

Salir de la violencia, una necesidad social y personal

Philippe Moal

8º Simposio Internacional
"Un nuevo humanismo para un nuevo mundo"
Centro Mundial de Estudios Humanistas

16 de abril de 2021

Buenos días,

Gracias por asistir a esta presentación titulada : "Salir de la violencia, una necesidad social y personal". Tema que se encuadra muy bien en este Simposio : "un Nuevo Humanismo para un mundo nuevo".

Liberarse de la violencia es una de las condiciones necesarias para ir hacia un mundo realmente nuevo.

Tenemos una hora: no vamos a poder descifrar el tema de forma exhaustiva en 1 hora

Propongo presentar algunos temas de reflexión que darán lugar a un intercambio posterior.

Como introducción, quisiera decir que lo que voy a presentar es una síntesis de algunos temas que desarrollo últimamente en mis actividades en torno a la violencia y a la no-violencia. Creo que hoy el tema fundamental para erradicar la violencia está cambiando, se trata hoy de ayudar a la gente a ver que la conciencia es activa. Seguramente que el psicoanálisis y los desarrollos con el inconsciente fueron necesarios desde su comienzo hasta hoy para descubrir que nuestro mundo interior es activo. Pero esta etapa se acabó, la gente hoy sabe muy bien que sus contenidos internos (temores, angustias, compulsiones, etc.) existen y tienen implicancia en su vida, es decir que los contenidos de su mundo interior son activos. Hoy se necesita subir de piso, pasar a otro nivel, y aprender a reconocer la conciencia, escucharla, desarrollarla y orientarla.

Si bien se sabe que los contenidos son activos hoy se necesita descubrir que la conciencia también es activa. Todo lo que va hacia este descubrimiento es una revolución. El espacio de representación, el poder de las imágenes, no solamente visuales , auditivas, pero también cenestésicas, aprender a dar una intención a la intencionalidad de su conciencia. En eso estoy ahora.

Para empezar, para superar la violencia veamos dos requisitos previos:

1) la necesidad ; 2) la elección.

La necesidad es la base que nos permite cambiar ciertas condiciones. La necesidad siempre ha sido un poderoso motor de cambio en la historia: la abolición de la esclavitud, la integración de la mujer en la vida política a través del derecho al voto, el rechazo a las dictaduras, etc.

Sin necesidad nada cambia, sino de manera mecánica. Pero somos más que mecánica, somos intencionalidad, un tema fundamental del humanismo que no tenemos tiempo de desarrollar aquí.

La necesidad es el motor que nos permite actuar para erradicar la violencia... de lo contrario, como decía el historiador francés René Girard en su libro "La violencia y lo sagrado": "Cuando se permite que estalle la violencia, en definitiva, es el azar que resuelve el conflicto"

Estamos ante una necesidad que no podemos dejar en manos del azar.

Este es un primer tema de reflexión: ¿Cuál es mi necesidad respecto a la violencia personal y social? A partir de ahí me pregunto ¿qué puedo hacer?

El segundo punto, la elección que va de par con la necesidad. Siempre nos enfrentamos a opciones, aunque no las veamos.

Para Jean-Paul Sartre la elección está ligada a la libertad. "Estamos condenados a ser libres" (decía en "El ser y la nada"). ¡Si no puedes elegir, no eres libre!

Ilya Prigogine (un referente humanista) habló de la elección como de una necesidad. A través de sus experimentos en termodinámica, él demostró que ningún fenómeno está predeterminado, que hay múltiples opciones en cualquier situación y que, por tanto, debemos elegir si queremos dar una dirección a los fenómenos.

Alguien dirá: entonces si elijo ser violento soy libre. Tal vez, pero esta libertad elimina la libertad del otro, lo que es un encadenamiento al otro y por consecuencia no hay libertad.

Para algunos la violencia es una necesidad para defender ideas, bienes, imponer creencias, valores. Frente a ellos hay otros para quien la violencia es una necesidad para luchar contra la violencia de los primeros.

Por ellos la violencia es la solución y no un problema, y eso es un problema. Ellos son el problema de este viejo mundo.

Para nosotros el uso de la violencia jamás se puede justificar. Incluso, los que la usan por causas dignas terminan en causa perdida.

