

308913 28
24.



UNIVERSIDAD PANAMERICANA

FACULTAD DE FILOSOFIA

CON ESTUDIOS INCORPORADOS A LA
UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO

PSICOTERAPIA Y MORAL

T E S I N A

PARA OBTENER EL TITULO DE
LICENCIADO EN FILOSOFIA
P R E S E N T A
JUAN MANUEL AARON SIERRA GARCIA

DIRECTORA DE TESINA:
DRA. CLAUDIA MARQUEZ PEMARTIN

MEXICO, D. F.

1997

TESIS CON
FALLA DE ORIGEN



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

INDICE

	pgs.
INTRODUCCION	I
I. PSICOTERAPIA	
1. Definición y finalidad	1
2. Métodos en general	5
2.1. Métodos de sugestión	5
2.2. Métodos de Ejercitación	6
2.3. Métodos que se fundamentan en la participación directa del paciente	7
3. Métodos psicoterapéuticos en particular	10
3.1. Terapia racional-emotiva	10
3.2. Teoría del refuerzo y terapia psicoanalítica	11
3.3. Psicoterapia por inhibición recíproca	14
3.4. Terapia Gestalt	16
3.5. Terapia centrada en el cliente	19
3.6. Logoterapia	21
4. Síntesis psicoterapéutica	23
4.1. Factores dinámicos	26
4.2. Factores existenciales	28
4.3. Factores espirituales	31
4.4. Factores volitivos	33
II ETICA	
1. Definición	36
2. Finalidad	39
3. Moral Tomista	39
3.1. Persona humana	40
3.2. Fin último del hombre	43
3.3. La ley	47
3.4. El desarrollo moral	49
CONCLUSIONES	63
BIBLIOGRAFIA	66

INTRODUCCION.

Si tratamos a los hombres
tal y como son, los haremos
peor de lo que son. En cambio,
si los tratamos como si fuesen
lo que debieran ser, los llevaremos
allí donde tienen que ser llevados.

Goethe.

Hoy día, dentro de todo el admirable desarrollo tecnológico que observamos y experimentamos, y dentro de todas las promesas, no cumplidas, de la era de la razón, del modernismo, percibimos también que nada o casi nada de este gran avance ha servido para aliviar el gran sufrimiento que experimenta el ser humano, sobre todo este sufrimiento interior, solitario, muchas veces inexpresable en ideas y conceptos pero evidente por las acciones del hombre, que nos muestran un crecimiento preocupante de problemas de alcoholismo, drogadicción, violencia, incremento en los divorcios y maltrato a los niños, etc. Con esto sólo se hace evidente que el hombre ha perdido el camino o el fin que más íntimamente anhela. ¡ Ser feliz!

Es un hecho, que muchos seres humanos de nuestro tiempo resignadamente aceptan sus esperanzas frustradas y sus sueños rotos, viven aburridos de la vida, y la posibilidad de vivir plenamente, así como la gloriosa oportunidad de reír y amar, significa muy poco para ellos. "La Organización de Salud de la ONU ha señalado un tipo de desequilibrio como el mayor problema

de salud del mundo: la depresión."¹.

La mayoría de libros que se venden hoy día en las librerías ofrecen la posibilidad de alcanzar la felicidad, la paz interior, la capacidad de vivir en plenitud, etc. El hombre no puede apagar su deseo de felicidad, de perfección, que es más fuerte que sus fracasos y desilusiones.

El problema de los hombres de esta época es que somos herederos de muchas falsas y erróneas ideas; de ideologías y corrientes filosóficas que se han desligado de la realidad, queriéndose sustentar en sí mismas o en el puro pensamiento autónomo, consiguiendo con ello conducirnos a actitudes de vida irreales, alienantes, que no sólo han roto los sueños del hombre moderno, sino al mismo hombre.

Ante esta perspectiva y partiendo de un humanismo deshumanizante que ha querido constituir al hombre en principio y fin de sí mismo, y al querer autonombrarse amo y señor del mundo, se ha convertido en esclavo de sus propias miserias y limitaciones. Con ello ha transformado su mundo en un lugar de dolor, dolor que amarga y no dolor que purifica, de sufrimiento que retrae y limita y no de sufrimiento que enseña y hace rectificar el camino.

En el tiempo actual cegados por el rencor y la amargura de la soberbia, en lugar de retornar humildemente a la realidad, al reconocimiento objetivo, veraz y respetuoso de su propia naturaleza, de su ser inteligente, libre y responsable, unido a los demás por lazos que nacen de su propia esencia, de su llamada a la trascendencia, se aferra a sus propios métodos: uno de ellos, la psicoterapia.

¹ POWELL, John. Plenamente humano plenamente vivo. Ed. Centro de reflexió teològica. Mèxico, D.F. 1989. p.22

Con esto no quiero afirmar que la psicoterapia sea algo inválido o inútil y falso, - aunque existen corrientes muy limitadas y empobrecidas, en base a una idea del hombre que poco se acerca a la verdad-, sino que a veces, como método para lograr la armonía psicológica o corregir los desajustes afectivos, no es muchas veces suficiente para brindarle al hombre lo que éste desea.

La práctica de la psicoterapia cada día se extiende más, y es muy probable que siga creciendo, ya que en la misma medida en que el hombre se aleja de una vida de recta moral y de su dimensión religiosa, en donde los sacerdotes y guías espirituales ayudaban a resolver los conflictos emocionales y existenciales, más buscará en las ciencias experimentales la respuestas a sus angustiadas preguntas.

Es verdad, que por un lado el auge de la psicoterapia se ha incrementado y cada vez es más común y aceptado acudir a un psicoterapeuta; es más, casi podría afirmar que se ha convertido en una moda. Por otra parte es evidente también, que en nuestros días la psicoterapia ha tenido grandes avances tanto en lo cuantitativo como en lo cualitativo, ya que desde sus inicios, con el psicoanálisis de Freud propiamente, han surgido muchas más corrientes, como el conductismo, la gestalt, la psicoterapia existencial, que son escuelas que se han convertido en troncos de los cuales han surgido otras ramas, que son teorías psicoterapéuticas que se originan en una o varias de aquellas escuelas, como la terapia racional-emotiva, análisis transaccional, el personalismo de Carl Rogers, etc. En efecto han llegado al descubrimiento de muchos aspectos u obstáculos que condicionan al ser humano, a veces de un modo leve otras de una manera grave, y le impiden su desarrollo y plenitud. Por lo cual, en muchos casos, se han convertido en técnicas que mejoran al

hombre y sus relaciones, y lo conducen a un mejor desenvolvimiento de sus pensamientos, actitudes y su forma de vida.

El hecho de que estas corrientes psicoterapéuticas participen de una porción de la verdad más o menos amplia según se adecúen y acepten la realidad de la persona humana, las hace necesarias y valiosas.

Sin embargo, por haber nacido algunas de estas teorías psicoterapéuticas, del tratamiento y estudio de personas desajustadas emocional y psicológicamente, llegaron a concluir, en muchos casos, visiones del hombre limitadas y torcidas, con las cuales, al generalizarlas en el tratamiento a todo ser humano, se desfiguró su imagen y condujo a afirmaciones equivocadas que no quedaron solamente en el plano teórico, sino que al tratar a los individuos humanos desde esta perspectiva, los disminuyó y condujo a justificar mucho de la miseria humana.

También, por el estudio con el método experimental y fenomenológico de las personas humanas, se propició que muchas de estas corrientes se quedaran en aspectos parciales del hombre sin comprenderlas como expresiones diversas de un ser uno, resaltando más un aspecto particular que otros, y en muchos casos reduciendo a la persona a uno de esos elementos que más sobresalía o interesaba al investigar. Esto condujo a concluir en apreciaciones falsas, y no tanto por no aceptar la realidad, sino más bien debido a que partiendo de un aspecto particular verdadero concluían que su generalización también lo era. Con esto, se consideraba y se fortalecía tanto cada una de estas particularidades de la realidad humana que después era casi imposible integrarlas en su unidad.

Por todo lo anterior, los mismos psicoterapeutas, con una actitud crítica frente a su propia tarea y responsabilidad han planteado la necesidad de un marco de referencia o una guía que les permita dar unidad y sentido a las diversas corrientes, reconociendo la necesidad de buscar fuera de la psicoterapia misma esta posibilidad, como lo expresa un reconocido psicoterapeuta mexicano al afirmar: "..., una comprensión cabal de lo que el hombre es sustancial y realmente. Una unidad operativa existencial. Más todavía, la misma ciencia psicológica necesita un paradigma unificado para conceptualizar al hombre y transmitirlo a todos sus campos de aplicación."^{II}.

Ahora bien, la psicología o la psicoterapia por sí mismas y debido a su método de conocimiento, no pueden darse esa idea paradigmática del ser humano, por tanto deben buscarlo en otro tipo de ciencia que si pueda hacerlo, y yo propongo a la Etica para tal cometido; porque la Etica tiene también una finalidad práctica como la psicoterapia, pero por su fundamentación, en la Metafísica y la Antropología filosófica, posee una perspectiva más completa y universal de la naturaleza humana y su finalidad. Por todo ello, considero que la Etica no sólo tendría que regir a la psicoterapia sino a toda ciencia práctica que se refiera al hombre, porque este tipo de ciencias por lo particular e inmediato de su objeto de estudio es fácil que pierdan el sentido de totalidad y por eso también de su finalidad total, que es servir al hombre.

Por esta razón, mi pretensión es tratar de demostrar la necesidad de la Etica para dirigir, limitar y dar unidad a la tarea de la psicoterapia. Porque esta ciencia filosófica nos dice como el hombre debe ser, pero no de una manera arbitraria o racionalista , sino que plantea un deber ser sustentado en la misma naturaleza del ser humano. Para ello me apoyaré en la moral de Tomás de Aquino filósofo y teólogo que, con una gran claridad y verdad, conoció la naturaleza humana en toda su

^{II} NIETO_CARDOSO, Ezequiel. Psicoterapia. (Principio y Técnicas). Ed. PAX. México D.F. 1994 p. 3.

dimensión. Es también la Ética la ciencia que ofrece con mayor realidad en donde se encuentra la felicidad humana -fin último del hombre-, y por eso puede dirigir y ofrecer al hombre de hoy una mejor claridad en la finalidad de su existencia. Este hombre de hoy sintomáticamente tan reacio a los planteamientos morales, si no en lo teórico si en la práctica, conduciendolo a una mayor desintegración de su propia persona, y por tanto, a un creciente sufrimiento.

Es innegable que los avances de la psicoterapia han conducido a un mayor conocimiento del sí mismo de la persona humana, planteamiento fundamental de la sabiduría socrática, y con ello ha prestado una gran ayuda para el desarrollo de la vida moral. Por eso es importante hacer notar, y esta es otra de mis pretensiones, la importancia y ayuda que la psicoterapia ha proporcionado a la Ética para el mejor desempeño en la dirección de la vida del individuo humano, que como tal, vive inmerso en una serie de circunstancias que lo limitan y condicionan. Conocer, aceptar y eliminar éstas dificultades posibilitan el desarrollo perfectible que el ser humano posee en sí mismo, y que consiste en que, de modo actual, cumpla con su propia naturaleza y actualice en plenitud sus potencialidades. Es decir, que pueda vivir plenamente de una manera consciente y libre, realizando lo más permanentemente posible actos humanos. En otras palabras, alcanzar la vida virtuosa que es lo que lo conducirá a la felicidad.

Para esto, en primer lugar plantearé lo que son, la finalidad y los límites de los métodos psicoterapéuticos, para concluir con una síntesis de la persona humana desde la perspectiva de los obstáculos a vencer para que ésta alcance su plenitud desde el punto de vista de la psicoterapia.

VII

Después plantearé qué es y cuál es la finalidad de la Etica o Moral, para considerar posteriormente lo que la moral tomista afirma de la persona humana y su finalidad, expresando en que consiste el desarrollo moral del ser humano individual.

Por último, concluiré con las relaciones que se dan entre la moral y la psicoterapia, y como desde su propio campo y manteniendo y respetando sus propias finalidades no se contraponen sino que mutuamente se auxilian, en la medida en que ambas parten de la verdadera naturaleza del ser humano, puesto que la verdad es una y aunque cada uno tenga su propia perspectiva pueden más integrarse que contraponerse.

I.- PSICOTERAPIA.

I.- DEFINICION Y FINALIDAD.

Como toda ciencia (práctica) que estudia al hombre, la Psicología, tiene una parte teórica y una parte práctica. En lo que se refiere a la parte teórica su cometido es describir y explicar los fenómenos y las leyes que los rigen, de este modo, se satisface el deseo innato de saber que el hombre posee; en este sentido toda ciencia es un saber por saber, un saber desinteresado. En cambio, bajo su aspecto práctico, es decir, como psicoterapia, su saber tiene un interés más utilitario, consistente en la aplicación de los conocimientos adquiridos por la ciencia con el fin de lograr su objetivo de la manera más eficaz posible.

Así pues, de una manera general, podemos considerar a la psicoterapia, tal como la define Nieto-Cardoso : "...es un campo definido de acción dentro de la psicología. La psicología es el estudio científico del comportamiento de los organismos vivos; por ello, sus límites se extienden a todos los aspectos del comportamiento animal, humano, físico y mental, instintivo e intencional, normal y anormal, individual y social. La psicoterapia, expresada en forma amplia, aborda sólo el comportamiento humano en sus manifestaciones físicas y mentales, instintivas e intencionales, individuales y sociales, bien sean éstas normales o anormales, aplicando en cada caso técnicas específicas de intervención terapéutica."¹.

