



Ensayo sobre auto-conocimiento

Dr. Adailton Dias Alves y Dra. Maria da
Concienco de Almeida

Por: Dr. Adeilton Dias Alves y Dra. Maria da Conceição de Almeida

“Comprenderse a uno mismo requiere paciencia, tolerancia en el darse cuenta; el yo es un libro de muchos capítulos que no puede leerse en un solo día, pero cuando empiece a leerlo debe leer cada palabra, cada frase, cada párrafo, porque en ellos hay indicios de la totalidad. El principio es en sí mismo el final. Si sabe leer, podrá encontrar la sabiduría”.

(J. Krishnamurti)

Resumen

El ensayo propone una discusión sobre la noción de auto-conocimiento, como una forma de problematizar la fragmentación inherente a muchas narrativas que buscan comprender el fenómeno humano, dentro de éstas, las narrativas científicas, teniendo como base algunas ideas de autores como Bauman (2005, 2007), Cassier (1994) y Krishnamurti (1953). Una lectura de sí, por medio de sucesivas aproximaciones de aquello que somos, tiene un poder transformador, liberador del potencial humano que a veces se encuentra atrofiado, estancado en la fuente. Para Krishnamurti el autoconocimiento, invariablemente, implica una comprensión integral de la vida y una percepción cada vez más amplia de los movimientos de la mente y del deseo.

Palabras clave: Autoconocimiento, Fragmentación del conocimiento, Condición Humana.

¹Adeilton Dias Alves es Doctorando en Ciencias Sociales pela UFRN-Natal/Brasil (2015). Miembro del GRECOM - Grupo de Estudos da Complexidade. Email: adeilton_dias@hotmail.com

Maria da Conceição de Almeida es Antropóloga. Doctora en Ciencias Sociales pela PUC-São Paulo/Brasil. Coordinadora do GRECOM. Email: calmeida17@hotmail.com

La fragmentación del conocimiento

Siglos después de que Sócrates introdujo el problema del conocimiento del hombre, la pertinencia de la pregunta ¿Quién soy? continua siendo actual. El progreso cuantitativo y cualitativo de las ciencias modernas alteró significativamente el conocimiento que el hombre tenía de sí. Todavía no se pone un punto final a la cuestión.

Las reflexiones científicas respecto del hombre siguen en pauta, continúan figurando en las diversas pesquisas y debates. Diferentes corrientes teóricas como, por ejemplo, el marxismo, el psicoanálisis, proporcionaron, cada uno a su modo, condiciones y posibilidades de comprender lo humano y ofrecen puntos de vista posibles, algunas veces observables y también cuestionables.



Las ciencias sociales y humanas posibilitarán al hombre un mayor conocimiento sobre sí mismo. En ese proceso, su modo de hacer ciencia ha sido profundamente afectado, desestabilizado o reorganizado por cuestionamientos y reflexiones, a veces antiguas, pero ahora en el siglo XXI, éstas han sido recolocadas a partir de puntos de vista diferentes o de nuevas perspectivas. Las nociones

de objetividad y de verdad, así como la relación observador-objeto, son ejemplos de aspectos del quehacer científico que han sido cuestionados en las ciencias de una forma general.

Los significativos avances en el desarrollo de técnicas, conceptos y referencias teórico-metodológicas, trajo consigo subproductos, dentro de los cuales podemos mencionar la fragmentación del conocimiento. Ernest Cassierer insiste en que:

Cada pensador individual nos ofrece su propia imagen de la naturaleza humana. Todos esos filósofos son empiristas determinados; desean mostrarnos los hechos y nada más que hechos. Pero su interpretación de la evidencia empírica contiene, desde el inicio, una suposición arbitraria –y esta arbitrariedad avanza y asume un aspecto más elaborado y sofisticado–. Nietzsche proclama la pretensión de la potencia, Freud señala el instinto sexual, Marx entroniza el instinto económico. Cada teoría se torna un lecho de Procrusto en el cual los hechos empíricos son extendidos para amoldarse a un patrón pre-concebido (1994, p. 40-41).

El conocimiento parcelado dificulta al hombre mirar para sí mismo y comprender el fenómeno humano que es en sí multidimensional, abierto, complejo. En otras palabras, una lente a partir de la cual vemos el mundo limita o potencializa nuestra comprensión sobre nosotros mismos. En ese sentido, las ciencias de la fragmentación se distancian de una comprensión del hombre como inmerso en una realidad mayor de la cual él es parte.

