidad reconquistada y sinceramente despojados de todo lo que no es verdad pura, podamos nosotros al fin obtener conciencia de nuestro yo viviente y de su fuerza; entonces podrá surgir en nosotros la necesidad de irradiar, de volvernos hacia los demás hombres, no ya para arrebatarnos lo que tienen, ni para solicitar su apoyo o para exigirles que se sacrifiquen por nosotros o se entreguen a nuestra causa, sino más bien para llevarles lo que en nosotros hay y para inclinarnos sobre ellos a fin de guiarlos a nuestra vez en el sendero que hemos encontrado bueno”.

La limitación del tiempo no me permite sino hacer ligera referencia a ese sistema de psicología aplicada que desarrolla tan brillantemente el doctor Arthus. Sería preciso un largo curso de conferencias o clases para darlo a conocer ampliamente en sus diversos aspectos, que son los siguientes: como sistema terapéutico para enfermedades nerviosas (explicación sobre examen médico previo, etc.), como método para el acrecentamiento de la eficiencia en el trabajo, como ayuda para la educación del niño y como forma de procurar la unificación de las fuerzas morales y biológicas del individuo y su encauzamiento hacia el mayor bienestar y progreso individual, en una labor re-educativa de alcances insospechados. To-

do esto se consigue en virtud de la amplia finalidad que el sistema persigue, de desarrollar las distintas facultades del yo consciente.

De todo esto se deduce que esa escuela de Psicología también nos ofrece un aporte valioso para solucionar los problemas que dificultan la unificación de la sociedad humana en un espíritu de solidaridad y de colaboración. Porque no solamente ayuda a resolver las dificultades de la vida psíquica, sino que, capacitando al hombre para conocerse mejor y gobernar mejor sus fuerzas interiores, lo pone en condiciones de adaptarse más eficazmente a las relaciones de la vida colectiva.

Y esto mismo podríamos decir de las diversas escuelas de psicoanálisis, de las que no podemos ocuparnos hoy, en cuanto ellas realizan una labor de integración de las energías psíquicas de la personalidad humana y la convierten de ese modo en un elemento mejor dispuesto para ejercitar el sentimiento social. Porque, quien lucha aún consigo mismo y es presa de violentos conflictos interiores, o en su relación con el mundo externo, no podrá tomar valerosa y alegremente la parte que le corresponde en el esfuerzo de mejoramiento de la sociedad en que vive.

Podemos, pues, decir, que en medio de las fuerzas de desintegración que vemos actuar por donde quiera en esta época de rápida evolución; en medio de los conflictos que alejan a los hombres y parecen amenazar la estabilidad misma de la civilización, la ciencia trabaja eficazmente en despertar y organizar las fuerzas internas del hombre, haciéndonos así concebir un vislumbre de una cultura nueva, más humana, más noble y más dichosa.

Hasta ahora el hombre, ocupado en la multiplicación de los recursos materiales, en la creación de nuevos medios de producción agrícola e industrial y en la organización de su comercio, había olvidado buscar y descubrir el elemento central de todo progreso, que es

el hombre mismo. Pero ahora, una nueva luz se vislumbra en el porvenir de la humanidad. El hombre comienza a descubrirse a sí mismo en la psicología experimental, y al realizar ese descubrimiento de los factores esenciales de su vida psíquica, está descubriendo también a los demás hombres y creando la posibilidad de una relación más humana, más justa y más estrecha con ellos.

Y, si es verdad que una parte de la Humanidad se destroza en lucha fratricida y que la violencia y el crimen siguen ensangrentando el suelo generoso que nos sustenta, también es cierto que la agresión, la injusticia y el dolor despiertan las energías espirituales que parecen a veces dormir en el alma de los pueblos. A la máxima luz corresponde la más profunda sombra. Por eso, mientras en unas latitudes el despotismo y el odio esclavizan a los hombres, en otras se perciben los albores de un nuevo día para la Humanidad. El progreso no se detiene, y el hombre seguirá su evolución, lenta pero segura, hacia una cultura superior.

Y así, nunca quizás pudo decirse con más justa razón que hoy el elogio de la ciencia que salió de la pluma del insigne pensador argentino José Ingenieros al escribir, en su estudio sobre las Fuerzas Morales, estas palabras:

“Merecen las ciencias el culto que les profesan los hombres libres. Son instrumentos de educación moral, elevan la mente, abuenan el corazón, enseñan a dominar los instintos antisociales. El amor a ellas, tornándose pasión, impulsa a renovar incesantemente las fuerzas morales del individuo y de la sociedad. Liberan al hombre de cadenas misteriosas, que son las más humillantes; por la mejor comprensión de sí mismo y del medio en que vive, aumentan su sentimiento de responsabilidad moral frente a las contingencias de la vida. Eliminan los vanos terrores que nacen de la superstición, devuelven a la Humanidad su rango legítimo en la naturaleza, y desarrollan un bello sentimiento de serenidad ante la inestable armonía del universo”.