Sin embargo, en una definición más concreta, podemos observar que existen dos aspectos del trabajo psicoterapéutico; uno que tiene más de orientación psicológica y el otro que es propiamente el de la psicoterapia. En lo que se refiere al primero, que es la orientación psicológica,

¹ NIETO-CARDOSO, Ezequiel. Psicoterapia .(principios y técnicas) Ed. PAX Mexico, D.F. 1994. p. 1.

se encuentra más acorde con la educación o el desarrollo de la vocación humana en el individuo; porque lo que realiza o en donde pone el énfasis es en la actualización del potencial creativo y constructivo de la persona, ya que su comportamiento, en general, podría decirse que es normal, o por lo menos sus actitudes no son gravemente disfuncionales ni alteradas. Tampoco presenta una conducta destructiva ni para sí mismo ni para los demás. En cuanto al segundo aspecto, o, propiamente hablando, el de la psicoterapia, va a tratar de corregir el comportamiento humano en cuanto que éste es moderadamente (neurótico) o gravemente (psicótico) inapropiado, es decir, tratará, con la ayuda de algunas técnicas, de remediar las actitudes conductuales desordenadas que provocan desajustes en sí mismos o en los demás. O sea que lo que va a intentar, en la medida de posible, es lograr los cambios emocionales, cognitivos y de comportamiento en el paciente, para aliviarlo de los problemas o sufrimientos que lo perturban. Para ello, se tratará de apoyar en la cooperación que el paciente pueda, aún dentro de sus limitaciones, proporcionar.

En este sentido, Karl Jaspers define a la psicoterapia como: "...el conjunto de todos los métodos de tratamiento que influyen sobre el alma o sobre el cuerpo por medios dirigidos al alma. Exige todo el concurso de la voluntad del enfermo, ya preparada al efecto. La psicoterapia halla su campo en la multitud de psicópatas y de quienes padecen leves trastornos psíquicos, en todos aquellos que se sienten enfermos y sufren como consecuencia de sus estados anímicos, y casi siempre también en las enfermedades del cuerpo, que tan frecuentemente se complican con síntomas nerviosos, frente a los cuales la personalidad debe tomar posición en el ámbito interior."²

² JASPERS, Karl. Esencia y crítica de la psicoterapia. Ed. Compañía General Fabril Editora. Colec. Experiencia. Argentina. 1966. p.11

También es innegable, en lo que se refiere a la definición de la psicoterapia, que se pueden encontrar muchas y muy variadas, dependiendo de los campos en que se aplican: la medicina, la psicología clínica, el trabajo social, la educación o el servicio pastoral de los sacerdotes o de los ministros de culto. Debido a que cada uno de estos trabajos se interesa por algún aspecto específico, se originan también diferentes teorías y técnicas apropiadas para cada una de estas profesiones. "Los enfoques teóricos de la psicoterapia se pueden clasificar en cuatro rubros amplios:

1. Biológicos, por ejemplo, las terapias somáticas como la farmacoterapia, la electroconvulsiva, la psicocirugía.
2. Psicológicos, como las terapias psicoanalíticas, las terapias conductuales o behavioristas, las terapias humanistas fenomenológicas, la terapia gestáltica, la hipnoterapia.
3. Sociológicos, por ejemplo, terapias de grupo, el psicodrama, las terapias de pareja y familia, el análisis transaccional, la terapia ecológica.
4. Filosófico, meditación trascendental, las terapias existenciales, el budismo Zen en la Yoga, la terapia religiosa."³

FINALIDAD.

Como toda ciencia práctica o técnica, su finalidad se desprende de su misma definición. Pero aparte de su finalidad primera y propia, tiene también, aunque de modo secundario e impropio, otra finalidad que consiste en el aprendizaje y la investigación. Mas no debe cambiarse el orden porque se perdería el principal objetivo que se pretende. Esto sería más grave en la

³ NIETO-CARDOSO, Ezequiel. Op. Cit. p. 4.

psicoterapia ya que trata con personas humanas que tienen un valor y dignidad en sí mismas y no pueden ser reducidas a meros objetos de investigación y manipulación. De caerse en este error se renunciaría a ayudar al desarrollo de la persona. Una vez asentado lo anterior, podemos afirmar que la psicoterapia tiene como finalidad, que una persona específicamente preparada para ello, con un método propio y contando, en la medida de lo posible, con la voluntad del paciente, intentar eliminar, modificar o aminorar los problemas que éste arrastra. El modo específico de hacerlo es actuando sobre los esquemas perturbadores para promover un crecimiento o desarrollo positivo de la personalidad del individuo.

Tenemos que tomar en cuenta también que, debido a la gran fecundidad y complejidad del ser humano y de su comportamiento, no es conveniente cerrarse en un sólo método o técnica psicoterapéutica, ya que cada uno de los métodos tienen su propia riqueza y pueden cooperar en el mejoramiento de la conducta de la persona que lo necesita. También puede permitimos conocer de una manera más completa la naturaleza humana. Procurando evitar quedarse en un eclecticismo contradictorio. Con ello cada corriente de psicoterapia puede mejorar su propio método o técnica de trabajo y avanzar, también, en su investigación. Por todo lo anterior es importante que el psicoterapeuta posea una actitud abierta frente a otras técnicas, sin minimizar, sin descalificar ni desconocer la eficacia, la validez o la riqueza de los otros métodos que son diferentes al suyo. Pero también debe procurar que compaginen con el propio método y que cumplan con las condiciones científicas necesarias. Que estén bien fundamentados en la realidad para que sea válidos y útiles más que dañinos y perjudiciales.

2.- METODOS EN GENERAL.

En lo que se refiere a los métodos o técnicas psicoterapéuticas los trataré primero de una manera general, tal como lo hace K. Jaspers en su libro de psicoterapia ⁴; para exponer después algunos métodos o técnicas particulares que utilizan algunas teorías psicoterapéuticas, teniendo en cuenta que éstas son muchas y muy variadas, aún dentro de una misma corriente.

2.1 METODOS DE SUGESTION.

Los métodos sugestivos consisten en convencer al paciente a través de imágenes o acciones de su conducta equivocada. Estos métodos han sido bastante aplicados desde la antigüedad y se siguen aplicando hoy día en muchas regiones de nuestro país por ejemplo, en las "limpias" o en los trabajos que realizan los curanderos. Están fundamentados principalmente en la "fé" o en la "creencia" de las personas. En este sentido, es necesaria la aceptación de la existencia de la realidad espiritual, ya que de no ser así, es poco probable que éstos métodos tengan eficacia. En éste aspecto del método tiene más un carácter precientífico. Sin embargo, como técnicas de psicoterapia tienen más rigor en su aplicación. Sus objetivos son bastante precisos: eliminar algunos síntomas anormales, quitar adicciones, hacer desaparecer molestias corporales y resolver problemas de insomnio. La efectividad de este método ,sea producido en estado hipnótico o en estado de vigilia, va a depender en primer lugar, de la fuerza de persuasión de las imágenes presentadas al paciente; en segundo lugar, de la personalidad del terapeuta que sugestiona, y que depende de sus conocimientos, de la fuerza de voluntad y de la impresión que cause al paciente; por último, se debe a la disponibilidad y apertura de la persona que va a ser sugestionada.

⁴ JASPERS, Karl. Op. Cit. pgs. 13-20.

Otro de los métodos sugestivos es el psicoanálisis. Se utiliza para eliminar síntomas dolorosos o neuróticos debidos a algunas vivencias del pasado, sobre todo de la etapa infantil. Consiste en abrir la fuente de donde surgen esos efectos, o abreacción. "..., debe conducirse de algún modo a los efectos, fuente de esos males, a la abreacción. Este tratamiento psicoanalítico fue convertido en método por Breuer y Freud, si se reconoce el principio que lo fundamenta..."⁵. El modo de llevarse a cabo consiste en que el paciente vaya diciendo todo lo que se le viene a la mente y sólo se le ayuda cuando ha evitado o ha dejado de lado algo esencial. Para que se pueda llevar a cabo esta tarea es necesario mostrarle comprensión y no se le hacen juicios morales; esta actitud produce gran alivio en el paciente y lo ayuda a liberarse de un gran peso. Muchas veces puede también ayudar a hacer conscientes vivencias que habían sido completamente olvidadas y que eran causantes de algunos dolores corporales o de conductas distorsionadas.

2.2 METODOS DE EJERCITACION.

Tomando en cuenta que el hombre es una unidad sustancial de cuerpo y alma, todo lo que sucede en el alma y que es propio de ella, repercute sobre el cuerpo; así mismo, lo que acontece al cuerpo también afecta al alma, de ahí la influencia de éstos métodos psicoterapéuticos. Por lo general, éstos métodos se basan en la regularidad y perseverancia, así como en el orden con que el paciente trabaje. Influyen de un modo indirecto sobre los estados de ánimo de la persona y de esta manera logran los cambios deseados en las actitudes anímicas. En primer lugar se encuentra la gimnasia. Consiste en una serie de ejercicios corporales que influyen sobre la parte orgánica de la persona y a través de ella repercute sobre la vida psíquica inconsciente y sobre las disposiciones involuntarias principalmente; sobre la vida voluntaria y consciente también lo hará, pero de una

⁵ JASPERS, Karl. Op. cit. p.13

manera muy limitada. Así pues, es con ejercicios corporales como se intenta transformar algunos aspectos de la vida anímica inconsciente.

Como complemento y auxiliares de la gimnasia se encuentran los ejercicios de relajación y de distensión muscular. Parte fundamental de los anteriores métodos de ejercitación es la técnica de respiración que debe llegar a realizarse de un modo consciente y completo.

En segundo lugar se encuentra el método del "trainig autógeno", que fué desarrollado por J.H. Schults. Consiste en tratar de modificar el estado de consciencia para que así la voluntad influya sobre la propia vida corporal y anímica; y por la autosugestión, lograda por concentración, obtener la distensión corporal y la relajación.

2.3. METODOS QUE SE FUNDAN EN LA PARTICIPACION DIRECTA DEL PACIENTE.

La base de estos métodos se encuentra en el trabajo que realiza el propio paciente, porque el tomará las decisiones que él considere pertinentes según los juicios y conclusiones que haya logrado, auxiliado por el psicoterapeuta. Estos métodos se fundamentan más en el sujeto que en las reglas o las técnicas. Implican un mayor desarrollo y capacitación en la persona que auxilia, que debe poseer más habilidades y claridad para guiar al paciente a un, cada vez más pleno, conocimiento de sí mismo y a ubicar con mayor exactitud la causa de sus problemas.

Una primera técnica de este método consiste en que el psicoterapeuta explique al paciente el comportamiento y las fases del desajuste psíquico que lo aqueja y cuales son las causas de su

enfermedad, para que elimine algunos falsos temores que lo angustian, y en la medida de lo posible, que evite los estímulos externos o ambientales así como los internos que influyen sobre sus problemas de conducta. También para que se libere de algunas falsas culpabilidades que lo agobian.

La segunda de estas técnicas es el método de persuasión, que intenta principalmente convencer al paciente de sus actitudes erróneas con bases demostradas y fundamentadas en la evidencia. Ello partiendo de la propia jerarquía de valores, de la visión de la vida y de la realidad del enfermo.

La tercera de estas técnicas tiene la característica de estar más dirigida a la voluntad. Lo que intenta es conducir al paciente para que por un esfuerzo de voluntad alcance un objetivo o logre una meta propuesta. En otros casos, por el contrario, lo que se busca es que la voluntad no se imponga con demasiada rigidez o de manera exagerada y caiga en la represión. En este sentido, hay algunos fenómenos que pueden ser accesibles a la consciencia del paciente -como las actitudes obsesivas- y sobre ellos es posible que pueda aplicarse un autodomínio; pero, en cambio, hay otros que no son tan obvios, como el caso de las culpabilidades irreales, que provocan o rigen a la conciencia escrupulosa; y sobre los cuales quizá lo mejor sea dejarlos pasar y no prestarles una atención excesiva.

Por otra parte, a partir de Freud, sabemos que nuestra vida consciente abarca sólo una pequeña parte del enorme y profundo ámbito del dominio de lo infraconsciente y lo extraconsciente. "De este mundo interior, hemos dado particular atención a la dimensión inconsciente por su influjo sobre el comportamiento en general (como Freud ya evidenció),..."⁶.

⁶ CENCINI, Amadeo. Maneti, Alejandro. Psicología y formación. (estructuras y dinámismos). Ed. Publicaciones Paulinas S.A. de C.V. México, D.F. 1985. p. VII.

Por eso la autoeducación consistirá sobre todo en ampliar y extender la vida consciente sobre los campos del subconsciente e inconsciente para liberar, orientar y contener sus efectos. Por todo lo anterior y dependiendo de las condiciones en las que se encuentre el paciente, pueden, entonces, seguirse vías opuestas. En un caso y frente a las inhibiciones o influjos que nacen de principios de orden convencional, lo mejor sería entregarlos a la inconsciencia, como en el caso de las funciones orgánicas, las buenas costumbres y en algunos momentos los instintos y los sentimientos que se van desarrollando en la inconsciencia- como por ejemplo, la sexualidad en el niño-. En otros casos hay que buscar que la voluntad se oponga a inhibiciones o represiones que conducen a ampliar o a acrecentar el campo de lo inconsciente debido a causas externas que sólo provocarían desequilibrios en las personas.