El enfrentamiento de este problema sugiere la necesidad de emprender nuevas perspectivas epistemológicas que religuen las varias áreas del conocimiento. Una perspectiva poco optimista en relación a la paradoja del conocimiento en el cual estamos inmersos es presentada como osadía por Cassierer.

En una época pasada estuve en posición muy favorable con relación a las fuentes de nuestro conocimiento de la naturaleza humana. La psicología, la etnología, la antropología y la historia acumularán un cuerpo de hechos espantosamente rico y en constante crecimiento. Nuestros instrumentos técnicos para la observación y la experimentación fueron inmensamente perfeccionados, y nuestros análisis se tornaron más agudos y más penetrantes. Incluso si, aparentemente, no encontramos todavía un método para el dominio y la organización de ese material. Comparado con nuestra propia abundancia, el pasado debe parecer muy pobre. Nuestra riqueza de hechos, con todo, no es necesariamente una riqueza de pensamiento. A menos que consigamos hallar un hilo de Ariadne que nos conduzca fuera de este laberinto, no tenemos una comprensión real del carácter general de la cultura humana; continuaremos perdidos en una masa de datos in-conexos y desintegrados que parece carecer de toda unidad conceptual (1994, p. 41-42).

Creer como persona es relacionarse de modo saludable con los otros y su entorno, un discurso cada vez más difundo y al mismo tiempo una realidad cada vez más distante de todos nosotros. En el siglo XXI atravesamos una crisis de conocimiento, lo que incluye la crisis del conocimiento de nosotros

mismos. Las referencias se tornaron múltiples y por ello volátiles. Se amplió el campo de posibilidades de engendrar valores, ideas, modos de vida, al mismo tiempo en que todo se tornó más fugaz. Mitos, ideologías, partidos políticos, héroes y dioses se deshacen tan rápido como son inventados, dejando en el imaginario humano un vacío.



La experiencia del individuo consigo mismo se ha tornado cada día más disgregada y, por consiguiente, frustrante. Zigmunt Bauman (2005, 2007), identifica la “liquidez” del mundo actual a causa de una vida sin substancialidad del sujeto. Para el autor, “en nuestra época líquida-moderna, el mundo en nuestra vuelta está repartido en fragmentos mal coordinados, en tanto que nuestras existencias individuales son cortadas en una sucesión de episodios frágilmente conectados” (2005, p.18-19).

Esa carencia de conexión de los episodios vividos acaba por protagonizar la emergencia de dilemas en un cierto malestar del sujeto. Bauman (2007) identifica en la fragilidad de los lazos humanos, lo que denomina modernidad líquida. Se refiere al dinamismo inestable de las relaciones sociales, lo que lleva, por consecuencia, al sentimiento de una actuación paradójica y sin constancia en los sujetos. Todo pasa como si cada uno de nosotros tuviese que responder, sin conseguir, el ritmo frenético de una sociedad de la volatilidad y de ausencia de síntesis.

En suma, la vida líquida es una vida precaria, vivida en condiciones de incertidumbre constante. Las preocupaciones más intensas y obstinadas que alarman ese tipo de vida son los temores de ser sorprendido tomando una siesta, no conseguir acompañar la rapidez de los eventos, ir hacia atrás, dejar pasar las fechas de vencimiento, quedar sobrecargado de bienes ahora indeseables, perder el momento que pide cambio y mudar de rumbo antes de tomar un camino sin regreso. La vida líquida es una sucesión de re-inicios y, precisamente por eso es que los finales rápidos e indoloros, sin los cuales reiniciar es inimaginable, tienden a ser los momentos más desafiantes y los dolores de cabeza más inquietantes. Entre las artes de la vida líquida-moderna y las habilidades necesarias para practicarlas, librarse de las cosas tiene prioridad sobre adquirirlas (BAUMAN, 2007, p. 8).

Nos alimentamos de experiencias despedazadas, vividas en girones. ¿Quién conseguirá juntar los casos de sí mismo y dar a ellas algún sentido? La impresión es que estamos en un vasto océano, que amplía nuestros horizontes y nos da la sensación

de libertad y poder: somos y podemos todo lo que queremos. En tanto, la profundidad de este supuesto océano, nos ultrapasa dos o tres centímetros sin siquiera poder mojar los pies.

