

Idealismo y Realidad

Seguramente todos vosotros conocéis dos tipos psicológicos muy bien definidos, que existen en la Humanidad. El lenguaje popular los llama el “idealista” y el “realista”.

El “idealista” vive más o menos en un mundo propio, es imaginativo, se interesa tal vez en algún estudio abstracto, vive alejado de la lucha activa que se relaciona con el bienestar material, carece de interés por el dinero y a menudo está como obsesionado por algún ideal bello, pero quizás de difícil o imposible realización.

El “realista”, en cambio, es el que llamamos hombre práctico, generalmente se ocupa de los negocios y de la acumulación de fortuna, no tiene tiempo para la poesía o para contemplar una puesta de sol, vive en el presente y no lo atormentan el *porqué* y el *cómo* de la vida.

Por todas partes que miremos entre la muchedumbre humana que nos rodea, hallaremos siempre a Don Quijote y a Sancho, personajes inevitables en el drama de la evolución de la Humanidad.

Pero no solamente los encontramos separados, sino que, además, en cada uno de nosotros viven, en proporciones variables, estos dos personajes simbólicos. Los que llamamos idealistas o realistas no son sino aquellos

en quienes hay un predominio completo de una de las dos tendencias que caracterizan a los dos tipos inmortales de la obra de Cervantes.

La imaginación general los concibe como irreconciliables representaciones de caracteres humanos; como expresiones irreductibles de actitudes extremas hacia la vida.

Es cierto que, examinando a estos tipos en el conglomerado humano, hallamos que llenan funciones distintas en la vida social, la cual recibe algún beneficio de cada uno de ellos, aún cuando la cooperación que entre ambos puede establecerse en contacto directo es casi nula, tanta es la dificultad que existe de una recíproca comprensión.

Más que de dos temperamentos distintos, se trata de actitudes opuestas que tienen su explicación en el punto desde el cual se contemple la vida. Ambas tienen su razón de ser, su lógica y su verdad. Y ambas tienen, necesariamente, su limitación. El idealista insiste sobre un aspecto de la vida, para él real, cierto, bello. El realista vive con el interés puesto en otra dirección que para él es no menos real, positiva y útil. Pero el psicólogo, que contempla los caracteres no sólo en su valor individual sino también como expresiones parciales de una gran síntesis psicológica que es la Humanidad, cuya expresión colectiva es la civilización, piensa en la posibilidad de reconciliación de ambas actitudes humanas, con miras a un desarrollo más armónico de la personalidad, que la capacite para alcanzar una mayor cantidad de bienestar individual y para aportar una contribución más amplia al progreso colectivo.

Y en qué dirección iremos a buscar la fórmula que nos permita la reconciliación de esas dos actitudes, la idealista y la realista, que forman parte de cada uno de nosotros, para orientar al individuo hacia una compren-

sión más integral de la vida? En dónde hallaremos los elementos para fundir, hasta donde ello sea posible respetando la personalidad humana, esos dos puntos de vista que vemos a menudo luchando dentro del mismo individuo, con perjuicio para su bienestar y para su equilibrio interior y exterior?

Es la moderna Psicología, la que puede darnos respuesta satisfactoria a esas preguntas.

Veamos cómo podríamos hallar en esa rama de la ciencia ("la más joven de las ciencias", como ha dicho Jung), una posible orientación de la labor educativa, del niño o del adulto, en la cual reciban un adecuado tratamiento tanto las facultades que se relacionan con la eficiencia y el progreso material, como las que atañen a otros valores más sutiles de la actividad intelectual y emotiva del hombre.

Vosotros sabéis que en la psicología no hay una sola escuela, que sea la que establezca, con autoridad exclusiva, la verdad científica del día. Existen más bien varias escuelas o corrientes de pensamiento, que investigan en direcciones más o menos diferentes, y que se completan en un conjunto de valor realmente trascendental para el progreso de la civilización contemporánea. Un verdadero psicólogo ha de ser hoy ecléctico, a fin de poder aprovechar cuanto descubrimiento útil ha resultado de las experimentaciones realizadas por los grandes maestros de la moderna Psicología, aún cuando su interés se dirija especialmente hacia determinada escuela.