También es muy común, por desgracia demasiado, que las personas se opongan a su propio inconsciente. Es difícil que los pacientes se lleguen a identificar con él, con sus instintos y sus sentimientos. Por eso, para que el psicoterapeuta pueda verdaderamente influir sobre el paciente con buenos resultados es fundamental que realice un diagnóstico lo más preciso posible, de cada caso particular de la oposición de la persona a su propio inconsciente. Los que acuden al especialista es porque han descubierto y aceptado que en su inconsciente se da una situación confusa, insegura e inestable. Son personas que se han convertido en enemigas de sí mismas, de su inconsciente y se encuentran a punto de estallar.

En general, para que cualquier método psicoterapéutico funcione, ya sea para enseñar o aconsejar al paciente sobre sus concepciones sobre sí mismo, del mundo, de la vida y de los demás, lo importante es que él esté de acuerdo y asuma sus propias afirmaciones y negaciones. Porque lo importante no es que conozca o sepa los sucesos y actitudes equivocadas que existen, sino que los reconozca y acepte como suyos al descubrirlos tal y como se presentan en él. Es de

gran importancia que el individuo que va en busca de ayuda, asuma totalmente la responsabilidad de lo que acepta y rechaza, porque, finalmente, la decisión personal es la causa de la propia vida, sobre todo en el aspecto afectivo; ya que ningún psicoterapeuta u otra persona puede hacerlo por él.

3. METODOS PSICOTERAPEUTICOS EN PARTICULAR.

Después de que he escrito sobre los métodos psicoterapéuticos en general voy a hacerlo ahora sobre algunos métodos en particular. Para eso quiero aclarar que si he elegido los siguientes métodos -que pongo más adelante- no es porque sean los mejores o los únicos, sino más bien porque son los que más se practican. También quiero aclarar que dentro de estas diversas corrientes psicoterapéuticas que aquí trato, hay distintos representantes y enfoques. Por ejemplo, dentro del psicoanálisis hay distintas corrientes pero sólo pondré una de ellas. Además, trataré de exponer con brevedad y quizá por ello sin mucha exactitud, ya que este no es un trabajo exhaustivo ni de análisis, las siguientes escuelas: la terapia racional-emotiva de Albert Ellis; la teoría del refuerzo y terapia psicoanalítica de Jhon Dollard y Neal Miller; la psicoterapia por inhibición recíproca (de corte conductista) de Joseph Wolpe; la psicoterapia gestalista de Fredrich S. Perls; la terapia centrada en el cliente de Carl R. Rogers; por último, la logoterapia de Viktor Frankl.

3.1. TERAPIA RACIONAL-EMOTIVA.

De manera principal la terapia racional-emotiva usa la técnica de enseñanza activa y directiva. La tarea del psicoterapeuta es hacerle notar al paciente lo irracional de su trastorno y de las autocríticas que lo fomentan. "..., los terapeutas racionales emotivos afrontan y discuten las

creencias creadoras de los trastornos de las personas, en forma mucho más activa y enérgica... Claramente hacen ver a sus pacientes que sus filosofías son irracionales y contraproducentes, les explican cómo éstas crean trastornos emocionales, les enseñan el modo de atacarlas en los terrenos lógicos y empíricos, y, por último, les instruyen sobre la forma de desecharlas..., ayudan asimismo a sus pacientes a desarraigar sus irracionalidades obligándolos a hacer ejercicios emotivos y asignándoles tareas que sirven para destruir sus ideas rígidamente sostenidas."⁷

La psicoterapia racional-emotiva busca desarmar la posición ilógica del paciente de dos modos: a) cuando el terapeuta niega y contradice de manera objetiva y sin juicios de valor sobre la persona, las ideas y juicios autodestructivos, así como las supersticiones que el paciente aprendió en su infancia a dirigirse a sí mismo y todavía se dirige. b) Puede hacerlo también, animando y alabando al paciente e incluso, en algunas ocasiones, le insiste para que comience a hacer alguna actividad (sobre todo las que le atemoriza llevar a cabo), para que se convenza por sí mismo de la falsedad de sus creencias.

3.2. TEORIA DEL REFUERZO Y TERAPIA PSICOANALITICA.

El método utilizado por Dollard y Miller no está claramente determinado, ya que usan varias técnicas propias de la psicoterapia del psicoanálisis; sin embargo aunque se aplican entremezcladas, las estudiaremos por separado.

⁷ ELLIS, Albert-ABRAHMS, Elliot. Terapia racional-emotiva. Ed. PAX. México, D.F. 1980. pgs. 63y 64.

PERMISIVIDAD.

Consiste en dejar hablar al paciente siempre que lo quiera y el terapeuta lo escucha con atención, sin alterarse y sin criticarlo. Logrando con ello que sienta confianza y que pierda el temor. Dentro de este ambiente permisivo los contenidos reprimidos van aflorando y con ello extinguiéndose poco a poco. Sin esto no sería posible la terapia. Lo que se intenta es eliminar la represión que ejerce la mente y no justificar actos incorrectos e injustos. Proponiéndole también al paciente que sus decisiones importantes las realice cuando se encuentre ya libre de sus influencias neuróticas.

ASOCIACION LIBRE.

Las reglas de esta técnica es que los pacientes hablen sin la inhibición ni la censura que utilizan en sus conversaciones cotidianas. Tampoco implica que tenga lógica ni coherencia sus palabras. Sólo tiene que expresar verbalmente todo lo que se le venga a la mente de manera inmediata y sin reservas. Toda esta información debe ser dada por el paciente voluntariamente aunque sienta temor de hacerlo, ya que de otra manera corre el riesgo de quedarse aprisionado en sus hábitos neuróticos. Con todo esto lo que se intenta es una gradual liberación de la represión, buscando rescatar las experiencias olvidadas, los sucesos, frases y antiguas emociones reprimidas.

VERBALIZACIONES RECOMPENSADAS.

Es importante recompensar al paciente por su apertura y su expresión aun a pesar de su temor y angustia vivida en esos momentos. Para lograr fijar esta conducta que le facilitará y le hará

progresar en el descubrimiento de lo que ha reprimido. Permitirle, con paciencia, sus catarsis o expresiones emotivas reprimidas. Recordando lo que ha dicho con anterioridad. Manteniéndose ecuanime frente a una importante revelación ante la que el paciente se avergüenza o le produce angustia; también se le puede recompensar a través de palabras de aliento o de simpatía. El terapeuta no hará preguntas ni juicios definitivos, a lo más podrá dar sugerencias de las posibles consecuencias de algunos de sus actos y en relación con otras realidades. "Estas recompensas por expresar verbalmente y con miedo frases antes prohibidas, en lugar de castigar por ellas conducen directamente al paciente a la extinción del miedo. Sin embargo, no debe extinguirse el miedo de los peligros reales, ni al castigo por conductas antisociales."⁸.

TRANSFERENCIA.

Junto con la asociación libre, la transferencia le sirve al psicoterapeuta para conocer, aunque de un modo indirecto, la situación en la que se encuentra el paciente. Aquí el terapeuta sirve como blanco de las proyecciones de las relaciones del paciente con las figuras de autoridad. En este contacto, el que funge como figura de autoridad tiene que permanecer lo más neutral posible para permitirle a la persona en tratamiento hablar de cosas que le angustian y que le eran prohibidas. Con la actitud permisiva del psicoterapeuta el paciente ira perdiendo el temor generalizado a ser rechazado por lo que expresa, asimismo podrá romper las barreras que le impedian expresar sus emociones y que cuando aparecen se dirigen directamente al terapeuta.

Cuando el enfermo llegue a detener su proceso psicoterapéutico debido a las reacciones de la transferencia, le compete al terapeuta superar esos obstáculos. A veces hay que indicarle al

⁸ PATTERSON, C.H. Psicoterapia y Teoría del Counseling. Ed. Descleé de Brouwer. Bib. de psicología #6 Bilbao, España. 1978. p. 144.

paciente que lo está utilizando como pretexto para evadirse y debe animarlo a continuar. Para esto es muy importante que el terapeuta comprenda que estas reacciones no son voluntarias de parte del paciente, porque si no podrá confundirlo y provocar en él un sentimiento de injusticia. Lo importante es que el psicoterapeuta le muestre que las respuestas de transferencia no tienen justificación objetiva al dirigirse a su propia persona, y para ello debe, el paciente, descubrir el origen de esa actitud y contra que persona la dirige. Las transferencias son aprendidas en el desarrollo de la vida del paciente y cuándo se hace notar la falta de realismo en las respuestas queda y cómo se convierten en obstáculos para la terapia, ésta continúa y progresa.

ENSEÑANZA DE LA CAPACIDAD DISCRIMINATIVA.

"La discriminación es la asignación de diferentes nombres a patrones estímulares que son realmente diferentes. El terapeuta le enseña de varias maneras al paciente a saber discriminar. Una de ellas es llamarle la atención sobre ciertos problemas con el propósito de evocarle nuevas discriminaciones, dejando que el propio paciente examine el problema. Es un método de enseñanza similar al socrático."⁹.

3.3 PSICOTERAPIA POR INHIBICION RECIPROCA.

Este es fundamentalmente un método conductista y por tanto buscará solucionar los problemas de las personas desequilibradas por reaprendizaje y condicionamiento.

DESENSIBILIZACION SISTEMATICA.

Esta técnica se utiliza para eliminar la ansiedad neurótica. Lo primero que tiene que lograrse es la inhibición fisiológica de la ansiedad, lo que se puede obtener por relajación; para que

⁹ PATTERSON, C.H. Op. cit. p. 147.

después se llegue a enfrentar, poco a poco y de menor a mayor intensidad, al paciente a estímulos ansiógenos, y conforme los va tolerando se le presentan los más importantes para él, hasta llegar a eliminar la ansiedad. Esta técnica es útil para resolver problemas neuróticos que no tienen que ver con relaciones interpersonales.

En este método se realizan con el paciente dos tareas: a) enseñarles a relajarse, y mientras se realiza, se elabora una jerarquización de aspectos ansiógenos cuando el paciente todavía no se encuentra ya relajado. En esta jerarquía de estímulos atemorizantes para la persona en tratamiento se pueden poner los temores que ha experimentado y los que imagina que pueden llegar a atemorizarle. No deben incluirse los miedos reales y sobre los que lógicamente no debe desensibilizarse. Si el paciente no logra por sí mismo una buena relajación pueden utilizarse fármacos. b) El proceso consistirá en pedirle al paciente, una vez relajado, que se imagine primero un estímulo neutro, después una escena que le produzca poca ansiedad y que le diga al terapeuta cuando lo ha logrado. Pasado un tiempo, el psicoterapeuta le pide que califique en una escala de 0 a 100 el grado de ansiedad que le produjo. Posteriormente se sigue con el proceso hasta ir venciendo la ansiedad que provocan los diversos estímulos imaginados y quedar en cero. Para ello, a veces, hay que volver a repetir algunas escenas. La desensibilización sistemática

utiliza la imaginación de escenas que producen ansiedad y no la experiencia real. Conforme vaya logrando superar sus problemas se le puede confrontar al paciente con situaciones reales.

TERAPIA DE AVERSION.

La terapia de aversión es un modelo típico del método de inhibición recíproca para eliminar el condicionamiento de hábitos motores o emocionales. Se utiliza principalmente para tratar a

drogadictos o a personas con obsesiones y compulsiones, también para los que poseen problemas de fetichismo o de atracción de objetos sexuales inapropiados (homosexualidad, por ejemplo). Esta terapia de aversión consiste en presentar un estímulo que llegue a producir una fuerte respuesta de evitación, pero que se refiera a una actitud inadecuada. El estímulo más fuerte y más comúnmente usado hasta ahora es el shock eléctrico. El estímulo de la respuesta indeseada se asocia con el shock, y el estímulo que se une con la respuesta se va debilitando, con ello se va obteniendo la inhibición condicionada de la respuesta indeseada.

REFUERZO POSITIVO.

Uno de los mejores medios de adquirir un cambio de conducta es a través de la adquisición de hábitos positivos, y para lograr esto es indispensable ir recompensando los actos que conduzcan a su formación y luego irlos reforzando.

3.4 TERAPIA GESTALT.

La terapia gestalt no tiene un único método o un conjunto definido de técnicas pero está dispuesta a aceptar cualquier método o técnica que restablezca el proceso de maduración de la persona. Es decir, es buena toda técnica que ayude a salir del estancamiento -neurosis- en que se encuentre el paciente. "Sin embargo, si consideramos la neurosis como un estancamiento en el proceso madurativo, tenemos que reconocer que la terapia no es el remedio ideal, sino la técnica que restablezca el movimiento en tal proceso. Este es precisamente el objetivo de las prácticas o ejercicios que Perls describe."¹⁰. Ahora bien, la terapia gestalt tiene como fundamento primero de sus tareas el conducir al paciente a "darse cuenta", a tener plena consciencia de su propio yo y de su entorno. Plantea que esto último no se logra por la introspección sino por la acción y por eso

¹⁰ PATTERSON. C.H. Op. cit. p. 427.

plantea una serie de ejercicios que lo faciliten. "Todas las personas, hasta las más normales, tienen una deficiente capacidad de darse cuenta. A este tema está dedicada la primera mitad de la terapia gestalt, en ella se describen ejercicios destinados a desarrollar esta capacidad y a hacer que los individuos funcionen como organismos vivos y como personas".¹¹

La terapia gestalt se estructura fundamentalmente y en general en dos momentos: 1. A partir de unos ejercicios generales -que mencionaré más adelante- que se aplican a todas las personas buscando:

a) Que el paciente se ponga en contacto, con mayor consciencia, sobre su entorno. Que pueda comprender sus sentimientos actuales. Que descubra sus conflictos y que se logre centrar en sí mismo para lograr una mayor integración de su personalidad.

b) Que llegue a desarrollar una mejor consciencia de sí mismo a través de sus recuerdos. Reconstruir su sensibilidad corporal, experimentar la continuidad de sus emociones. Integrar en un todo los actos de darse cuenta parciales.

c) Dirigir el propio <darse cuenta> a un verdadero contacto con la realidad y sustituir la ansiedad por una excitación motivante.