Parece imposible bañarse dos veces en aguas tan bajas. Vivir bien en un mundo en que todo se tornó pobre de sentido parece ser el dilema a que nos enfrentamos. Eso dificulta los caminos para un pensamiento edificante, re-totalizado, conectado. Dificulta el acceso a una experiencia de sí que sea más integradora, a una comprensión del mundo más asentada en la vida, en una visión de sí y del mundo más generosa y más abierta a la aventura del hacer humano. Esta apertura nos es necesaria para que podamos enfrentar las cuestiones importantes que tienen que ver con la interrogación del sujeto sobre su origen (¿Quiénes somos? ¿De dónde venimos?), los motivos de su existencia (¿Por qué estamos aquí?), sus utopías y horizontes a construir (¿Hacia dónde vamos?).

El hombre sigue carente de autoconocimiento y eso le trae consecuencias. Jidu Krishnamurti, filósofo y escritor indio que vivió de 1895 a 1986, veía el autoconocimiento como uno de los principales temas de su obra. Afirma que “la confusión existente en el mundo surgió porque el individuo no fue educado para conocerse a sí mismo” (1953, p. 18). En sus escritos asocia el malestar vivido por el hombre moderno y la falta de conocimiento de sí. Una persona que no se preocupa por conocerse se torna esclava de sí, de su ego, con todas sus determinaciones, desvíos, justificaciones y caprichos. Las relaciones y la convivencia con los otros, puede tornarse más amarga.

En la relación con los otros, e incluso con la gente

misma, podemos ser perversos al punto de protegernos de otras personas en nuestras inseguridades más profundas, imputando más dolor y sufrimiento a aquellos junto a quienes interactuamos. Aquellos que son capaces de observarse a sí mismos, y toman en serio la posibilidad de conocerse, pueden muchas veces, comprender –incluso por aproximación– las fuentes de tales inseguridades y, algunas veces, consiguen atenuar sus efectos. Es ese escenario que trata de forma contextualizada el psicoanálisis en cualquiera de sus vertientes: la psicología analítica de Jung, el psicoanálisis de Freud y Lacan, entre otras perspectivas.

El conocimiento de lo humano no puede tener por horizonte los mismos principios de las ciencias determinísticas y de la fragmentación. Las determinaciones del conocimiento llamado objetivo, las técnicas de contrastar la verdad o la delimitación precisa de objetos de análisis, caminan a contramano de lo que podría ser un autoconocimiento de base compleja. Si es posible afirmar que gran parte de los objetos determinados por la ciencia pueden ser explicados y, en cierta medida, pronosticar posibles dinámicas de comportamiento, esta asertiva no se adecua al hombre.

El ser humano no puede ser explicado, sino comprendido en sus ambigüedades, incompletudes e incertidumbres. Comprender, aquí, implica la imposibilidad de prever el comportamiento. Se trata de un ser cuyo comportamiento sólo puede ser descrito satisfactoriamente a posteriori. Como dice Cassirer:

No podemos descubrir la naturaleza del hombre del mismo modo que podemos detectar la naturaleza de las cosas físicas. Las cosas

físicas pueden describirse en los términos de sus propiedades objetivas, pero el hombre sólo puede ser descrito y definido en los términos de su consciencia (1994, p. 16).

Los caminos para entenderse a sí mismo son diferentes de aquellos que utilizamos para conocer los objetos y cosas. Una persona puede conocer toda la anatomía del cuerpo humano e incluso así no conocerse a sí misma. Puede conocer el mundo entero e incluso así no conocer la geografía de su propio yo. Puede poseer muchos diplomas y haber leído muchos libros e incluso así no conocer la gramática que coordina su existencia.

El conocimiento de una disciplina puede ser importante, pero algunas veces, el conocimiento de sí mismo puede ser liberador (NARANJO, 2000). Aun así la sociedad del siglo XXI super-valoriza el conocimiento de disciplinas, técnicas y expertise, de modo que las personas se adaptan para responder a estos estímulos, dejando con ello en cada uno de los individuos una reserva de potencial humano acumulado y atrofiado, guardado en la fuente.

El individuo contemporáneo lidia con exigencias que no pueden ser satisfechas. Toda vez que representa papeles sociales, persigue también la satisfacción de sus necesidades –tarea ésta que es personal e intransferible– y tiene su foco desviado hacia las cuestiones externas al sí.