Así, siempre dentro de la amplitud de ese saludable eclecticismo, os trataré de presentar un sistema de educación psicológica en el cual creo que existen magníficas posibilidades para la solución del problema humano que os he señalado.

Ese sistema, como es natural, ha de tender a ayudar al individuo a realizar un desenvolvimiento de *toda* su personalidad, la cual incluye, en todo ser humano, las posibilidades que caracterizan a cada una de las dos actitudes o tipos que he mencionado. Es decir, ha de ofrecer la forma de desarrollar al mismo tiempo las cualidades que hacen la eficiencia del hombre para las luchas por el bienestar y el progreso materiales, y las facultades que le aseguran una medida adecuada de vida interior. Es, en una palabra, un plan de cultura integral del individuo.

Hasta ahora la finalidad de la educación ha sido (con excepción de algunas pocas escuelas de experimentación vanguardista), la de desarrollar las funciones psicológicas que constituyen lo que llamamos la "inteligencia".

Y esa limitación en la labor educativa se justificaba por el escasísimo conocimiento que existía sobre los múltiples factores que forman el conjunto de la vida psíquica. Pero los abundantes aportes que los psicólogos experimentales nos dan actualmente cada día, nos ponen en situación de enfrentarnos con más confianza al problema de dar al hombre (niño, joven, adulto), una formación psicológica que le permita conocer mejor las energías mentales y afectivas de que dispone, y organizarlas para dar a su vida una mayor amplitud y una profundidad y una mayor eficiencia para crear su bienestar y contribuir al bienestar y progreso de la sociedad en que vive.

Por un lado, el psicoanálisis ha hallado los métodos para liberar una cantidad de energía psíquica que, en cada hombre, se encuentra reprimida en el inconsciente debido a dificultades de la infancia, y que, no sólo no es aprovechable para la vida creadora del individuo, sino que además perturba su actividad con síntomas que varían, desde ligeras dificultades nerviosas, hasta graves formas de enajenación mental.

Como es sabido, el tratamiento psicoanalítico, usado diariamente en hospitales, clínicas y consultorios privados, ayuda a descubrir las olvidadas experiencias infantiles que motivaron una de esas deformaciones de la personalidad de que casi ningún ser humano está exento, y por ese medio permite al individuo adquirir conciencia de aquellas fuerzas antes reprimidas en las sombras de su vida inconsciente, y ahora libres y utilizables para fines de su actividad consciente.

No es posible detenernos aquí a estudiar ni la teoría ni la práctica del psicoanálisis, pero recordemos que los descubrimientos realizados por Freud, Jung, Adler y otros, siguiendo direcciones más o menos semejantes, nos ponen en posesión de conocimientos sobre la vida psíquica, que son de gran valor, no sólo en el tratamiento curativo de las neurosis, sino también en la educación del niño y en la auto-educación de quienes desean conocer algo más sobre las fuerzas de su organismo psicológico, para mejor adaptarlas a la actividad creadora.

Si no es posible recibir un tratamiento individual, con una medida adecuada de conocimientos sobre los principios del análisis psicológico, cualquier persona puede realizar en sí misma una labor de autoconocimiento que le permita descubrir y liberar energías que antes desconocía y que eran por lo tanto recursos de su personalidad cuyo aprovechamiento estaba por completo fuera de su alcance.

Pero no basta, para realizar una verdadera integración psicológica del hombre, liberar las fuerzas reprimidas en las profundidades del sub-consciente. Es preciso además, una vez que esas energías han llegado a ser conocidas y se hallan disponibles para la acción, que las sepamos coordinar y encauzar, por medio de un sistema adecuado de entrenamiento, a fin de que ellas acrecienten la eficiencia y la capacidad de acción.

Este entrenamiento es el que constituye el objeto del plan educativo que voy a esbozar. Fué creado por el Prof. Roger Vittoz, de Lausanne, (Suiza) y lo practica una importante escuela de Psicología Aplicada de París, y a su estudio teórico y práctico he dedicado recientemente un largo tiempo.

Como dije antes, las funciones psíquicas superiores no se limitan al conjunto de facultades que llamamos "inteligencia".

Nuestro "Yo consciente" es un conjunto de facultades que no se relacionan únicamente con la adquisición de un conocimiento teórico del universo y su plan.