2. Pero hay también otra serie de ejercicios que buscan aliviar algunos procesos constantes del organismo perturbado y procurar el buen funcionamiento del desarrollo de maduración e integración. Algunos de estos ejercicios son:

¹¹ PATTERSON, C.H. Op. cit. 428.

a) La retroyección; que pretende encontrar los desórdenes en la conducta y para ello se mueven los músculos del paciente y que se de cuenta de lo que siente. También haciéndolo que se imite a sí mismo.

b) La introyección; en este lo que se busca es rescatar el proceso normal de asimilación, digestión y expulsión de las vivencias introyectadas.

c) La proyección; aquí se busca, según sea el caso, descubrir y asimilar las proyecciones.

INTEGRACION.

El objetivo principal de la terapia gestalt es lograr la integración, que consiste en unificar y asumir cada una de las partes que constituyen la totalidad de la personalidad como son el cuerpo, las emociones, el pensamiento, el entorno físico y social. Porque todas forman una unidad funcional, pero además todas estas partes deben ser tratadas constituyendo un todo y no a cada una por separado. Un elemento que es fundamental para la realización de esto es que el paciente logre eliminar la vergüenza -que es el alma principal de la represión- sobre los aspectos o actos embarazosos. Sólo después de expresarlos o verbalizarlos, el paciente tendrá más facilidad para aceptarlo y descubrirá, con alivio, que no eran tan terribles. El terapeuta ayudará acogiendo con tranquilidad e interés sus revelaciones. Sin embargo, esta tarea no es nada fácil para el paciente porque tiene que enfrentar sus miedos y hacerlo cuando a él pueden parecerle terroríficos.

EJERCICIOS (JUEGOS).

Juego del diálogo, se trata que el paciente a partir de dos componentes de sus personalidad sostiene un diálogo entre ellas. Estas partes son la ideal (el superego o los "debería") y la menos aceptada (la resistencia pasiva)

Yo me hago responsable, en este se busca que el paciente al terminar una frase y poniendo o afirmando una parte de sí mismo o de sus sentimientos diga: y me hago responsable de ésto.

Tengo un secreto, durante este juego se le pide a cada uno de los miembros del grupo de terapia que piense en un secreto que le haga sentir culpable o que le avergüence, sin descubrirlo, y que se imagine como reaccionarian los demás sobre él.

Inversión de papeles, con esta técnica se hace que la persona represente un papel opuesto a su conducta cotidiana o común, por ejemplo, ser extrovertido si suele ser introvertido.

Nivel de contacto y huida, lo que se pretende con esto es que el paciente reconozca y acepte su tendencia a huir, para eso le puede servir el experimentar la seguridad de la huida al menos temporalmente.

Exageración, También se le conoce como juego de la repetición, en él, cuando se hace una afirmación importante pero que no se reconoce su valor, se le pide al paciente que la repita una y otra vez, y alzando cada vez más la voz y poniendo cierto dramatismo en ello.

3.5 TERAPIA CENTRADA EN EL CLIENTE.

Esta corriente psicoterapéutica fué creada por Carl Rogers. Ha sufrido una gran evolución. Partiendo de darle una gran importancia a las técnicas se la ha ido paulatinamente disminuyendo, y como contrapartida han adquirido mayor ingerencia la fundamentación filosófica y las actitudes

del psicoterapeuta. Hoy día, las técnicas deben adecuarse a estas últimas. "Así pues, las técnicas son modos de expresar y comunicar aceptación, respeto, comprensión y que permiten que el cliente sepa que el consultor está intentando captar su marco de referencia interno, pensando, sintiendo y explorando con él sus formas de establecer y mantener una relación terapéutica."¹².

De modo general, este método puede ser utilizado para el crecimiento de la personalidad del cliente, o bien como una relación que tiene el carácter de ayuda, o, también como varias condiciones indispensables y suficientes para lograr un cambio terapéutico del paciente. Todo ello como tarea del consultor. Ahora bien, el tipo de ayuda que el consultor va a prestar no es de naturaleza puramente intelectual, es decir, no va a ayudar al cliente con sus propios conocimientos, por ejemplo, explicarle cómo es su personalidad o el por qué de su conducta y dándole consejos para que se comporte de otro modo. Esto no tiene valor terapéutico. Lo que es importante y que realmente sirve, porque sí ayuda, es el utilizar la relación misma para cambiar y para crecer.

Para lograr que la relación sea algo valioso, el consultor debe o debería contar con unas características fundamentales, que son las siguientes: a) Aceptación, que consiste en que el terapeuta, acepte al cliente como el individuo que realmente es, con todos sus conflictos y contradicciones, con sus bondades y miserias. Esto supone un aprecio y cariño por él, pero que no implique una valoración o juicio ni positivo ni negativo. El consultor establece una relación positiva incondicional con su cliente. b) Congruencia, significa que el mismo consultor sea una persona congruente e integrada. Que sea lo más consciente posible y que acepte a él mismo y a sus sentimientos, sus deseos de vivir y que exprese esos sentimientos y actitudes en los momentos

¹² PATTERSON, C.H. Op. cit. p. 476.

apropiados, tanto con sus palabras como con sus actos. Que sea auténtico y que no represente ningún papel. c) Comprensión, esta característica es muy importante que la posea el consultor porque en ella se va a fundamentar la empatía, por la cual es capaz de entender el mundo del cliente como si fuera su propio mundo, pero sin que pierda la cualidad del <como si>. La comprensión es indispensable para que el cliente pueda descubrirse a sí mismo de un modo libre y profundo. Esta característica no tiene que ver con el diagnóstico o la valoración, que son algo externo. El deseo que tiene el consultor de comprender, es vivido por el cliente y esto le ayuda a comprenderse y a progresar. "Si el consultor posee estas características y actitudes aunque sea en grado mínimo, y si sabe comunicarlas al cliente, entonces se crea una relación que el cliente vivencia como salvadora, segura, no amenazante, capaz de ayudar pero no de proteger. Percibe al consultor como una persona digna de confianza, coherente. Esta es la relación en la que puede darse el cambio."¹³.

3.6. LOGOTERAPIA.

Según Viktor Frankl, la logoterapia le da mayor importancia a las relaciones que se establecen entre el psicoterapeuta y el paciente, que a cualquier otro método o técnica. Pero esta relación tiene que ubicarse en el justo medio entre la familiaridad excesiva y la separación puramente científica. "Esto quiere decir que el terapeuta ni debe guiarse por la nueva simpatía, en su deseo de ayudar al paciente, ni a la inversa, reprimir su interés humano por las otra persona reduciéndose a la pura técnica."¹⁴.

¹³ PATTERSON, C.H. Op. cit. p.478

¹⁴ FRANKL, Viktor. citado por PATTERSON, C.H. Op. cit. p. 532.

Otro elemento fundamental de la logoterapia es la responsabilidad. Por eso una de las principales tareas del logoterapeuta es conducir al paciente a percatarse de que él es responsable de sí mismo; llevarlo a experimentar su propia experiencia de responsabilidad, sin decirle, ante que es responsable, si ante su consciencia, su comunidad, Dios; o de qué es responsable, si de la realización de valores, de la manera en que desempeña sus tareas o del modo concreto de darle sentido a su vida. "El análisis existencial no se propone, en efecto, otra cosa que llevar al hombre a la consciencia de éste su ser-responsable. Se trata de hacer que comprenda y viva esta responsabilidad inseparable de sus propia existencia. Esto es todo: tratar de llevarle más allá de este punto. Mas allá de la conciencia de sus existencia como responsabilidad, no sería posible ni tampoco necesario."¹⁵.

Aunque la logoterapia se basa mucho más en las actitudes y en su visión filosófica, posee, sin embargo algunas técnicas psicoterapéuticas, que en concreto se reducen a dos: la intención paradójica y la de-reflexión, que se utilizan para resolver los problemas de neurosis de angustia y los obsesivo-compulsivos. Como las neurosis de angustia y fóbicas tienen como característica la ansiedad anticipatoria, que produce precisamente lo que el paciente teme, y al ocurrir refuerza esta ansiedad, de este modo se crea un círculo vicioso. El modo de romperlo es con la intención paradójica, que consiste en animar al paciente a que reviva, por lo menos por un momento, la situación que anticipa con miedo. Esto es, que lleve a cabo lo contrario de lo que le dicta su actitud hacia los propios síntomas y hacerlo en una atmosfera lo más humorística posible. En lo que toca a las neurosis obsesivo-compulsivas los pacientes llevan a cabo respuestas de =actividad errónea=; es decir, piensan que se les exige una determinada actitud o respuesta y actúan inapropiadamente a la situación. En estos casos es frecuente el exceso de atención y observación compulsiva de sí

¹⁵ FRANKL, Viktor. Psicoanálisis y Existencialismo. (De la psicoterapia a la logoterapia) Ed. F.C.E. Breviarios # 27. México D.F. 1978. p. 318.

mismo. Esta actitud se resuelve con la de-reflexión, que esencialmente consiste en ignorar el problema. Esto sólo se logra si el paciente dirige su conciencia directamente a aspectos positivos. A través de la de-reflexión se pretende que el paciente olvide su neurosis y ubique su atención fuera de sí mismo, que se dirija hacia una vida plena de significado y valores que sean atractivos para sus potencialidades. La de-reflexión cambia la =actitud errónea= por una =correcta actividad=.

Con esto doy por terminado lo que se refiere a la exposición de algunos métodos psicoterapéuticos, que fueron planteados de una manera muy general y fuera del contexto teórico en que se llevan a cabo. Lo pretendido es hacer notar que los modos en que la psicoterapia busca resolver los problemas de desorden y desajuste de la conducta humana.

4. SINTESIS PSICOTERAPEUTICA.

Dentro de la parte que trata de la psicoterapia, paso ahora a plantear el último punto que es la síntesis de ella. Síntesis tomada principalmente de un psicólogo mexicano, Martín A. Villanueva Reinbeck, que en un trabajo de erudición intenta plasmar la unidad de los diversos sistemas de psicoterapia. Procura lograrlo más por agregación ecléctica de las distintas escuelas y procurando evitar las contradicciones que se pudieran dar entre ellas. También lo hace, sobre todo, por la finalidad psicoterapéutica de resolver los conflictos, o, por la superación de los obstáculos del desarrollo de los individuos de conductas desajustadas. No lo hace en base a los supuestos teóricos de las corrientes psicológicas que son el fundamento de éstas prácticas.

Aunque hay que decir, que este psicoterapeuta parte de su propio concepto del hombre, que está tomado principalmente de las corrientes de psicoterapia humanistas y existenciales. Por eso, posee una visión más amplia y acorde a la realidad del ser humano, que si este concepto lo hubiera asimilado de las escuela conductista o psicoanalítica ortodoxa, que a mi propio juicio, caen en un reduccionismo de lo que es la persona humana. Para Martín A. Villanueva Reinbeck: "Cada ser humano, es, en sí mismo, una semilla única e irrepetible que puede dar el fruto que es en potencia, o permanecer aguardando el convertirse en aquello que podría; es una promesa de vida plena, una esperanza de amor humano y productivo, que anhela ser guiado por la razón bien orientada para brotar en forma siempre nueva y diferente. Cada individuo es un cofre que guarda secretos, e inigualables riquezas; pues como cada fruto lleva dentro la semilla que dió origen a su existencia, así, cada persona es portadora de la grandeza infinita de Vida y Conciencia que lo vivifica, y que constituye su verdadero ser, su esencia trascendental supraconciente, su íntima naturaleza."¹⁶.

Pero si el ser humano tiene todas estas capacidades y está abierto a tantas posibilidades de perfección, ¿ cuál es la causa de que la mayoría de los hombres no lo logren? ¿ por qué no es común encontrar personas felices, que vivan en plenitud y alcancen esta perfección a la que estamos todos llamados? Desde el punto de vista de la psicoterapia, son obviamente, una serie de obstáculos o dificultades que lo impiden. "Existen dos grandes clases de obstáculos para la autorrealización; unos son los que, sin que el individuo pueda controlarlos, le imponen condiciones a sus vida; a estos los llamamos =factores condicionantes=. Otros obstáculos dependen de él mismo, de la forma en que enfrenta su existencia, a estos los llamaremos =factores decisivos=".¹⁷.

¹⁶ VILLANUEVA REINBECK, Martin A. Más allá del principio de autodestrucción. Ed. Manual Moderno. México D.F. 1988. p. I.

¹⁷ VILLANUEVA REINBECK, Martin A. Op. cit. p. 2.