La experiencia de la subjetividad es subestimada. En contrapartida, la racionalidad cerrada –considerada patológica por Edgar Morin (2007) – muchas veces confundida con objetividad, es endiosada. Si la subjetividad es un des-locamiento y un calificativo de un pensamiento racional, la racionalidad abierta

se torna más lúcida como el conocimiento del sujeto sobre sí mismo.

Como sabemos, nuestro modo de comprender el mundo tiene por base las aptitudes humanas que hablan respecto a las dualidades y ambigüedades. Amoldados por el ratio cartesiano que aconseja la abducción de lo subjetivo, que puede conducir al delirio, acabamos por abrazar la noción de objetividad, olvidándonos que tal noción es una creación de la ciencia –de hecho cuestionada de forma vehemente por Werner Heisenberg desde los años 1900–.

Los conceptos “objetivo” y “subjetivo” designan dos polos a partir de los cuales un orden de la realidad se puede iniciar. Ellos también designan dos lados de la propia realidad; pero sería una simplificación por demás grosera en caso que se quisiese dividir el mundo en una realidad objetiva y una subjetiva. Algunas calificaciones en la filosofía del siglo pasado surgirán por medio de esa misma pintura en negro y blanco. La evaluación de esos dos lados del mundo también fue muy diversa en épocas diferentes. A veces, uno de los dos lados casi no fue considerado sino como una apariencia ilusoria (2009, p. 25-26).

Poner bajo sospecha la subjetividad humana equivale, para protegerse del frío, atrancar la casa por fuera. Encerrados en nuestra racionalidad miope, padecemos de una hipotermia del pensamiento. En cuanto a eso, el calor humano, el perfume de gente, queda del lado interior de la casa, lo que nos impide acceder.

¿Cómo pensar el auto-conocimiento en un mundo

donde éste es considerado irrelevante, muchas veces confundido con religión o auto ayuda? ¿Cuáles son la claves propositivas para la recomposición de un sujeto a pedazos? Las respuestas tendrán que ser construidas con base en reflexiones, principios teóricos y epistemológicos anunciados por diversos autores y reorganizados por cada uno de nosotros. La respuesta a lo que sea autoconocimiento en permanente reorganización e inacabamiento. Parece que estamos ante un individuo que no encuentra referencias en que apoyarse para vivir y conocerse. Un ser que se halla en dificultades para engendrar otras posibilidades de vivir que sean más formativas de sí, en lo tocante a aprender a reclutar lo mejor de sí y de los otros en las diversas situaciones en que la vida nos coloca.

El autoconocimiento en Krishnamurti

Krishnamurti escribió: “no habiendo autoconocimiento, la expresión individual se transforma en arrogancia, con todos sus conflictos agresivos y ambiciosos” (1953, p. 14). Por esta afirmación es posible imaginar la importancia del autoconocimiento para el ser humano.

Conocerse a sí mismo está relacionado al acto del individuo de comprender cómo se tornó lo que es, cuáles son sus voluntades o deseos innegociables, las pasiones peligrosas, las tendencias alienantes, cuáles sus mejores cualidades, o sus valores; por qué aprecia determinadas cosas y otras no; por qué determinadas cosas, posturas, aspectos y actitudes lo agradan y otras no; por qué toma determinadas decisiones y no otras.



Construir respuestas para estas cuestiones puede durar una vida, pero sin intentar responderlas, el hombre no puede llegar nunca a conocerse, o sea, a engendrar un entendimiento de sí mismo que sea lo más aproximado posible, incluso sabiendo de la imposibilidad de ese emprendimiento. No podemos conocer la verdad sobre nosotros mismos, porque somos seres constituidos por fantasías y proyecciones de toda suerte. Por lo tanto, con y a pesar de ellas, podemos aproximarnos a aquello que somos, lapidando verdades provisionarias, pasajeras, pero también con alguna validez.

Frente a la imposibilidad de completud y de verdad definitiva sobre nosotros, muchos echan mano inclusive de aquello que es posible. Echar mano de prestar atención a sí mismo es como renunciar a la posibilidad por nuestros actos, que en es en sí, intransferible. Todo pasa como si cada uno de nosotros fuese un extraño en el quintal de la casa, un extraño de sí mismo, un huésped que a veces no es bienvenido en su propia morada. Podemos volvernos sonámbulos, esto es desconocer cómo y por qué nos tornamos en lo que somos. Continuamente podemos caer en los artificios de las defensas del ego y eso impacta las relaciones de forma negativa.