Esas funciones psíquicas superiores deben, además, asegurar al individuo el control de *toda* su personalidad y la mejor adaptación de ésta a las condiciones del ambiente. Esto es, ellas deben tener en cuenta:

- 1º El individuo mismo;
- 2º—El mundo en que él vive y
- 3º—La mejor relación que sea posible obtener entre aquél y éste.

De modo que el plan de formación psicológica que contemplamos, para realizar una cultura integral del hombre, debe dar a éste esa posibilidad de *control* en los distintos dominios de la vida intelectual y afectiva, y en las actividades de relación con el mundo exterior.

Como veréis, el sistema de educación integral del hombre que la Psicología moderna nos ofrece, y que quiero exponeros brevemente hoy, está llamado a realizar una transformación profunda en la cultura humana, a medida que sus beneficios se extiendan a un número cada vez mayor de gentes. Este sistema es aplicado constantemente en el tratamiento de ciertas enfermedades nerviosas y como método de re-educación de la perso-

nalidad para individuos normales, siendo además objeto de cursos para grupos de estudiantes en el Instituto de Psicología Aplicada de París, bajo la dirección del doctor Henri Arthus, continuador de la obra del Prof. Vittoz. También dió este eminente facultativo hace algunos meses, varias conferencias en el Ministerio de la Economía Nacional de Francia, para Jefes de Departamentos de la Administración Pública, en las cuales mostró las múltiples aplicaciones de este sistema al acrecentamiento de la eficiencia en toda clase de trabajo.

Definiendo aquel control que constituye el objetivo fundamental del sistema, diremos que él consiste en el *gobierno* o *dirección* de nuestro yo consciente sobre las funciones de la personalidad, la cual actuará, bajo esa supervigilancia, en forma libre y espontánea y no sujeta a automatismo o compulsión ninguna.

Y cuáles son los campos de la vida individual en que ese control se ejercerá, cuando las funciones psíquicas hayan sido para ello educadas mediante un sistema de ejercicios convenientes?

En primer lugar, *SOBRE LO QUE OBSERVAMOS*. Ello implica la educación de las funciones llamadas de receptividad, esto es, vista, oído, olfato, tacto y movimiento. (Explicar algo sobre esto). La receptividad ha de llegar a ser *consciente*, e *imparcial*.

Luego, *SOBRE LO QUE PENSAMOS*. Este control incluye: la *concentración mental*, a fin de eliminar de nuestro pensamiento toda aquella idea que sea inútil en un momento dado. El gobierno de la *Imaginación*, para hacerla utilizable, en vez de ser un refugio de la fantasía; y el desarrollo de la *Memoria*, de suerte que culti- vemos la aptitud para encontrar y aprovechar los datos que ella guarda para nuestro uso.

Además, *SOBRE LO QUE SENTIMOS*. Esto significa el control sobre las relaciones hiperemotivas, sobre

ideas e imágenes que traten de imponerse con carácter obsesional, y el dominio sobre manifestaciones orgánicas intempestivas, causadas por nuestros estados de ánimo.

SOBRE LO QUE HACEMOS. Este control se refiere a nuestros gestos, a nuestra actitud y a nuestra conducta. Y, finalmente,

ORIENTACION DE NUESTRA ACTIVIDAD EN EL MUNDO, o sea todo el mecanismo de nuestra voluntad, el cual abarca:

La facultad de tomar decisiones, el dominio de impulsiones y compulsiones, y la conquista de la duda. Más adelante me referiré con mayor amplitud a este mecanismo de la voluntad.

De modo que, como habéis visto, este sistema de educación de la personalidad consiste en el gobierno de nuestras facultades psíquicas de: Observación, pensamiento, sentimiento y acción, así como el mecanismo de la voluntad que rige nuestras actividades en la vida diaria.

Todo esto, que a primera vista parece muy complicado, no lo es en realidad cuando se llega a la práctica, si bien requiere una larga y paciente aplicación. Pero la recompensa es segura. Y cuando ese sistema se adapte a la educación infantil en edad y forma apropiada, las dificultades a vencer serán menores que en el individuo adulto.