Así pues, aunque el hombre está abierto a grandes posibilidades de desarrollo y perfeccionamiento, no es tan fácil que llegue a realizarlos, porque existen muchas dificultades que se lo impiden. Por supuesto que cuando me refiero al hombre como capaz de desarrollo y perfeccionamiento, estoy considerando al ser humano individual y concreto, que es el ser real, y por tanto, el ser que cambia. Pero el individuo humano siempre vive dentro de una serie de circunstancias que lo influyen y llegan a condicionarlo fuertemente, y que son los que Villanueva R. denomina factores condicionantes. Estos pueden ser muy variados, como: aquellos que son de naturaleza física o biológica, que son determinados por causas genéticas o fisiológicas, como las deficiencias de carácter neurológico o endocrino. Otros son condicionantes de tipo socioculturales, que se viven dentro del momento histórico en que el individuo existe. Hay también, y con gran influencia sobre la vida individual, los que son fruto de la historia personal del sujeto, como las frustraciones patógenas y agudas que la persona ha padecido durante sus primeros años. Por último, están las experiencias críticas y traumáticas que ha vivido la persona. Ante todos estos aspectos que limitan la vida del ser humano individual, éste, se encuentra prácticamente imposibilitado para cambiarlos o evitarlos. Pero si la persona se queda en este plano, realmente sería un ser determinado como los animales irracionales, y su vida sería una gran frustración, una tragedia. Por eso, junto a estas circunstancias y limitaciones, el ser humano individual es también un ser consciente, volitivo y racional. Puede conocer sus limitaciones y tomar una actitud frente a ellas, y dentro de este marco, puede decidir su propia vida. Sin embargo, todas estas capacidades y potencialidades que le capacitan para superar esos condicionamientos, también pueden ser obstaculizados y limitados, pero estos si pueden cambiarse y hasta eliminarse; son los llamados factores decisivos. "Dado que los factores decisivos son los únicos que cada persona puede manejar y alterar para su propio desarrollo humano, en las próximas paginas me propongo elaborar

un esquema integrativo de las principales aportaciones que las diversas teorías psicológicas han hecho para la comprensión de éstos, y de los requisitos necesarios para trascenderlos."¹⁸.

Los factores decisivos que el hombre individual puede manejar, cambiar o incluso eliminar de sus existencia, son de cuatro tipos, a saber; los dinámicos, los existenciales, los espirituales y los volitivos. Cada uno de ellos, a su vez, se subdividen en otros aspectos más específicos, que expondré más adelante, aunque de un modo somero, así como también las soluciones planteadas, porque lo que importa desde el punto de vista de la psicoterapia, es como eliminar las dificultades que impiden el desarrollo de la persona humana.

4.1 FACTORES DINAMICOS.

Podemos considerarlos de cinco tipos, que son los siguientes:

1. El temor condicionado para reconocer y aceptar como realidades propias una serie de emociones y sentimientos, que se piensa que no son correctos o aceptables. Como lógica consecuencia, también da miedo expresarlos o actuar sobre ellos. La solución es reconocerlos, y aceptar aquellos sentimientos o emociones que a lo largo de la vida del individuo, éste ha aprendido a reprimir, para que los deje salir. También debe aprender a expresarlos de manera adecuada y como ser racional que es, por ejemplo, afirmar que se siente enojado pero sin agredir, y además hacerlo con la persona que fué el que estimuló esa emoción y no con alguien que es inocente respecto a esa situación.

¹⁸ VILLANUEVA REINBECK, Martin A. Op. cit. p. 5.

2. El segundo de estos obstáculos es el sentimiento de culpa y la minusvaloración causados por no cumplir con el "yo ideal" que se posee. Aquí la dificultad estriba en que entre más culpable se siente la persona más se castiga y menos puede desarrollar sus verdaderas capacidades. Para superar esta dificultad, es fundamental aceptar tal y como es su "yo real", con sus limitaciones, errores y delicias. Es decir, debe poseer una buena autoestima.

3. El tercer aspecto dinámico son las preconcepciones rígidas que la persona posee sobre sí misma, los demás y su propia vida, que principalmente las obtuvo en su pasado. La manera de liberarse de este obstáculo es asumir una actitud más abierta, renunciando a la seguridad irreal que proporcionan los prejuicios adquiridos, que hay que analizar de un modo racional y lógico para ver si están o no de acuerdo con la realidad, y si no lo están, cambiarlos.

4. Este obstáculo se refiere a la dificultad para reconocer y aceptar el pasado como fué, y que en el presente no puede cambiarse. Aunque es verdad que el pasado no puede cambiarse, el hecho de aceptarlo modifica radicalmente su influencia sobre la persona. Ya que lo único que puede hacerse es modificar el significado de esas experiencias, y de este modo, algo dañino y doloroso puede convertirse en una enseñanza valiosa para la propia vida. Pudiendo, incluso, llegar a agradecerlo.

5. El último de los escollos dinámicos que impide el desenvolvimiento sano del individuo, es el de los reforzamientos de una conducta inadecuada debido a los beneficios secundarios que se obtienen; alabanzas, riquezas, observar que no se cumple lo que se teme, gratificaciones irreal y pasajeras, etc. El modo de eliminar esta actitud es descubrir que no son reales, que impiden el

verdadero desarrollo, que son mucho menos deseables que vivir la realidad de relacionarse de manera auténtica con los demás y consigo mismo.

"Todos estos impedimentos dinámicos han sido estudiados y explicados por diferentes teorías de la personalidad, especialmente por Freud(1926). Lo que se ha hecho hasta aquí es interpretar e integrar las enseñanzas de los diversos autores, y exponerlas en lenguaje más sencillo y sin tecnicismos propio de cada escuela . No obstante es evidente que los distintos puntos de vista, lejos de ser contradictorios, son complementarios y concordantes unos con otros."¹⁹.

4.2 FACTORES EXISTENCIALES.

Corresponde ahora tratar ahora acerca de aquellos aspectos de caracter existencial que pueden ser impedimento para que el hombre individual alcance su perfeccionamiento. Estos no dependen de las circunstancias particulares que el individuo ha vivido sino más bien son elementos propios de la misma naturaleza humana.

En realidad, estos factores, de suyo, expresan aspectos fundamentales de la persona, y tendrían que ser cualidades que perfeccionan y no que obstaculizan, pero como su ejercicio, provoca, algunas veces, mucha ansiedad, se convierten en dificultades a vencer más que en oportunidades de crecer.

¹⁹ VILLANUEVA REINBECK, Martin A. Op. cit. p. 24.

Estos obstáculos son cuatro, y son los que siguen: la libertad, la responsabilidad, la soledad y la finitud. De suyo estas características son valiosas en sí mismas, pero su realización, que suele ser atemorizante, es lo que los transforma en obstáculos. Analizaré ahora cada uno por separado.

1. La libertad. Esta cualidad se convierte en un escollo por el temor de reconocer y aceptar esta capacidad de elegir; ya que pone en las manos del individuo su propio destino, pues por nuestra libertad nos podemos ir eligiendo a nosotros mismos. Por la capacidad de elección que posee la persona puede irse perfeccionando aun dentro de sus propias limitaciones. "La libertad, esa capacidad inalienable para elegir el propio camino, esa propiedad a la que nadie puede renunciar, impone una pesada carga sobre el ser humano: la incertidumbre, la angustia de no tener un camino prefijado, la desorientación, la carencia de rumbo, el caos (Bugental, 1965; Yalom, 1980; Fromm, 1941, 1955)."²⁰.

La única manera de hacer que la libertad se convierta en un medio de desarrollo y maduración que nos conduzca a una vida racional y plena, es reconocerse a sí mismo como un ser que elige y aceptar el peso de la angustia y de la duda. Sólo de este modo se puede superar el temor de la inseguridad -que nunca se superará del todo-, sólo así, podemos enfrentarnos con nosotros mismos.

2. El siguiente obstáculo de este tipo es el de negar nuestra responsabilidad, compañera inseparable, en la naturaleza humana, de la libertad. Porque finalmente, lo quiera o no, el hombre es responsable de sus actos y sus consecuencias. Negar esto es negarse a sí mismo, traicionarse, y por tanto, detener el propio crecimiento que crea en la persona una culpa existencial. Entre más

²⁰ VILLANUEVA REINBECK, Martín A. Op. cit. p. 27.

capacidades se desaprovechen mayor será la culpa que se genere por no ser lo que se podría. Como podemos superar esta dificultad es aceptando y asumiendo la responsabilidad de nuestra conducta, sea ésta plenamente libre o no. "Para romper este nuevo círculo vicioso no existe otra opción que reconocer la responsabilidad por la propia existencia y aceptar la inevitable culpa, pues al hacerlo, de inmediato el hombre principia a ser lo que es, a descubrirse como un individuo único en la historia del universo y a encontrar su verdadera identidad; él mismo (Bugental 1965)."²¹.

3. El tercer limitante existencial es el miedo a descubrirse y aceptarse como un ser individual, distinto y diferente a los otros, como un ser en soledad. "Para escapar al sentimiento de soledad y aislamiento, con frecuencia el hombre trata de negar su individualidad fundiéndose en forma narcisista, incestuosa o simbiótica con las personas, instituciones o grupos que la rodean (Fromm 1955). Establece pseudo relaciones dependientes y amalgamadas en las que ni él ni los otros son apreciados como entidades separadas... Lo que trata es de anular su ser en el mundo único e irrepetible, y con éste, su soledad y aislamiento."²². La opción que se le presenta al hombre para eliminar esta actitud, es reconocerse y aceptar que es un ser único, individual, independiente y solitario; ya que este es el único modo de trascender su propia individualidad y establecer una sana relación con los demás para lograr un genuino amor; pues sólo quien es dueño de sí mismo puede ofrecerse realmente.

4. El último de estos obstáculos para lograr el perfeccionamiento como hombre, es la dificultad que tiene la persona para reconocerse y aceptarse como un ser vulnerable, frágil, limitado e incapaz de controlar la realidad que lo envuelve, incapaz de comprender y explicar su propia existencia. Es descubrirse ajeno al principio y fin de su propia vida, que en cualquier

²¹ VILLANUEVA REINBECK, Martin A. Op. cit. p. 29.

²² VILLANUEVA REINBECK, Martin A. Op. cit. p. 29 y 30.

momento puede terminar sin que el lo sepa de antemano. Es percibirse como un ser desamparado y finito. La manera de resolver esta limitación es que la persona acepte su finitud, ya que sólo a través de esto puede abrirse al misterio y a la trascendencia; pues deja de luchar contra su propia realidad y podrá disfrutar de su existencia tal y como es. "La única forma de trascender la propia finitud es aceptarla; cuando el individuo le dá la bienvenida a ésta, comienza a vivir con verdadera intensidad su vida en el único lugar y momento en que la puede vivirse, aquí y ahora, entonces su existencia se torna creativa, productiva, pues el ser se crea y se descubre a sí mismo a cada momento..."²³.

4.3 FACTORES ESPIRITUALES.

Un ser humano así como posee una dimensión orgánica o física y también de tipo psicológico, que son evidentes; de la misma manera una dimensión espiritual, que no es tan evidente y por ello algunos pensadores llegan a negarla. Sin embargo, el hombre desde siempre ha buscado un sentido a su vida, una razón para su existencia y el de algunos aspectos que conmueven su intimidad vital y que lo llevan a preguntarse: ¿Quién soy? ¿De dónde vengo? ¿A dónde voy? ¿Por qué estoy en este mundo? ¿Hay algo después de la muerte? ¿Tiene algún sentido la vida? ¿Por qué existe el dolor? ¿Qué es la verdad? ¿Qué es el bien?, etc. Todas estas preguntas que surgen desde lo más profundo de la vida humana no tiene respuesta de carácter materialista, ni siquiera pueden expresarse de manera concreta. Son respuestas que, incluso, van más allá de la pura razón humana, pero que impulsan fuertemente la vida del hombre. Son expresiones de las necesidades básicas y más profundas del ser humano, que brotan de la sed insaciable de espiritualidad que se da en él. "...a esta =naturaleza suprema y más profunda= que constituye la

²³ VILLANUEVA REINBECK, Martín A. Op. cit. p. 31.

esencia fundamental e indivisible del ser humano. Bugental (1979), la llama el =Yo= o =proceso de consciencia=. Allport (1961), =el Conocedor=, Moustakas (1956), el =Sí mismo superior=, Jung (1917), lo describe como el =Dios en nosotros=. y Frankl (1975, 1978), como el =Yo profundo=, =Centro espiritual-existencial= o =Dios inconsciente=.²⁴

En general, los obstáculos de la dimensión espiritual del hombre son cuatro, que enseguida expondré, de un modo breve y sin plantear sus soluciones ya que son bastante evidentes.

El primer obstáculo espiritual es la desorientación. Que hoy día se hace más grave debido a la enorme abundancia de propuestas en este sentido, aunque muchas veces no tienen un verdadero fundamento ni seriedad. Pero también, porque hay demasiada superficialidad y falta de compromiso en las personas, que buscando una respuesta espiritual, van de una escuela o de una religión a otra.

La segunda dificultad a superar es el fanatismo. Se cae en él cuando una persona no comprende la profundidad y grandeza de la religión, y se aferra a ella de una manera neurótica, que en vez de ayudarle a crecer como ser humano, lo mantiene estancado en el mero cumplimiento y prácticas ritualistas, que más que llevarlo a vivir con mayor plenitud, lo atrinchera en una postura rígida e inamovible en donde la universalidad de la Verdad y del amor sólo pueden entrar ajustándose a esa postura reduccionista.

El tercero de los escollos espirituales es la desesperanza. Normalmente se llega a esta actitud cuando la persona es incapaz de alcanzar la comprensión de la verdadera dimensión

²⁴ VILLANUEVA REINBECK, Martín A. Op. cit. p. 35.

espiritual, y cuando sus necesidades espirituales de poseer la bondad, el amor y la verdad, por alguna razón, culpable o no por parte del individuo, no llegan a ser satisfechas. Por esta desilusión la persona termina por negar esa parte de su realidad, y con ello, a sí mismo.