El autoconocimiento surge por la comprensión de la vida, por una percepción siempre inacabada y cada vez más amplia de los movimientos de la mente y del deseo (KRISHNAMURTI, 1953). Dominar una técnica en la ciencia y no dominarse a sí mismo pone en riesgo la vida humana. Somos capaces de fomentar guerras y poner en peligro nuestra seguridad física, generando problemas más vastos y profundos que aquellos que pretenden resolverse con la técnica. Creamos tensión en las relaciones humanas que probablemente, sin el autoconocimiento, no pueden ser satisfactoriamente resueltas.



Una vez que la sociedad desvaloriza muchas de las cuestiones subjetivas que afectan a los individuos, pone en evidencia el problema del autoconocimiento. Esto abre una bifurcación, crea un desvío que perturba el propio patrón. En otras palabras, las personas direccionan sus esfuerzos para lidiar con las cuestiones llamadas objetivas, dando poca o ninguna atención a su interioridad. Sintiendo las consecuencias de eso, muchas están buscando alternativas que les permitan un sustento. En nuestro siglo, observamos...

...la proliferación de tentativas de responder al gran malestar de nuestra civilización: los ioguismos, los budismos zen, el psicoanálisis, los relajamientos, las dietéticas, las macrobióticas, las slow food se esfuerzan por ayudar a cada uno a librarse de ese malestar. Para mí, esos fenómenos son profundamente significativos, nos indican que los gérmenes de una reforma de vida vienen siendo diseminados un poco por todas partes. La necesidad de vivir bien, tanto consigo mismo como en relación con los otros, de superar el divorcio entre el espíritu y el cuerpo expresa un apetito por ser mejor (MORIN, 2013, p.37).

Cada vez más, las personas están procurando algo que les cure o alivie los males del alma. El propio hecho de que la sociedad no valore las cuestiones concernientes a la interioridad, las coloca en la pauta del día, incluso a veces de modo no intencional, como adversas.

En la obra del psiquiatra Claudio Naranjo (2000) la idea de autoconocimiento aparece en la afirmación de que es la tarea de cada ser humano tomar consciencia del ego, resguardarse de las pasiones que ella trae consigo, trabajar por su progreso espiritual y por la salud de las relaciones interpersonales. Ya para Krishnamurti (1953), se trata de la comprensión del proceso integral de la vida. Sin tal comprensión lo humano puede destruirse.

Vivir en un solo nivel, despreciando el proceso global de la vida, es atraer desgracias y destrucción. La mayor necesidad y el problema más urgente de todo individuo es adquirir una comprensión integral de la vida que lo habilite a enfrentar sus continuas y crecientes complejidades (1953, p. 17).

La preocupación respecto del destino del hombre aparece en el trabajo de Morin (2007), para quien la especie humana está en riesgo; está amenazada por toda la ceguera e incomprensión. Pero ¿por qué nuestra existencia está amenazada?, el autor considera que:

La humanidad dejó de constituir una noción abstracta: es realidad vital, pues está de ahora en adelante, por primera vez, amenazada de muerte; la Humanidad dejó de constituir una noción solamente ideal, se tornó una comunidad de destino, y solamente la conciencia de esta comunidad puede conducirla a una comunidad de vida; la Humanidad de aquí en adelante, es sobre todo, una noción ética: es lo que debe ser realizado por todos y cada uno (2007, p. 114).

Sabemos que el conocimiento de sí mismo no es el único problema del hombre. Incluso, sin auto-conocimiento, los problemas humanos pueden conducirnos al abismo. La vida humana soporta el desorden hasta cierto límite, a partir de lo cual precisa reinventarse como estrategia de sobrevivencia.

Para Krishnamurti (1953) el camino para esa reinención es la comprensión de sí mismo por cada uno de nosotros. A pesar de ser personal e intransferible, esta tarea se realiza en la relación con el otro, en la aceptación de todas las consecuencias que la convivencia con el otro nos trae.