Naturalmente, no es posible, en el espacio de una conferencia, analizar en detalles los ejercicios de que se compone este sistema. Pero he creído útil daros una idea del mismo en su conjunto y tratar de mostraros algunas de las posibilidades de cultura integral de la personalidad humana que nos ofrece la moderna Psicología, ya que nuestro alejamiento de los grandes centros de inves-

tigación científica no nos permiten siempre un conocimiento directo y rápido de los avances que allí se realizan.

Quisiera que me acompañéis ahora a hacer un ligero examen de los resultados que por medio de una educación de las funciones psíquicas superiores pueden obtenerse, en el sentido de capacitar al individuo para comprender tanto el aspecto idealista de la vida, como al aspecto realista; para luchar con eficacia en el campo del progreso material, como para ejercitar las facultades más nobles del intelecto y para experimentar libre y espontáneamente y con creciente intensidad, las emociones que caracterizan al hombre culto.

La educación de nuestras funciones de *receptividad* contiene posibilidades de alcances insospechadas. Ella implica el cultivo de nuestra verdadera sensibilidad a todo cuanto existe y ocurre en el mundo que nos rodea, y disminuye en cambio nuestra impresionabilidad a los choques exteriores. Afina nuestros sentidos para la contemplación de la belleza en todas las formas; ensancha nuestro conocimiento de un modo extraordinario y nos permite vivir identificados con la realidad presente, sin que huyamos de ella buscando un refugio en el porvenir incierto o en las creaciones de una engañosa fantasía, que es para muchos como droga adormecedora que paraliza su actividad constructiva.

En virtud del cultivo de nuestra receptividad, en fin, podemos percibir y registrar con más claridad los hechos, a través de los cuales deducimos las leyes que rigen el maravilloso plan de la vida universal.

No son menos importantes las ventajas que nos ofrece un control de las funciones de nuestro pensamiento. Todos vemos constantemente cómo una porción considerable de nuestra energía mental se pierde en innecesarias divagaciones; cómo, cuando tenemos un problema para

resolver o una decisión que tomar, nuestros pensamientos se apartan rápidamente de la cuestión inicial y a menudo tenemos que traerlo nuevamente al campo en que necesitamos de él para realizar un proceso de razonamiento lógico.

Sobre el valor de una educación de la memoria, no será preciso insistir, pues casi no existe quien no haya sentido alguna vez la necesidad de una mejor facultad de retención y de una mayor facilidad para encontrar los datos e imágenes que constituyen el almacén de nuestro recuerdo.

El cultivo de la Imaginación requeriría un largo tiempo para exponer su importancia. Muchas personas la confunden con la fantasía, que no es una función creadora de nuestro yo, sino una ensoñación vaga y dispersa que sólo sirve para alejarse de la verdadera realidad. La Imaginación es la facultad que hace posible para nosotros el aprovechamiento de las imágenes e ideas que se hallan registradas en nuestro psiquismo, a fin de crear con ellas, siguiendo las leyes de la lógica y de acuerdo con la originalidad que caracteriza a cada hombre, planes realizables, proyectos lógicos que pueden un día tornarse en realidades. Por eso es la facultad creadora por excelencia, que reúne, en un cuadro lógico, dos mundos igualmente reales, igualmente vivos: el mundo objetivo que percibimos con nuestros sentidos y el mundo subjetivo en que se desarrolla nuestra vida interior. Ella permite al hombre, si sabe usarla inteligentemente, proyectar su pensamiento creador hacia el futuro, no como un soñador iluso, ni como un observador indiferente, sino con el objeto de crear un porvenir mejor para sí mismo y para los demás hombres.

Seguramente vosotros convendréis conmigo en la gran importancia que tiene, para la eficiencia de nuestras funciones en relación con el mundo que nos rodea, el poder adquirir un dominio más perfecto que el que ahora

nos rodea, el poder adquirir un dominio más perfecto que el que ahora poseemos, sobre todos nuestros *actos*. Para la mayoría de las personas los gestos, actitudes y acciones, son movimientos más o menos automáticos, que no obedecen en todos los casos a órdenes deliberadas de la mente, sino a impulsos inconscientes. Así, esa disciplina forma naturalmente parte del sistema de educación psicológica que trato de exponeros.