Por último, como cuarto obstáculo se encuentra el escepticismo, que está fundamentado en prejuicios y decepciones personales principalmente, que conducen a negar la realidad de lo espiritual. Por lo general su actitud es de burla para aquellos que viven una religión o una fe en lo trascendente. Critican como posturas poco "científicas" esas actitudes, y con esta postura irreligiosa le levantan un altar a la diosa razón, sin respetarla; ya que no cuestionan en serio y con una postura abierta sus propios juicios y conclusiones, a las que se aferran fanáticamente. Pero en la misma medida en que niegan o reprimen su propia dimensión espiritual, más hondo se va haciendo el vacío en su vida, y buscan llenarlo con una gran cantidad de bienes materiales, que no tienen la posibilidad de hacerlo. Con esto simplemente limitan o detienen su propio desarrollo.

"Después de todo lo dicho hasta aquí podemos concluir que para vencer los obstáculos espirituales, es necesario reconocer y aceptar la propia naturaleza espiritual y las necesidades que de ella brotan; y que para saciarlas, es menester trascender el ego y descubrir el verdadero Yo, que es uno con el Absoluto."²⁵.

4.4 FACTORES VOLITIVOS.

Voy a tratar ahora el último de los factores decisivos, y que es, finalmente, el fundamento de todos los anteriores de este tipo. Dado que el hombre es un ser libre, y aunque condicionado, no determinado; prácticamente es en su capacidad volitiva en donde se va a asentar su modo de

²⁵ VILLANUEVA REINBECK, Martin A. Op. cit. p. 44.

vivir y de responder a la realidad. De este modo, si la persona no tiene una real y verdadera voluntad de cambiar, de convertirse, no es posible que llegue a hacerlo. En otras palabras, lo que esto significa es que lo que le impide al ser humano individual ser plenamente humano, desarrollarse, ser lo que debe ser; es no querer aceptar lo que es y vive, es, el negar la realidad. "El obstáculo fundamental para el desarrollo del individuo es la negación de lo que es: la no aceptación de la verdad, pero lo que determina esta negación es, en el fondo, su propia voluntad, él mismo. No es la víctima impotente de las circunstancias del destino; es el agente activo que niega en forma dinámica aquello que es."²⁶.

Así pues, si la persona queda detenida o atrapada dentro de todos estos obstáculos decisivos que le impiden liberarse y salir hacia una vida más plena y madura, es por su propia voluntad, porque al fin de cuentas, el responsable de la represión, de la negación y de todos los mecanismos de defensa es el propio individuo. Es él quien se rehusa a aceptarse a sí mismo, a los demás, a la realidad; y con ello impide el desenvolvimiento de su naturaleza. Es claro, que esto no significa que no existen situaciones o sucesos externos que puedan influirlo fuertemente limitando el ejercicio de su voluntad como lo hemos visto anteriormente, pero que en última instancia su influencia va a depender de la responsabilidad de la propia persona; ya que si reprime o niega su propio pasado, no es tanto porque fué triste o doloroso, sino más bien porque no acepta el sufrimiento o el dolor como parte de su propia realidad, y esto depende de ella. "La infelicidad de la persona radica en que no reconoce el hecho de que no acepta lo que es y que esto es su propia responsabilidad. Pero esto genera una serie sinfín de negaciones: no reconoce que no acepta el hecho de que niega que rechaza la represión de su no aceptación de su negación. Para escapar de su responsabilidad tiene que construir una enorme cadena de mentiras, proyecciones y negaciones,

²⁶ VILLANUEVA REINBECK, Martin A. Op. cit. p. 47.

cada una de las cuales oculta la anterior. (Erikson, 1964); pero de todo ello hay un solo responsable: el propio individuo. Es él quien, por su propia voluntad, negada mil veces, crea su infierno en vida."²⁷.

De todo lo anterior se desprende que si no hay voluntad para cambiar y eliminar todos los obstáculos, sean dinámicos, existenciales, espirituales, todo se convierte en un esfuerzo estéril. La propia voluntad es la causa principal del cambio. Pero llegar a aceptar que depende de cada uno el transformar nuestra vida, que es fundamentalmente de la voluntad individual de donde nace, no es nada fácil. Además no se logra por un proceso frío y de carácter puramente racional sino que tiene que llevarse a cabo por un reconocimiento vivencial y afectivo porque: "Somos conscientes que conocerse es un objetivo que no se consigue solo, sin la ayuda de una persona experta. Por otra parte, estamos convencidos que el conocimiento de sí mismo no se obtiene leyendo un libro de psicología. Este es un proceso, además de intelectual, en gran parte emotivo."²⁸.

²⁷ VILLANUEVA REINBECK, Martin A. Op. cit. p. 49.

²⁸ CENCINI, Amadeo y MANETI, Alejandro. Op. cit. p. VII.

II. ETICA.

1. DEFINICION.

Después de haber planteado algunos aspectos de la psicoterapia, me corresponde ahora escribir sobre la Etica. Primero lo haré en general para, posteriormente, hacerlo sobre el concepto de moral en Tomás de Aquino. Este concepto de moral, a mi parecer, es el más cercano a la realidad del ser humano y el que mejor puede servir para la realización de este trabajo. El modo de hacerlo será el siguiente: primero expondré el concepto de persona en Tomás de Aquino, después su idea de fin, en tercer lugar lo que es para él la ley, y por último, lo que es el desarrollo moral o la formación de virtudes a partir de los actos humanos que son propiamente los actos morales.

La Etica o moral es una ciencia filosófica que va a estudiar las acciones humanas que conducen a su agente a la perfección. Así como la Metafísica va a estudiar al ser, la Etica estudiará el deber ser del hombre. Pero hay que aclarar que este deber ser no es algo impuesto arbitrariamente o impuesto extrínsecamente al hombre, sino que más bien está fundamentado en su propia naturaleza. "También para el hombre, bien solamente puede ser la excelencia que le es propia...; es decir, el modo de ser y de obrar que le es requerido por su naturaleza. Esta es en el hombre de otro aspecto que en el animal. Al estar su naturaleza determinada diferencialmente por la razón, está también condicionada por la naturaleza racional lo que constituye su modo propio de ser y su perfección óptica..., pero el hombre perfecto, plenamente hombre, lo es, a diferencia del animal, sólo si su conducta está de acuerdo con su naturaleza racional. En tal conducta consiste la moralidad."²⁹

Por otra parte, la moral o Etica, como antes afirmé, es una ciencia filosófica. Por ello, y en primer lugar, es un conocimiento científico en la medida en que es capaz de descubrir y explicar

²⁹ MESSNER, Johannes. Etica General y Aplicada. (Una Etica para el hombre de hoy). Ed. RIALP. Madrid, España. 1969. p. 42.

causalmente y con verdad, los hechos y fenómenos que se presentan a la conciencia y a la observación externa; para llevar a cabo eso, se apoya en otras ciencias filosóficas más universales y necesarias como son: la Antropología filosófica y la Metafísica. Además, como toda ciencia va a utilizar el método inductivo porque parte de los conocimientos proporcionados por la experiencia hasta llegar a normas de conducta generales para dirigir y orientar la vida humana. También va a utilizar el método deductivo ya que las normas de conducta generales tienen, en el caso del actuar humano, que llevarse a la práctica por el individuo concreto que siempre está inmerso dentro de una serie de circunstancias particulares, que hay que considerar para no caer en falsos idealismos en lo que respecta al conocimiento de la moral." 1. Tampoco la Ética, como en general ninguna ciencia, puede pasarse sin axiomas metafísicos, es decir, sin hipótesis no comprobables empíricamente. Por eso el primer deber metodológico está en que, por una parte, establezca exactamente los axiomas de esta clase que usa, y por otra, que dé exacta cuenta de su naturaleza criteriológica y metafísica.

2. Como toda ciencia también la ética, al establecer las bases de la verdad moral y del orden moral, partiendo de la experiencia, ha de tender a sus metas con ayuda del pensar conceptual y judicativo. Aquí el pensar trabaja principalmente con juicios de conclusión. Tales juicios pueden ser de dos clases: inductivos, que se apoyan en conocimientos obtenidos inmediatamente por análisis de la experiencia; y deductivos, que se apoyan en conceptos cuya inmediata fundamentación ha de buscarse en otro. Nosotros hemos dedicado especial atención al análisis empírico-inductivo de la experiencia.

3. Por otra parte, tampoco puede la Ética, como en general ninguna ciencia, prescindir del método de la deducción. Debe elaborar la esencia y el criterio de la moralidad, sobre lo cual ha de

fundarse, teniendo en cuenta la circunstancias personales y sociales, el juicio moral sobre la recta ordenación de la vida y los rectos ordenamientos de la sociedad. Esto se consigue mediante la deducción, es decir, formando juicios de conclusión a partir de otros juicios: a saber, del juicio sobre el criterio de moralidad en conexión con los juicios sobre la calidad de las circunstancias correspondientes."³⁰.

Ahora bien, es filosófica, porque en primer lugar se apoya en otras ciencias de la Filosofía, como ya lo escribí antes; pero además, porque a diferencia de otras ciencias, que son particulares y que también estudian la realidad humana, la Ética lo hace sobre lo fundamental y universal de la conducta humana aún dentro de la particularidad de ésta. Es decir, busca fundamentar y explicar la esencia de los hechos morales dados a la experiencia. "Las denominamos realidades fundamentales en contraste con la realidad experimental proporcionada por los sentidos, porque de ellas depende la respuesta a la pregunta por la razón de ser, el sentido de la vida, el orden de la vida y la determinación definitiva del hombre, y también porque la realidad de la experiencia empuja al hombre a investigar su fundamento y su sentido en relación con su saber suministrado por su conciencia primitiva acerca de las verdades suprasensibles."³¹.

Por todo lo anterior y a manera de concretar la definición de la Ética, podemos afirmar que es una ciencia filosófica que va a estudiar los actos humanos en orden a conseguir su fin propio según su naturaleza. "Por consiguiente, de este modo es propio de la Filosofía moral -acerca de la cual versa lo propuesto ahora- considerar las operaciones humanas en cuanto que están ordenadas entre sí y con respecto al fin."³².

³⁰ MESSNER, Johannes. Op. cit. p. 81

³¹ MESSNER, Johannes. Op. cit. pgs. 85 y 86.

³² AQUINO, Tomas de. Comentario a la Ética a Nicómaco. L. I lecc. I Ed. CIAFIC, 1983.

2. FINALIDAD.

La Etica o moral, o Filosofía moral como también se le denomina, es una ciencia práctica; y bajo este aspecto, este tipo de conocimiento no solamente se conforma o se queda en un puro conocimiento teórico de la conducta humana, o del deber ser del hombre individual, sino que lo realmente importante es que conduzca a la persona a actuar o a vivir como debe hacerlo, ya que de otro modo no tendría razón de ser. Así pues, la finalidad de la Etica es que la persona humana viva o actúe como tiene que hacerlo. "No debe perderse de vista que el presente tratado no es una pura teoría, como pueden serlo otros muchos. No nos consagramos a estas indagaciones para saber lo que es la virtud, sino para aprender a hacernos virtuosos y buenos; porque, de otra manera, este estudio sería completamente inútil."³³.

3. MORAL TOMISTA.

Después de haber visto la Etica o moral en general, tanto en su definición como en su metodología y su finalidad, paso ahora, a escribir de manera específica, sobre la moral tomista. Como la moral es una ciencia filosófica utiliza también un método propio de la filosofía, que formalmente se basa o fundamenta en la razón natural, y por eso se distingue de la teología moral, que formalmente se asienta en la fe. En el caso del pensamiento ético tomista no es posible separar al filósofo del teólogo que se dan en la misma persona de Tomás de Aquino; que además concebía a la verdad como una sola, y por tanto, entiende estos distintos ordenes como unidos y complementarios, y así, su moral tendrá este mismo carácter. Si bien es cierto que aquí lo que nos interesa es su pensamiento moral bajo el aspecto de la filosofía, y por ello, trataré sólo de

³³ ARISTOTELES. Moral a Nicómaco. Ed. ESPASA CALPE MEXICANA S.A. Col. Austral #308. México D.F. 1980 p. 61.

considerar los planteamientos demostrables racionalmente; sin embargo, quiero también, respetar el pensamiento de este gran teólogo y mantenerme fiel a él y a su conocimiento general. Por otra parte, no me gustaría caer en el error en que históricamente se ha caído de separar exageradamente su pensamiento filosófico y teológico, y llevando a la ruptura entre ellos. Esto ha traído como consecuencia el que el aspecto moral de la conducta humana se ha reducido a una pura práctica legalista, que ha quitado vitalidad y dinamismo a la moral tomista, que es lo que me importa resaltar para la realización de este trabajo.

Así pues, y una vez aclarado lo anterior, pasamos a exponer la definición de moral que realiza Tomás de Aquino. Afirma él en el prólogo de la primera parte de la Suma Teológica que la moral es: "... del movimiento de la criatura racional hacia Dios,..."³⁴. Esto significa que el estudio de la conducta del ser humano, se realizará a través de los actos racionales, es decir, de los actos en que la criatura racional es principio interno y que los hace suyos porque es su dueña. "..., nos queda estudiar su imagen, es decir, el hombre como principio que es también de sus propias acciones por tener libre albedrío y dominio de sus actos."³⁵.