Para el maestro de la imaginación, Isaac Asimov, "la violencia es el refugio de la incompetencia".

Pues bien, digamos que la violencia es un error de cálculo: hago el mal para estar bien, pero tarde o temprano mi acción tiene una vuelta, por el efecto bumerán.

"Quien utiliza la violencia sufrirá a su vez la violencia", dijo el dramaturgo griego Eurípides hace 2.500 años.

Martin Luther King mencionó la importancia de la elección cuando decía: "No se trata de elegir entre la violencia y la no violencia; se trata de elegir entre la no violencia y la no existencia".

La elección es otro tema de reflexión para salir de la violencia : ¿En qué condiciones quiero vivir? ¿Qué tipo de vida personal y qué tipo de vida social estoy eligiendo?

A nivel social, como tenemos solamente una hora, vamos a lo esencial:

El dinero es el primero poder en todo el planeta; se ha convertido en el centro de gravedad de toda la humanidad, y genera mucho dolor y sufrimiento en todo el planeta.

El 1% de personas poseen el 50% de la riqueza mundial, mientras que el 50% de la población sobrevive con sólo el 1% de los recursos existentes.

Observa cómo la violencia económica es la fuente de todas las demás formas de violencia, ya sea física, racial, religiosa, sexual y psicológica (todas ellas vinculadas al dinero) y también la violencia institucional con la que el dinero hace las leyes.

En 2019, neuro economistas de la Universidad de Zúrich publicaron el estudio "¿Moral o interés? ¿Cómo tomamos nuestras decisiones?" Sus conclusiones fueron claras: "La moral es lo primero... siempre que no haya dinero de por medio".

El centro de gravedad del mundo actual, el dinero, debe desplazarse para que el eje "ser humano como valor central" tome ese lugar. Pero no como ser humano prepotente que puede conducir al fascismo como lo precisaba Sartre en "El existencialismo es un humanismo", denunciando el culto de la humanidad del positivismo de Auguste Comte; sino un ser humano humilde, buscador, rebelde frente a la injusticia, altruista, compasivo, un ser humano que mira el futuro con confianza y optimismo.

En este contexto en lo cual queremos un mundo nuevo me remito a tres referencias:

1) El premio Nobel de Química Ilya Prigogine. En una entrevista sobre el tema de la mutación de la sociedad decía: "Las mutaciones van siempre precedidas de fluctuaciones que indican la complejidad de los fenómenos".
Más complejidad (hoy) = más fluctuaciones (hoy).
Evidentemente, seguimos en las fluctuaciones. ¿Cuándo llegará la mutación? ¡No me preguntan por favor cuando!...

2) El pensador francés Edgar Morin, en "La violencia del mundo" comentaba: "Estamos obligados a no continuar por el mismo camino y a imaginar un comienzo, pero la cuestión es saber cómo."
El propuso dos principios de esperanza en la desesperación:
1- la metamorfosis de la sociedad, (oruga que se convierte en mariposa, se autodestruye mientras se autoconstruye como nuevo ser: lo que podemos ver como una alegoría del cambio de forma mental para la especie humana).
2- la aparición de lo improbable, como ya ha ocurrido en la historia, acontecimientos que cambian el curso de la historia en una dirección favorable. Edgar Morin continúa diciendo: "Intentemos tener un poco de fe en lo improbable, pero también intentemos actuar a su favor".

3) Y me refiero a Silo, quien, en 2006, en una entrevista con el humanista colombiano Enrique Nassar, señaló su preocupación por las modificaciones psicosociales: "los comportamientos pueden ser modificados individualmente, pero a nivel colectivo, los sistemas de representación son demasiado variables. Sólo los mitos que traducen señales de los espacios profundos del ser humano pueden producir cambios profundos".
En otra ocasión dijo que se estaba formando actualmente un nuevo mito. No me preguntes qué mito, simplemente creo que cada uno de nosotros puede buscarlo en lo más profundo de su ser, en su conciencia.

En 2006 en Moscú, en un seminario científico organizado por el Centro Mundial de Estudios Humanistas, la doctora Olga Borisova dijo al final de su conferencia "Violencia y tolerancia": "Si cada uno de nosotros se esfuerza por establecer relaciones más tolerantes, en primer lugar, con su entorno inmediato, es posible que también a nivel del Estado se conviertan en un fenómeno frecuente métodos más civilizados de resolución de conflictos."