Y ahora voy a referirme a un aspecto del plan, cuyo valor práctico es difícil de apreciar en toda su amplitud. Es el del *mecanismo de la voluntad*. Mucho se ha escrito en obras de Psicología sobre la voluntad. La especulación teórica sobre esta fase de la vida humana ha sido de una extensión inmensa, pero poco provecho ha aportado toda esa actividad intelectual a la solución de los problemas prácticos de la existencia, en los cuales esa función de nuestro psiquismo juega un papel importante. Por esa razón estimo que la Psicología moderna nos ha aportado una contribución magnífica al progreso de la cultura individual, con la fórmula de aplicación del mecanismo de la voluntad a todas nuestras decisiones, y que debemos al mencionado Profesor Vittoz, de Suiza, pues es parte de su sistema psicológico re-educativo. Así, os explicaré con algún detenimiento este punto, pues creo que cada uno de vosotros habrá sentido alguna vez dificultad para llegar a una resolución sobre cualquier problema, pequeño a grande, de su vida. Y esto sin contar con que, en la mayoría de las gentes, aunque no estén conscientes de ello, las decisiones que toman, desde las más insignificantes hasta las más complejas, no son el resultado de una acción libre, espontánea y deliberada de la voluntad, sino una serie de movimientos automáticos cuyas causas residen en las profundidades oscuras del inconsciente, o en la autoridad del mundo exterior.

Puede decirse sin exageración que todo el curso de una vida puede cambiar de dirección, si hacemos intervenir en nuestras decisiones una actividad psíquica que se pueda llamar verdaderamente *voluntaria*.

Así pues, tanto el automatismo de nuestros actos, como el tormento y los perjuicios de la indecisión, pueden hacerse desaparecer si adquirimos, por un entrenamiento adecuado, la capacidad de hacer de nuestras decisiones actos conscientes de voluntad, a los cuales se llegue por un proceso en que tienen apropiada participación nuestro intelecto y nuestras energías afectivas. Notad bien, que tanto nuestra mente como nuestra fuerza afectiva deben intervenir para que haya verdadero acto de voluntad. Si sólo es la mente la que resuelve, como ocurre a menudo en nuestras decisiones, el acto no se realiza. Porque el pensamiento *no es la energía que anima una decisión*, sino sólo la imagen de tal decisión. Y, por otro lado, cuando únicamente nuestro sentimiento actúa en la solución de un problema de nuestra vida que implica acto de voluntad, esa solución nos arrastra con frecuencia en dirección equivocada, pues nuestra mente no llevó a cabo el necesario análisis de la situación que se trataba de resolver.

Así, quizás os interese saber que este mecanismo de la voluntad, se compone de las dos fases siguientes:

Primera fase, *intelectual*, que consiste en

Concentración y control del pensamiento, a fin de analizar serena, objetiva e imparcialmente todos los factores que forman el problema por resolver. *Reflexión sobre el punto a decidir*, para que él surja con claridad en nuestro pensamiento, como un objeto bien claro y definido; *consciencia perfecta* de que existe *la posibilidad* de llegar a una decisión, y al mismo tiempo de que tenemos *la libertad* para decidir, ya sea en un sentido o en otro; bien se comprende que sin estos dos requisitos, de *posibilidad* y de *libertad*, sería inútil intentar una deci-

sión voluntaria. Esto representa la parte intelectual de un acto de voluntad.

Y la frase afectiva, o sea el acto verdadero de *la decisión*, que es una liberación de energía psíquica que se produce en nosotros cuando, en un acto de profunda y real sinceridad para con nosotros mismos, elegimos voluntariamente y sin reserva mental ninguna, actuar de manera determinada, aceptando las consecuencias de tal decisión. Si ese proceso se sigue debidamente, la serenidad se adueñará de nuestro ánimo al ejecutar ese acto de voluntad.

Pero, no imaginéis que esa forma de aplicar el mecanismo de nuestra voluntad conviene sólo a las grandes decisiones, sino que se ha de emplear en las más insignificantes acciones de la vida diaria, para que toda ésta sea una sucesión de actos verdaderamente voluntarios y no impuestos por nuestro inconsciente o por la presión de fuerzas exteriores a nosotros mismos. Es una verdadera clave de poder, por la cual el hombre adquiere el dominio de su propia vida, y va tejiendo consciente, deliberada y voluntariamente, en el curso de las horas y de los días, la trama de su propio destino.