Paso ahora a analizar y a estudiar los elementos particulares de la moral tomista, aunque de un modo muy general dada la amplitud y riqueza de este tema; asimismo sólo tomaré en cuenta los aspectos que son pilares como: la persona humana, principio de los actos humanos; el fin último del hombre, que es su bien propio; la ley, que es el medio, la guía para alcanzar este fin.

3.1 PERSONA HUMANA.

"La palabra =persona= no tiene la misma significación que la palabra =naturaleza=. Naturaleza significa =la esencia específica, que es lo que se expresa en la definición=. Si a los

³⁴ S.T.I. q. 2 prólogo de Tomás de Aquino.

³⁵ S.T. I-II. prólogo de Tomás de Aquino.

elementos específicos no se pudiese añadir algo, no habría necesidad alguna de distinguir la naturaleza y su supuesto, que es el individuo subsistente en esa naturaleza. Y esto porque no habría diferencia alguna entre ambos. Pero sucede que en algunas realidades subsistente se puede hallar algo que no se incluye en la noción de especie, como son los accidentes y los principios individualizantes; esto aparece sobre todo en las cosas que están compuestas de materia y forma. Y, por tanto, en tales cosas se da una diferencia real entre naturaleza y supuesto, no como elementos completamente separados, sino porque en el supuesto está incluida la misma naturaleza específica y, además, otros elementos que están al margen de la noción de especie. De ahí que el supuesto significa como un todo, cuya parte formal y perfectiva sea la misma naturaleza... Y lo que se dice del =supuesto= hay que aplicarlo también a la persona cuando se trata de la criatura racional e intelectual, pues, según dice Boecio, la persona es la sustancia individual de naturaleza racional."³⁶. En esto consiste, en general, la definición de persona en Tomás de Aquino. Y de todo esto se desprende en primer lugar, que no existe contradicción entre la capacidad de perfeccionamiento que posee el individuo humano y una naturaleza determinada. Esto es así porque no es lo mismo naturaleza que persona, ya que la naturaleza expresa la esencia específica de un ente, es decir aquello que es común a muchos, que es algo fijo, determinado y limitado. En cambio la persona que es el individuo subsistente, que, aparte de su naturaleza, posee también una materia individualizada y una serie de accidentes, en donde algunos de ellos son sus potencias o facultades operativas, que no están actualizadas o acabadas en el individuo. Por esto, la persona humana es única e irrepetible por su individualidad; pero también abierta, libre para cambiar y perfeccionarse, para ir, de algún modo, haciéndose a sí mismo.

En segundo lugar, la persona humana es una sustancia individual compuesta de materia y forma, en donde la materia es su cuerpo humano y la forma su alma espiritual. "Así como la

³⁶ S.T. III q. 2, a. 2, c.

esencia de este hombre es que sea compuesto de esta carne y de estos huesos, así la esencia del hombre es que sea compuesto de alma y carne y huesos... Pues como sentir es cierta operación del hombre, aunque no le sea propia y exclusiva, es manifiesto que el hombre no es sólo alma, sino que está compuesto de alma y cuerpo."³⁷. En este sentido, el ser humano individual es una sustancia individual corpórea, es decir, está constituida por una enorme cantidad de materias orgánicas como inorgánicas, pero todas ellas integrando una unidad viva, y que posee todas las características de los cuerpos, como ocupar un lugar en el espacio, ser extensa, ser sujeto de todo tipo de cambios (de lugar, cuantitativos, cualitativos y sustanciales). Por todo esto, la persona humana se verá influenciada y afectada por una gran cantidad de hechos y fenómenos físicos y materiales. También, en otro sentido, el hombre concreto es un ser vivo y por tanto un ser con alma, pero en este caso con una alma espiritual. "Es necesario decir que el alma humana no puede corromperse si no se corrompe por sí misma; y esto es completamente imposible, no sólo para el alma, sino para cualquier ser subsistente que sea totalmente forma."³⁸. Así pues, en cuanto que el alma anima y vivifica al cuerpo, y en cuanto espiritual es capaz de trascender, existir y actuar separada de él.

En tercer lugar, la persona humana como sustancia individual, que es la que realmente actúa, tiene en sí muchos accidentes, y dentro de todos ellos se encuentran las facultades o potencias operativas. "La acción, como el ser, pertenece al compuesto, ya que el obrar es propio del sujeto que existe. Ahora bien, el compuesto existe sustancialmente por su forma sustancial y obra por la potencia a ella consiguiente. Luego la forma accidental activa es, con respecto a la forma sustancial del agente (por ejemplo, el calor a la forma del fuego) lo que es la potencia del alma con respecto a ésta."³⁹. "Existe aun otra razón para explicar por qué el alma humana tiene

³⁷ S.T. I, q. 75, a. 4, c.

³⁸ S.T. I, q. 75, a. 6, c.

diversidad de potencias. y es que, por estar en los confines entre las criaturas espirituales y corporales. en ella concurren las potencias de unas y otras."⁴⁰. Estas facultades, en general, podemos dividir las en cognoscitivas -sensibles e intelectuales-, apetitivas (del mismo modo que las anteriores) y las locomotivas. "...es necesario que la realidad extrínseca objeto de la operación del alma se refiera a ella de dos modos. Uno, por cuanto es apta para unirse al alma y estar en ella mediante una imagen suya. Y bajo este aspecto tenemos dos géneros de potencias; las =sensitivas=, con respecto al objeto menos común, que es el cuerpo sensible; y las =intelectivas=, son respecto al objeto comunísimo, que es el universal. En otro modo, por cuanto el alma misma se inclina y tiende al objeto exterior. Por razón de esta ordenación tenemos dos nuevos géneros de potencias del alma: las apetitivas, por las cuales el alma se ordena al objeto extrínseco como a su fin, que es el primero en el orden de la intención; y las locomotivas, mediante las cuales el alma tiende a un objeto exterior como a término de su operación y movimiento."⁴¹. Ahora bien, las facultades de conocimiento sensible son; los sentidos externos: vista, oído, gusto, olfato y tacto. Los sentidos internos: sentido común, cogitativa, imaginación y memoria. Los apetitos sensibles, que son: el concupiscible y el irascible. Por lo que se refiere a las facultades intelectuales, cognoscitiva y afectiva respectivamente son la inteligencia y la voluntad. (Cfr. S. T. I, q. 78, a. 3, a. 4. q.79, a.1. q.80,a.2 y a.3.).

3.2 FIN ULTIMO DEL HOMBRE.

En lo que se refiere a este tema voy a considerar primero la necesidad de la finalidad en las acciones propiamente humanas, después aquello que todos los seres humanos individuales buscamos, es decir, la felicidad; posteriormente cual es el fin último del hombre según su naturaleza, y por último, las consecuencias de la finalidad en el ser humano individual.

³⁹ S.T. I, q. 77, a. 1, ad. 3

⁴⁰ S.T. I, q. 77, a. 2, c.

⁴¹ S.T. I, q. 78, a. 1, c.

Todas las acciones del hombre en cuanto tal tienen un fin, porque el fin es el bien propio de cada cosa, y así, el fin de la operación humana- que supone la tendencia apetitiva- es su acto, pero éste se lleva a cabo por su objeto, que tiene carácter de bien, y que mueve al individuo humano a su consecución, y que sólo termina con su consecución. "Ahora bien, todas las acciones que proceden de una potencia son causadas por ella en razón de su objeto. Pero el objeto de la voluntad es el bien y el fin."⁴². Esto supone que la persona humana no es algo ya hecho o terminado, sino que es más bien, alguien imperfecto, potencial que irá perfeccionándose a través de sus operaciones en orden a alcanzar un fin último que lo actualice y plenifique, y por ello deberá ser un fin adecuado a su propia naturaleza y que se alcance por su propia operación. "La otra clase de acción es la que permanece en el mismo agente, como sentir, entender y querer, y esta clase de acción es perfección y acto del agente"⁴³. Continuando ahora con el aspecto siguiente de este tema, que es la felicidad como fin último del hombre, podemos observar todos nosotros, porque es un hecho evidente, que todo ser humano concreto busca e intenta alcanzar como su principal objetivo en la vida, ser feliz. Este bien, la felicidad, es universal en dos sentidos: uno, porque todos los hombres indistintamente lo desean; y, otro, porque toda persona humana quiere alcanzarlo a través de todos y cada uno de sus actos. Además, hay que decir, que si bien es cierto que todo hombre busca la felicidad como fin último en su vida y por sus acciones,- y ante esto no es libre para no quererlo-, ya que lo apetece necesariamente, y puede elegir los medios que lo lleven a alcanzarlo. Ahora bien, para lo que no está intrínsecamente conectado con el fin último, es decir, es libre para decidir en donde se encuentra esa felicidad. "El fin último puede considerarse de dos modos: uno, refiriéndose a lo esencial del fin último; y otro, aquello en lo que se encuentra este fin. Pues bien, en el primer caso, todos coinciden en desear el fin último, porque todos desean alcanzar su propia perfección, y esto es lo esencial del fin último, como ya se dijo (a.5). Pero

⁴² S. T. I-II, q.1, a.2, c.

⁴³ S.T. I-II, q.3, a.2, ad.3.

aquello en lo que se encuentra el fin último, no coinciden todos los hombres."⁴⁴ Pero también, el fin último del hombre debe ser de acuerdo a su propia naturaleza, y lo propio del hombre o lo conforme a su naturaleza es la actividad racional, es decir, el conocimiento y el afecto espiritual, realizado respectivamente por la inteligencia y la voluntad. Por ello, sólo alcanzar su objeto propio a través de estas facultades propiamente humanas podrá satisfacer esta tendencia en el hombre. Y el objeto propio de la inteligencia es la verdad, pero no cualquier verdad, sino la que lo es en sumo grado. Asimismo, el objeto de la voluntad es también el bien supremo. Estas dos características sólo pueden encontrarse en Dios; por eso, el fin último del hombre en general es el conocimiento y el amor a Dios. "Así pues, se requiere, para la bienaventuranza perfecta, que el entendimiento alcance la esencia misma de la causa primera. Y así tendrá su perfección mediante una unión con Dios como con su objeto, es lo único en que consiste la bienaventuranza del hombre,..."⁴⁵ "Y de este último modo se requiere la delectación para la bienaventuranza, porque la delectación es causada por el hecho de que el apetito descansa en el bien conseguido..., pues la bienaventuranza no es otra cosa que la consecución del bien sumo."⁴⁶ Pero, dado que la persona humana, por sí misma y en su vivir cotidiano no puede lograr por sí mismo estas actividades, sino que depende del auxilio de Dios mismo para lograrlo, y ésto nos abre a todo un ámbito de conocimiento que es de fe, que a su vez nos conduce a una dimensión religiosa. Pero como este trabajo trata de la moral dentro del campo de la Filosofía, aún sin soslayar ni quitarle importancia al aspecto religioso de la persona humana, tenemos que reducimos a lo que el hombre puede lograr por sí mismo; que en este caso será el de alcanzar la felicidad, aunque obviamente de manera imperfecta; y esto podrá ser así, en la medida en que habitualmente actúe con mayor plenitud como ser humano. Esta situación se dará cuando el hombre realice comúnmente, actos humanos perfectos o buenos, que

⁴⁴ S. T. I-II, q.1, a.8,c.

⁴⁵ S. T. I-II, q.3, a.8, c.

⁴⁶ S.T. I-II, q.4, a.1, c.

son lo propio de él. Lo cual se conseguirá con la vida de virtud. "La bienaventuranza imperfecta, que puede tenerse en esta vida, puede adquirirla el hombre por sus medios naturales, del mismo modo que también puede adquirir la virtud, en cuya operación consiste;..."⁴⁷. "Los hombres, en cambio, la consiguen con muchos movimientos de operaciones, que se llaman méritos. Por eso también, según el Filósofo, la bienaventuranza es premio de las operaciones virtuosas."⁴⁸.

Por último, vamos a ver ahora lo que la finalidad realiza en el hombre. En primer lugar, el fin es el principio del actuar humano, porque siempre que la persona realiza una acción lo hace porque intenta alcanzar un fin. Y esto es de tal modo, que si no existiera un fin, no se pondría el ser humano individual en movimiento, luego, el fin es el principio y término de su acción. "Hemos dicho antes (a.1) que los actos son humanos cuando proceden de la voluntad deliberada, y que el objeto de la voluntad es el bien y el fin; por tanto, es claro que el fin es el principio de los actos humanos, en cuanto que son humanos. Y es también su término, porque el término de los actos humanos es lo que busca la voluntad como fin;..."⁴⁹. Además, y en segundo lugar, es fundamental que la actividad humana posea un fin último, porque de otro modo la persona no comenzaría a actuar. Así lo plantea Tomás de Aquino cuando afirma: "El principio de la intención es el último fin, y el principio de la ejecución es la primera de las cosas que ordena al fin. Así, pues, por ambas partes es imposible un proceso al infinito, porque, si no hubiera último fin, no habría apetencia de nada, ni se llevaría a cabo acción alguna, ni tampoco reposaría la acción del agente."⁵⁰ Finalmente y como tercer aspecto, el fin último es lo que va darle unidad a toda la actividad humana, aunque obviamente, la persona humana no esté pensando, en cada acción que realiza, que es para dirigirse o lograr su fin último; basta que tenga la intención de él para que todos sus actos vayan dirigidos en esa dirección, y por lo mismo, va a proporcionarle unidad al individuo; que a través de sus actos

⁴⁷ S.T. I-II, q.5, a.5,c.