Entonces cada uno puede ser actor de este mundo nuevo al cual aspiramos. Es una buena transición para ver algunas dificultades significativas que nos impiden salir de la violencia.

Primera resistencia :

El prejuicio más incorporado como creencia es el que nos hace decir o pensar que la violencia es natural en el ser humano.

A pesar de que la OMS declarase en 2002 que la violencia se aprende y que no somos genéticamente violentos, a pesar de que la UNESCO ya lo había declarado en 1989 en el Manifiesto de Sevilla y que nosotros los humanistas lo venimos declarando desde 1981, esta creencia básica sigue presente. Este es un prejuicio de fondo, pero cada uno tiene sus propios prejuicios.

Todos los prejuicios producen respuesta y comportamiento. Entonces, es necesario ver los "a priori" que permiten justificar, legitimar y aplicar la violencia con la conciencia tranquila.

Segunda resistencia : la fuga

El neurobiólogo Henri Laborit, hace 45 años, desarrolló la idea de que la fuga es la salida más frecuente que adoptamos ante una realidad que nos supera. Para él, "la huida no es una cobardía, sino una respuesta a lo que está prohibido, a lo que es imposible, a lo que es peligroso.

Nosotros hablamos de "fuga de la conciencia", que lleva gradualmente a desconectarse de los sentimientos, de las ideas, de uno mismo, y a dejar de sentir compasión por los que sufren.

Por supuesto que el sistema actual ofrece muchas formas de fuga para permanecer en su forma actual. Existe "la violencia al cambio" y eso merece pararse y reflexionar sobre esta resistencia a la evolución.

La desconexión se traduce en una especie de actitud de indiferencia, con un rol que parece ser un valor en la sociedad actual... ¡Hacer como si no pasa nada!

Además, en un estado de desconexión, uno puede fácilmente obedecer ciegamente a leyes y ordenes violentas, como lo mostró la filósofa Hannah Arendt en su informe sobre la banalidad del mal : cualquier persona puede transformarse en el peor de los violentos, poniendo la responsabilidad en otros, por una fuga de su conciencia.

"Cuando vez que estas en la fuga, regresa a ti mismo", decía mi maestro. Cuando estas alterado en tu fuga, regresa a tu centro... ¡Eso funciona!

Tercera resistencia, en relación con la violencia que uno mismo genera.

Hay que admitir que es difícil reconocer que uno ha sido violento: "mi violencia es comprensible, es disculpable, la de los demás es inadmisibile". Al final, como decía Sartre, "el infierno son los demás".

Pero, la violencia que condeno en los demás existe en mí, sino no la veo (solo hablo de dientes cuando tengo dolor de dientes) : "Cada mundo al que aspiras, cada justicia que exiges, cada amor que buscas, cada ser humano que quieres seguir o destruir, está también en ti", escribe Silo en Humanizar la Tierra.

En otras palabras, cualquier violencia que condeno en otra persona también existe en mí y es por eso que la veo y la condeno. Cuando la violencia del otro atrae mi atención, es porque está en algún lugar de mí mismo y resuena como un eco. Si no, ¿por qué iba a reaccionar ante esta violencia y no ante esa otra? "uno puede ser anti racista, pero machista, eso puede ocurrir".

Veamos ahora algunas vías de respuesta... a investigar.

Constato que no puedo contribuir a salir de la violencia cuando estoy desconectado porque entonces no me doy cuenta de la violencia; ella no existe, es normal.

Pero tampoco puedo salir de la violencia cuando estoy sobre conectado a ella, porque en este caso tampoco la veo, sino que estoy tomado por ella, me he transformado en violencia. Me he transformado en violencia.

Sin embargo, desconectado o sobre conectado, la conciencia me envía señales de advertencia, a veces muy sutiles, pero están. La filósofa Simone Weil decía "La contradicción es lo que atrae el alma hacia la luz". Cuando estoy dividido entre lo que pienso, lo que siento y lo que hago, siento una contradicción que efectivamente es una señal que tengo que cambiar algo para ir hacia mas unidad interna.

El neurólogo Viktor Frankl dio una clave muy interesante cuando dijo: "La libertad del hombre consiste simplemente, únicamente en elegir entre dos posibilidades: escuchar a su conciencia o ignorar sus advertencias".