Como habéis visto, un método de verdadera cultura psicológica no está fuera del alcance de ninguna persona, pues nada importan, para el éxito de su aplicación, ni nuestra edad o aptitudes personales, ni la preparación intelectual que poseemos. Porque la verdadera cultura es el desarrollo sistemático de las facultades físicas, mentales y morales del individuo, y esto no requiere haber nacido en condiciones especiales ni haber hecho determinados estudios. Todo hombre posee en sí mismo cualidades y energías cuyo alcance y poder ignora, y las cuales pueden ser desarrolladas y actualizadas por medio de un esfuerzo inteligente y sostenido, cuyos resultados serán seguros, ya que los métodos educativos de la moderna Psicología, están basados en leyes naturales des-

cubiertas por un trabajo de paciente experimentación científica.

Todo sistema de educación psicológica, para ser eficaz, debe contemplar el descubrimiento, *por el individuo mismo*, de las energías que constituyen su propia personalidad. El conocimiento de sí mismo ha sido y será siempre la clave de toda verdadera educación. Por eso es de gran valor el estudio de los móviles de nuestras acciones, pensamientos y emociones, a fin de descubrir en ellos todo lo que es falso, mecánico, irreal, impuesto por fuerzas exteriores, o interiores pero sobre las cuales no ejerce un control nuestra plena conciencia.

Sólo en el descubrimiento de nosotros mismos, tales como somos y no en un concepto de nuestra personalidad basado en lo que quisiéramos ser o en lo que creemos que debiéramos ser, hallaremos una posibilidad de desarrollo para las potencialidades que se ocultan dentro de cada uno de nosotros. Y sólo en el descubrimiento de esas fuerzas que condicionan nuestra conducta y de todo cuanto limita la manifestación espontánea de nuestra verdadera personalidad, encontraremos la forma de destruir el temor, que es el veneno de nuestra existencia, el obstáculo de nuestro progreso y barrera que nos separa del resto del mundo y de los demás hombres. Se teme lo que no se conoce. Y, porque vivimos ocultándonos nuestro verdadero carácter a nosotros mismos, nos tememos. Un hecho que la Psicología aplicada ha puesto en evidencia, es que muchas formas de temores a cosas externas, son en realidad transposiciones de un temor que inconscientemente abrigamos hacia alguna parte de nuestro propio carácter, la cual no hemos aceptado con franqueza y con valor. De ese modo, protegiéndonos siempre contra nosotros mismos, alimentamos un temor constante y aún a veces un odio contra nuestra propia persona. Muchos casos de suicidio se debieron al impulso de destruir en sí mismo algo que se temía o se odiaba. Y en el fondo de ese odio o temor (sentimientos que van

siempre juntos), había la falta del conocimiento propio, la ausencia de aceptación de las propias deficiencias y de la conciencia de que todo puede cambiarse en los dominios del alma humana. Pero, para modificarlo, hay primero que conocerlo y aceptarlo.

Y hay otro aspecto no menos importante en este problema humano del temor, que se comienza a comprender también cuando una educación psicológica nos ayuda a conocer el mundo en que vivimos. El niño teme el aposento oscuro porque no sabe qué hay dentro. Y, como el hombre adulto no siempre ha dejado de ser del todo niño, sigue experimentando un agudo temor hacia la vida y hacia los demás hombres, porque se aleja de ellos, porque los ignora. Es difícil para quien no haya hecho algunos experimentos en sí mismo, darse cuenta de la cantidad de barreras que lo dividen del universo y de sus semejantes; de la distancia que nos separa, en cuanto a comprensión y verdadero contacto, de todo lo que nos rodea. Abrirnos a la vida, observarla, comprenderla, sentirla, dejar que su palpitación entre en nosotros a través de todos los medios de percepción, unir nuestro ritmo el ritmo universal, esa es la manera de disipar en nosotros el temor a la vida. Abrirnos a las ideas y sentimientos de los demás hombres, dirigir nuestro interés hacia sus problemas y dificultades, entrar sin reservas en el movimiento de sus vidas, es el camino para destruir el temor que nos aleja de ellos y transformar nuestra agresividad en simpatía y cooperación.