De una forma general, las personas piensan que se conocen, piensan que conocen a su prójimo. Tenemos una cualidad antropológica (muchas veces inconsciente) que es la facultad –y quizá necesidad– de rápidamente tornar familiar aquello que nos es extraño, porque a veces no soportamos

el extrañamiento. Generalmente esta característica refuerza nuestras ilusiones o incluso nos lleva a conclusiones precipitadas.

En este sentido, una persona puede estar familiarizada consigo misma, con parte de sus comportamientos, e incluso así no conocerse, desconocer el origen de éstos. Puede simplemente no saber qué hacer con eso. En otras palabras, familiaridad y conocimiento son cosas diferentes, incluso si el asunto en cuestión es: sí mismo o el otro.

Podemos convivir décadas con el otro en la familia, en el trabajo, en la comunidad; familiarizarnos con sus trayectos, su forma particular de ser, de pensar, de hacer. Generalmente en casos así, es común decirnos que conocemos al otro. Lo mismo pensamos con frecuencia sobre nosotros mismos. Podemos pensar “yo soy mi cuerpo, soy lo que pienso, soy lo que siento... por tanto, me conozco”.

Es innegable que por medio de las sensaciones y de las percepciones, cada persona conoce un poco de sí, de manera general. Pero también es cierto que a veces estamos más familiarizados con el patrón que repetimos, en vez de tener una comprensión profunda de aquello que somos, de aquello se hace en nosotros, y que hace de nosotros lo que somos. Desconocemos los diferentes porqués que engendran nuestra existencia.

En este sentido, es oportuno pensar una distinción entre familiaridad y conocimiento.

La familiaridad significa solo aspecto; el conocimiento incluye y presupone la representación. La representación de un objeto es un acto totalmente diferente de la mera

manipulación de ese objeto. Esta última no exige más que una serie definida de acciones, de movimientos corporales coordinados uno con otro y siguiéndose uno al otro. Es una cuestión de hábito, adquirido por el desempeño invariable, constantemente repetido de ciertos actos. Pero la representación del espacio y de las relaciones espaciales significa mucho más. Para representar una cosa no basta ser capaces de manipularla de manera correcta y para usos prácticos. Debemos tener una concepción general del objeto y considerarlo desde diversos ángulos para poder encontrar sus relaciones con otros objetos. Debemos situarlos y determinar su posición en un sistema general (CASSIRER, 1994, p. 80).



Esa concepción compleja del conocimiento y de la representación asume en Naranjo (2000) una variante importante. Para el autor es difícil que la persona pueda conocerse sin disponer de una orientación, de un tutor o de un sistema de conocimiento que le ayude en esta tarea. Es necesario referenciarse en algún punto de vista, en algún contenido organizado que ayude al individuo a dar forma a su experiencia.

Hay personas que buscan eso en las ciencias,

otras en las artes, o en las religiones y en diversas otras formas de expresión. Cuestionando la naturaleza positiva de estas expresiones culturales, Krishnamurti (1953) acentúa que el individuo solamente puede conocerse a sí mismo liberándose de los condicionamientos imputados por las ciencias, religiones, entre otros sistemas de conocimiento. Su idea de autoconocimiento tiene como punto de partida un esfuerzo radical de auto-percepción lo que me parece un poco diferente de aquello que Naranjo (2000) defiende, aun cuando este último también enfatice la auto-percepción.

De una forma o de otra, el conocimiento de sí mismo no es aleatorio. Para conocerse mejor el ser humano precisa ir más allá de la familiaridad. Eso requiere un esfuerzo espiritual obstinado y persistente. Pasar de la familiaridad de sí al auto-conocimiento es una tarea que exige auto-observación, un trabajo de introspección que tiene sus recompensas y también su precio. Según Naranjo, hay algo de transformador en el conocimiento de sí, de tal forma que “después de conocerse a sí mismo, nadie consigue continuar siendo el mismo”.

Consideraciones finales

El progreso técnico y los avances en términos de conocimientos no nos han vuelto más felices. Al contrario, han colaborado para que continuemos viviendo una experiencia fragmentada y desenfocada, dislocada de nuestro ser. No conseguimos cuidar de nosotros mismos, porque ni siquiera estamos ciertos de qué somos y cuáles son nuestras necesidades reales, así como desconocemos las de los otros.

En muchos casos nuestra relación con el otro puede estar cargada de nuestros prejuicios, compulsiones, fijaciones, las cuales sin el auto-conocimiento,

probablemente jamás conseguiremos amenizar. La procuración de prácticas que llevan a la subjetividad ha aumentado. Las personas están buscando algo que les ayude a soportar las condiciones en las cuales viven; en la tentativa de aliviar los males del alma.