Cuántas veces, he escuchado mi voz interior decirme: "No hagas eso, no vayas allí, no dices eso", y hacerlo igual, para descubrir cada vez que debería haberme escuchado a mí mismo.

Otra pista que meditar:

Tenemos rechazo emocional e intelectual de la violencia; nos hace condenarla, y buscar soluciones para rechazarla. Sin embargo, el rechazo intelectual y emocional puede ser aleatorio, variable, y depender de varios factores que me hacen relativizar, minimizar, etc. : según mis intereses, mis creencias, mi estado de ánimo del momento, etc.

Hay un tipo de rechazo más efectivo: el visceral.

Cuando siento la violencia en mis entrañas, no sólo a nivel de ideas o emociones, no hay escapatoria, estoy atrapado en el cuerpo; es imposible escapar, fugar, la violencia me es físicamente insoportable.

Cuanto más profunda entra la violencia en mi intra-cuerpo, más fuerte es la respuesta de la conciencia para rechazarla. En un conflicto, siento que el agresor entra en mí; es una verdadera invasión. La sensación me penetra cada vez más profundamente. Mi cuerpo quiere rechazar la violencia como un veneno, como un intruso. Antes de que exista una noción moral, un mecanismo instintivo me hace rechazar esta violencia, en caso de rechazo visceral.

Siento la violencia que doy como si fuera yo quien la recibe, tomo conciencia del registro del dolor y del sufrimiento del otro ; me pongo en su lugar y seguir siendo violento se hace imposible, a menos que me desconecte completamente de la otra persona, como hemos visto.

Es fácil comprender el interés que el rechazo visceral representa en la sociedad.

Algunos dirán que las sensaciones del intra-cuerpo son involuntarias, que no podemos provocarlas. Pues sí, pero tendríamos que educarnos a atender a nuestras sensaciones cenestésicas, aprender a detectar los registros internos... ¡Todo un programa!

Avancemos...

Cuando permito que la violencia me toque, me penetra, la siento adentro y reconozco sus manifestaciones en la sociedad, en mi entorno, en mí mismo. Eso puede afectarme, paralizarme, hacerme sufrir, incluso hacerme reaccionar con violencia...

... a priori, es más doloroso que serle indiferente a ella, pero es la única elección que no es inhumana, la única que me hace ser solidario, sentir compasión y reaccionar a la violencia para erradicarla.

La cuestión es ¿Cómo puedo conectarme a la violencia sin sufrir, sin identificarme, para que incluso mi respuesta sea aún más eficaz y no una compensación a mi dolor personal por identificación?

Las herramientas de desarrollo atencional van en este sentido y me dan la capacidad de darme cuenta de mi desconexión, o a la inversa, de mi sobre conexión con la violencia, cuando estoy a flor de piel, atrapado por la ira, etc. En este caso no se trata de conectar sino de desconectar, de desenchufar.

El trabajo de reversibilidad de la conciencia conocido como "consciencia de sí" consiste ir hacia el mundo y no al revés como casi siempre nos ocurre: el mundo se nos impone, las cosas nos suceden. Aquí se trata de ir hacia...

Es una mirada que me permite poner distancia con el mundo, con mis pensamientos y emociones, mis creencias, mis juicios de valor, mis miedos, mis frustraciones, mis resentimientos, mis deseos de venganza, es decir, tomar distancia con lo que puede terminar en violencia y destrucción.

Nadie puede imponer o prohibir la "consciencia de sí", con ella estoy frente a mí mismo, sin trampa ni artificio, frente a mis necesidades y a mis elecciones. ¡Soy libre de ser libre! Es un acto de libertad absoluta con la más grande repercusión a nivel colectivo.

Sin duda que los seres humanos de este mundo nuevo al cual aspiramos deberán tener o desarrollar esa mirada; ¡una mirada nueva por un mundo nuevo!

Este tema fundamental está explicado en el libro "Autoliberación" de Luis Alberto Ammann, al que aprovecho para dar un homenaje. Este gran amigo partió recién por otro espacio, ese gran humanista fue, es y sin duda será una referencia por las generaciones futuras.

Con este agradecimiento a Luis, termino mi presentación.