Cuando, cesando de ignorarnos a nosotros mismos y al mundo en que vivimos, despertamos al conocimiento de nuestras posibilidades de progreso y de bienestar, así como a la belleza que el universo encierra, el temor y la hostilidad que hacían penosas y estériles nuestras vidas se transformará en serenidad y en fortaleza. Y en ese estado de liberación podrá el hombre adoptar una actitud resuelta y de cooperación frente a la sociedad; una actitud de colaboración franca y sincera, porque ya no

es el esclavo de los demás hombres, ni tampoco un rebelde en la organización social.

En esta época de grandes inquietudes y transformaciones violentas, muchos hombres y mujeres claman, y no sin razón, por una nueva cultura, por un orden social que ofrezca mayor suma de seguridad, de paz y bienestar a la humanidad entera. Pero es imposible imaginar que una serie de modificaciones a la estructura exterior de nuestra civilización, pueda operar la evolución que tanto se desea. Es preciso que la transformación se realice primeramente en el elemento humano que forma el conjunto social. Para crear una cultura nueva, hay que comenzar por crear un hombre nuevo. Y no solamente en las generaciones futuras. En cualquier edad puede el individuo, por un entrenamiento adecuado, que responda a las necesidades de la verdadera cultura individual, producir esa modificación profunda de su carácter y de su actitud hacia la vida. Y eso es lo que la ciencia de la Psicología nos ofrece hoy. Una técnica que pueda descubrirnos la naturaleza de las fuerzas intelectuales y morales del hombre y las posibilidades de aprovechamiento de esas fuerzas en un plan de vida sano para el individuo y para su actividad creadora en beneficio general. Hoy podemos forjar ese hombre nuevo, ayudarle a que se forje a sí mismo, en un sistema de auto-educación que contemple los tres aspectos fundamentales de la vida psíquica, que son:

1º—*La Captación* de las impresiones, datos y hechos que el mundo exterior nos ofrece, y por los cuales podremos descubrir la realidad objetiva y deducir las leyes que rigen la vida universal, así como acrecentar el caudal de información con el cual vamos a elaborar nuestras propias ideas.

2º—*La Reflexión*, o actividad de nuestra vida interior, en la cual, con los materiales recogidos en una observación profunda e imparcial de cuanto nos rodea, y

siguiendo las direcciones que marque nuestra propia y original personalidad, daremos forma a una conducta que será la expresión libre de esa personalidad única.

Y, finalmente, la *Actividad*, que es toda aquella serie de nuestros actos hacia el mundo exterior, en los cuales se expresan los impulsos de nuestra vida de reflexión interna.

En esos tres puntos descansa nuestra vida psíquica. En ellos tiene, por tanto, que basarse toda acción educadora que trate de armonizar el idealismo y el realismo, en una síntesis de cultura humana verdadera.

Sólo en un sistema que ensanche el horizonte de nuestra percepción sensorial, que enriquezca los procesos de nuestra vida interior y que acreciente la eficiencia de nuestro trabajo, podrá hacerse desaparecer el desequilibrio psicológico que se manifiesta en la actitud de quienes, llamándose idealistas, se apartan de las luchas del esfuerzo creador en la vida, o de los otros que, llamándose realistas, renuncian a una de las más nobles y fecundas funciones del espíritu humano, que es la de tratar de realizar nuevas conquistas en los dominios de la verdad y de la belleza.

La Psicología moderna nos muestra que tanta razón tienen quienes buscan la plenitud de su vida en una actividad externa, en un contacto estrecho con el universo objetivo, como los que creen encontrarla adentrándose en su propio mundo de pensamiento y emoción. Pero nos muestra también que ambas actitudes son parciales y por tanto no permiten al hombre el disfrute completo de sus posibilidades humanas. Como antes dije, tres factores forman nuestra vida: *el mundo, el yo y la relación entre los dos*. Y es precisamente hacia una más viva, más fecunda y dichosa relación entre nosotros y el mundo, que viene a ayudarnos la Psicología moderna.

Oigamos lo que escribe a este propósito el distinguido psicólogo francés que antes cité:

“Es preciso haber consagrado algunos años de nuestra vida a ayudar a los hombres a resolver, por su propia cuenta, este problema de la adaptación interior a las condiciones del mundo externo, para poder medir toda la importancia de estos diversos factores, puramente psicológicos y para saber hasta qué punto la solución de los problemas de este orden se confunde, la mayor parte del tiempo y en todos los hombres, con la solución de este problema único que nos preocupa a todos y que es el de la adaptación material y espiritual de los individuos a las leyes de los grupos humanos en cuyo seno están llamados a vivir.