En alguna medida las personas tienen familiaridad consigo mismas. A partir de un esfuerzo intencional, pueden conocerse más, como probablemente antes no imaginaban. Ese conocimiento parece tener poder transformador, pues puede provocar cambios en nuestro modo de pensar, sentir y hacer. Es también una forma de cognición, proceso vital para nuestra supervivencia en cuanto especie humana.

Aquel que busca conocerse a sí mismo se rehace cuando reconstruye sus experiencias, o cuando retira de ellas significados pertinentes para su caminata de crecimiento personal a lo largo de su propia vida. La relación con los otros también es fuente de narrativas que inspiran una apertura a la aceptación en nosotros mismos de aquello que hay de mejor y de peor en la condición humana.

Conflicto, convivencia, tensiones, amor, agresividad, entre otros estados de ser de la condición humana, están presentes en la relación con el otro. Es en estas interacciones que nuestro sentido del yo se forma. Por tanto, es también en esta relación que cambiamos y que nos conocemos. A partir de sucesivas aproximaciones, las personas elaboran narrativas sobre sus experiencias de vida; traen a conciencia contenidos adormecidos que de alguna forma se tornarán olvidados en las profundidades del inconsciente o incluso en la miopía de los lentes del ego.

En síntesis, hay un vínculo estrecho entre auto-

conocimiento y cambio. Analíticamente podemos distinguirlos pero no separarlos. Pienso que el autoconocimiento nos puede conducir a una inteligencia más afinada. Una comprensión de cómo la vida acontece, de cuál es nuestro papel en esa aventura humana, la capacidad de estar presente en el aquí y ahora con un discernimiento profundo, se hace cada día más necesaria en el mundo en que vivimos.

El conocimiento de sí, esa aproximación intencional, construida en la experiencia, en la integración de sentimiento, pensamiento y acción, está disponible para todas las personas. No es atributo de personas iluminadas, por encima de la especie humana.

La experiencia que nos es dada a vivir en el día a día, la mayoría de las veces puede ser dolorosa, tediosa y sin gracia. Empero, en ella reside la materia prima del conocimiento de sí. En ella nos enfrentamos con las dificultades de la relación con nosotros mismos y con el otro. Para muchos puede parecer insoportable. Lo que hacemos en el día a día (incluyendo el modo cómo lo hacemos) denuncia nuestros límites de la manera más práctica posible, haciéndonos sentirlos sin distinciones previas, sean ellas de cuño moral o valorativo.

Así, pues, lo cotidiano puede ser uno de nuestros mayores tutores, si estuviéramos abiertos al aprendizaje. Nos resta estar atentos para captar sus lecciones más sutiles y profundas. Ciertamente los sujetos que enfrentan el desafío de mirar para sí y para el otro, tomando en serio las subjetividades humanas en una racionalidad abierta, pueden hacer emerger nuevas experiencias que apunten hacia perspectivas de un mundo mejor.

Referencias bibliográficas

BAUMAN, Zigmunt. Identidade. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed., 2005.

BAUMAN, Zigmunt. Vida Líquida. Tradução de Carlos Alberto Medeiros. Rio de Janeiro: Zahar Editores, 2007.

CASSIRER, Ernest. Ensaio sobre o homem: introdução a uma filosofia da cultura humana. Tradução: Tomás Rosa Bueno. São Paulo: Martins Fontes, 1994.

HEISENBERG, Werner. A Ordenação da Realidade. Tradução Marco Antônio Casanova. - Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2009.

KRISHNAMUTRI, J. A Educação e o Significado da Vida. Tradução de Hugo Veloso. Editora Cultrix. São Paulo: 1953.

MORIN, Edgar. Os sete saberes necessários à educação do futuro. Tradução: Catarina Eleonora F. da Silva e Jeanne Sawaya. São Paulo: Cortez, 2007.

MORIN, Edgar. Meus Filósofos. Tradução: Edgard de Assis Carvalho e Mariza Perassi Bosco. - Porto Alegre: Sulina, 2013.

NARANJO, Claudio. El Eneagrama de la Sociedad: males del mundo, males del alma. Editorial la Llave. Vitoria-Gasteiz - España, 2000.