“La Psicología moderna no debe contentarse más con prodigar a los hombres que le piden ayuda, palabras consoladoras y excelentes consejos de buena moral clásica!

“La Psicología moderna puede comenzar también a desdeñar los paliativos; ella no trata ya de persuadir a los hombres de que los conflictos de que sufren son imaginarios, ni se conforma con hacer que el individuo, colocado en una situación especial, evite ponerse en contacto con sus dificultades; ella no quiere ocultar a la oveja la existencia del lobo, sino que pretende aportar soluciones reales al problema de la adaptación individual a las dificultades de la existencia. Remontándose a las causas profundas de los conflictos afectivos, ella trata de hacer luz sobre las tendencias, a menudo inconscientes, del hombre cuya situación examina. Ella admite que estas tendencias son manifestaciones de energías latentes, no utilizadas o mal empleadas, y se esfuerza por hacer que el sujeto que ella educa se haga consciente de esa reserva de energía.

“Al mismo tiempo, la Psicología moderna tratará de dar a aquél los medios de aprovechar mejor estas fuerzas secretas, y transformarlas en actividad fecunda, gracias a un mayor desarrollo de sus diversas facultades

mentales, o gracias a un mejoramiento de su "técnica de la vida diaria", si se me permite esa expresión".

"Una fuerza que se expresa de manera brutal, en perversiones, en violencia, en vicios, en síntomas morbosos, es una fuerza que es posible recuperar para ponerla al servicio de una actividad normal; y esta fuerza permitirá al individuo así liberado disponer, después de sublimarlas, de nuevas energías, utilizables para su trabajo o preciosas cuando tenga que afrontar las luchas y dificultades de la existencia".

"Todas nuestras energías, todos nuestros instintos, deberán ser orientados un día (próximo o lejano, poco importa) hacia la acción; y utilizados, gobernados por nuestro yo, de modo que contribuyan a nuestra felicidad. Mas ésta solamente podrá ser conquistada a condición de que sepamos hacer aquellas fuerzas útiles en el mundo en que vivimos, lo cual hará posible una mayor solidaridad con nuestros semejantes".

En las anteriores frases del gran psicólogo francés, tenemos todo un resumen de la acción educadora de la moderna Psicología, tanto en lo que se refiere a las fuerzas de nuestra personalidad, como en lo que atañe al aprovechamiento de éstas para el bienestar del individuo y para la mejor colaboración material y espiritual de éste con la sociedad.

Y estas ideas nos ofrecen precisamente, junto con el plan re-educativo que os he reseñado hoy, la forma de conciliar las dos actitudes de "idealismo" y "realismo", en una síntesis de cultura humana.

Síntesis en la cual tienen un lugar propio ambas concepciones de la vida; la que se identifica con el presente, y la que mira hacia el porvenir; la que se lanza hacia la actividad externa y la que trata de hallar una realización en las especulaciones de la vida interior.

En esa unificación psicológica desaparecen las limitaciones que empobrecen ambas actitudes. El idealista teórico que en su recogimiento buscaba en realidad un refugio contra la vida, encontrará un significado vital a cuanto existe y ocurre en el mundo exterior. Y el realista que se sumía en el trabajo o en el placer para huir de sí mismo, se reconciliará con su propia vida psíquica, hallando en ella el complemento necesario de su existencia.

Esa fusión de las tendencias psicológicas que podrían decirse representadas por las culturas de Oriente y Occidente, tiene una significación más profunda que la que a primera vista se percibe.

Porque ella constituye la integración de todas las funciones de la personalidad humana, de todas las fuerzas de la mente y del sentimiento, en una entidad moral que, armonizada dentro de sí misma, podrá emprender la más grande y más bella conquista a que puede dedicar su esfuerzo el hombre: *la conquista de la Vida*. De la vida que se manifiesta en el universo, fuera de nosotros, y de la vida que alienta en nuestro pensamiento y en nuestro corazón. Pues ambas son los dos polos de una sola y grandiosa realidad: la Vida universal, que todo lo abarca.

Mariano L. Coronado.