⁴⁸ S. T. I-II, q.5, a.7, c.

⁴⁹ S.T. I-II, q.1, a.3,c.

⁵⁰ S. T. I-II, q.1, a.4, c.

humanos va ir integrándose a si mismo en el orden operativo. "No es necesarios que uno piense en el fin último cuando desea o hace algo, sino la eficacia de la primera intención, que mira al fin último, permanece en el deseo de cualquier otra cosa, aún cuando no se piense de hecho en el fin último. Del mismo modo que no es necesario que quien va por el camino vaya pensando a cada paso en el final del trayecto."⁵¹

3.3. LA LEY.

Después de haber concluido lo que se refiere al fin último del hombre, paso al siguiente tema que había propuesto y que es el de la ley; tiene una gran importancia dentro del pensamiento moral tomista, tanto, que incluso, y en detrimento de la moral dinámica de Santo Tomás, históricamente en la enseñanza práctica de la moral, a ésto quedó reducida. Limitándose la moral a una conducta puramente legalista, perdiendo con ello la interioridad y vitalidad que posee la moral de éste gran filósofo y teólogo. Para la realización de este tema, intentaré explicar en qué consiste la ley y cuál su sentido dentro de la ética.

De modo muy general, la ley es un principio exterior que pretende dirigir la conducta humana." A continuación debemos tratar de los principios exteriores de nuestros actos."⁵² Ahora bien, aunque la ley es un elemento extrínseco que dirige la acción humana, esto no significa que sea puramente exterior o arbitrario impuesto por una voluntad ajena a la actividad del ser humano; si este fuera el caso necesariamente le quitaría la libertad al hombre. La ley más bien nace de la razón, que la descubre en la misma naturaleza del hombre, que es el principio de la actividad del ser humano. "La ley es una regla y medida de nuestros actos según lo cual uno es inducido a obrar o a dejar de obrar;... Ahora bien, la regla y medida de nuestros actos es la razón, que, como ya vimos (q.1, a.1, ad.3), constituye el primer principio de los actos humanos."⁵³ El modo en que la

⁵¹ S. T. I-II, q.1, a.6, ad.3.

⁵² S. T. I-II, q.90, prolog. de Tomás de Aquino.

razón realiza esto, es a través de la enunciación de una serie de normas generales que sirven para dirigir la conducta del ser humano individual . "..., debemos encontrar en la misma razón práctica algo que sea respecto de la operación lo que en la razón especulativa son las proposiciones respecto a la conclusión. Y estas proposiciones universales de la razón práctica, ordenadas a la operación, son precisamente la ley, bien que sea considerada en acto por la razón, bien que sólo se encuentre en ella de manera habitual."⁵⁴ Por otro lado, si bien es cierto que es la razón quien va a proporcionarnos las leyes para dirigir la actividad humana, esto no lo hace porque las obtenga de elucubraciones o especulaciones nacidas de su pura actividad mental nada más; sino que esto lo lleva a cabo partiendo del conocimiento de la realidad humana, ya que la razón humana posee la capacidad de conocerla. Asimismo puede también descubrir en ella, cuál debe ser su modo de conducirse, respetando este peculiar tipo de ser que posee. "Cualquier operación de la razón y de la voluntad surge en nosotros a partir de algo que nos es natural, como expusimos arriba (q.10, a.1), porque todo raciocinio parte de principios naturalmente conocidos, y todo apetito relativo a los medios deriva del apetito natural del fin último. Por la misma razón es indispensable que la primera ordenación de nuestros actos al fin sea obra de una ley natural."⁵⁵ Pero aparte de todo esto, lo que la ley intenta es hacer bueno al individuo humano o que éste alcance su perfección, y para procurarlo debe hacerlo mandándole lo que es bueno hacer, y prohibiéndole lo que lo desvíe de su cometido. "Pero hay tres categorías de actos humanos. Algunos de ellos, como vimos anteriormente (q.18, a.3), son buenos por naturaleza. Tales son los actos de las virtudes, respecto a los cuales se asigna a la ley el acto de mandar o imperar,... Otros actos son malos por naturaleza. Estos son los actos de los vicios, respecto de los cuales a la ley le corresponde prohibir. Otros, en fin, son por naturaleza indiferentes, y respecto de ellos toca a la ley permitir. Teniendo en cuenta

⁵³ S. T. I-II, q.90, a.1, c.

⁵⁴ S. T. I-II, q.90, a.1, ad.3

⁵⁵ S. T. I-II, q.91, a.2, ad.3.

que como indiferentes pueden también considerarse a este propósito los que no son ni muy buenos o muy malos."⁵⁶ Sin embargo, aunque la ley es muy útil y conveniente para la formación moral de la persona humana, como hasta ahora hemos visto, el obstáculo que podemos enfrentar en este sentido, es reducir la educación moral a este apartado solamente. Esto es lo más fácil y cómodo cuando queremos educar moralmente, pero nos puede impedir alcanzar el crecimiento y la perfección a la que está llamada la persona humana, porque la misma fuerza de la ley se puede transformar también en su mayor debilidad al momento de querer dar una formación moral. Esto se debe a que, cómo la fuerza de la ley es el temor; -ya que la mayoría de las veces es el miedo al castigo lo que hace que la cumplamos o la respetemos-, se puede convertir también en su mayor limitación; porque el temor no engendra personas libres sino esclavos, que es lo menos pretendido por el pensamiento tomista. "Finalmente, aquello por lo que la ley induce a que se le obedezca, es el temor del castigo, y es lo que da lugar al cuarto efecto de la ley, que es el castigar."⁵⁷ Con esto concluyo lo que corresponde al tema de la ley dentro de la moral de Tomás de Aquino. Aunque es también importante, por lo menos tener en cuenta, lo que es la norma próxima de moralidad, que es la conciencia moral; ya que se encuentra muy unida a la idea de ley. Y podríamos definirla como; un juicio de la razón práctica por el cual consideramos si un acto humano concreto, se adecúa o no a la ley moral. "Como se dijo en la primera parte (q.79, a.13), la conciencia no es otra cosa que la aplicación de la ciencia a un acto. Ahora bien, la ciencia está en la razón..."⁵⁸

3.4. EL DESARROLLO MORAL.

Me corresponde ahora, tratar sobre lo que es el desarrollo moral de la persona humana. Lo primero que hay que decir, es que las acciones morales sólo pueden imputarse a la persona en

⁵⁶ S. T. I-II, q.92, a.2, c.

⁵⁷ S. T. I-II, q.92, a.2, c.

⁵⁸ S. T. I-II, q19, a.5, c.

tanto que realice actos humanos, pues estos son los únicos que pueden ser considerados bajo una perspectiva valorativa ética, es decir, buenos o malos moralmente. "Ahora bien, toda ciencia operativa debe llegar hasta la consideración particular, porque las operaciones y los actos versan sobre cosas singulares. Por tanto, la consideración moral, por ser de los actos humanos, hay que centrarla primero en lo universal, pero después en lo particular."⁵⁹ Por esta razón, lo que aquí nos interesa es ver como se va ir desarrollando el hombre concreto para que legue a realizar actos humanos. Para ello también me interesa resaltar, aparte de la definición o esencia, las características que se dan en estos actos, y después, constatar qué consecuencias se derivan de vivir habitualmente realizando este tipo de actividad, que no es otra que vivir virtuosamente.

Entrando en materia, es para nosotros un hecho de experiencia, que cuando una persona nace, aun siendo humano no está ya hecho o actualizado en el orden operativo, sino que más bien es en este sentido un ser potencial. En cuanto a su naturaleza o esencia ya es completamente desde el momento de su concepción, pero en cuanto a su actividad, o sea, en cuanto a su dimensión operativa, es en donde el individuo humano tendrá que ir completándose, perfeccionándose; pero, además, debe hacerlo siguiendo su propia inclinación natural. Esto es, realizando operaciones que le son propias, como lo son los actos humanos. Para poder llegar a actuar así, partimos de que el hombre individual pueda, actualmente, es decir, aquí ahora, hacer este tipo de actos, porque un bebé o niño pequeño posee la potencia de hacerlos pero no de hacer actos humanos en ese momento. Esta capacidad como algo actual supone un desarrollo, primero vegetativo y después sensitivo, para que la persona pueda empezar a realizar actos propiamente racionales. Esta actividad se va ir perfeccionando cada día más si es auxiliado por una adecuada educación. En esto consiste la madurez humana. "Puesto que el alma es una y las potencias muchas, y que de lo uno a lo múltiple se pasa con algún orden, es necesario que exista orden dentro de las potencias del

⁵⁹ S. T. I-II, q.6, prol de Tomás de Aquino.

alma... La dependencia de una potencia con respecto a otra puede ser de dos maneras: una, según el orden de la naturaleza, ya que las cosas perfectas son naturalmente anteriores a las imperfectas; y por otra, según el orden de la generación y del tiempo, puesto que en él de lo imperfecto se pasa a lo perfecto.

Pues bien, según el primer modo las potencias intelectivas son anteriores a las sensitivas, y por eso las mandan y dirigen. De igual manera, según este modo de orden, las potencias sensitivas son anteriores a las potencias del alma vegetativa. Pero en cuanto al segundo modo de orden sucede todo lo contrario, porque, en el proceso de generación, las potencias del alma vegetativa, preceden a las del alma sensitiva, puesto que aquellas preparan el cuerpo para las acciones de éstas; y lo mismo se ha de decir de las potencias sensitivas con respecto a las intelectivas."⁶⁰ Posteriormente, y una vez que el niño pequeño va teniendo la capacidad de comprender el lenguaje hablado y las normas de conducta, éstas, refiriéndonos, de modo concreto, a las leyes morales deben ser como un pedagogo, que iluminando y castigando va haciendo nacer en el niño al hombre. Como una ley exterior que debe servir a la ley interior del crecimiento de la persona, ya que es una ley de su propia naturaleza (que para el caso del niño pequeño deben ser leyes comprensibles y adaptadas a su edad, así como fundadas en la naturaleza y no imposiciones arbitrarias). Sin embargo, la ley moral no es sólo una guía para el niño pequeño sino para todas las personas, y tendrá mayor influencia e importancia en los individuos humanos que menos dirijan su vida por la propia ley interior, que es su libertad. Ahora bien, hay que aclarar que la obligación moral para respetar la ley no debe ser externa, el temor; sino que debe poseer un carácter más interno, consistente en la exigencia interior de lograr el propio desarrollo respetando lo específico que se da en él, y que es el ser racional. Bajo este aspecto, la obligación está fundamentalmente sujeta a la libertad de nuestros actos; ya que en los actos específicamente morales no puede haber

⁶⁰ S. T. I, q.77, a.4, c.

coacción, porque si la hay, el retorno de la criatura racional a su Creador, no se hará ya respetando la propia ley natural y específica del hombre. En este sentido, el retorno se desnaturaliza, se hace moralmente malo o por lo menos imperfecto; ya que no es humano. Así pues, la obligación moral en la persona, es que por sí misma y libremente se obligue a volver hacia Dios, de acuerdo a la verdad interna de lo que ella misma es. Por esto, la moral tomista trata principalmente de los principios de los actos por los que la criatura racional vuelve a su Creador que son las virtudes. A causa de eso es fundamentalmente una moral dinámica, del amor, de la felicidad y de la libertad. No se centra en la ley, que es solamente un pedagogo del amor y el remedio de nuestra miseria. Bajo este aspecto la ley debe tender a educar, controlar y ejercitar en el amor, y se va haciendo menos necesaria en la medida en que se crece en la libertad, en la realización de actos humanos. Pero además, mientras vamos madurando como seres humanos, la ley nos ayuda a desarrollarnos y a fortalecernos, nos sostiene en nuestras debilidades y limitaciones, auxiliándonos para crecer a una mayor vida de libertad y de amor.

Voy ahora a tratar sobre la esencia del acto humano, que para Sto. Tomás coincide con el acto moral. "Dentro de las acciones que el hombre realiza, sólo pueden considerarse propiamente humanas aquellas que son propias del hombre en cuanto que es hombre. El hombre se diferencia de las criaturas irracionales en que es dueño de sus actos. Por eso, sólo aquellas acciones de las que el hombre es dueño pueden llamarse propiamente humanas. El hombre es dueño de sus actos mediante la razón y la voluntad; así, se define al libre albedrío, como la facultad de la voluntad y de la razón. Llamamos, por tanto, acciones propiamente humanas a las que proceden de una voluntad deliberada. Las demás acciones que se atribuyen al hombre pueden llamarse del hombre, pero no propiamente humanas, pues no pertenecen al hombre en cuanto que es hombre."⁶¹ Así pues, los actos humanos son conjuntamente actos de la razón y de la voluntad, que son actos

⁶¹ S. T. I-II, q. 1, a. 1, c.

libres. Veamos ahora, brevemente, cada uno de estos aspectos. La inteligencia humana sólo llega al conocimiento cierto y claro de la realidad, en la medida en que es capaz, mediante un gran esfuerzo de abstracción y razonamiento; por eso, a la inteligencia propia del hombre se le llama razón. En cambio, la voluntad es un apetito, es decir, un movimiento de tensión hacia algo. "El acto de la voluntad no es más que la inclinación que procede de un principio interior de conocimiento."⁶² De aquí se desprende que por la inteligencia racional, el hombre conoce un objeto, y tiende hacia él por la voluntad, y como el primer movimiento de la voluntad es el amor, entonces el acto humano, es decir, el acto moral es un acto de amor racional. Y como la moral tomista se fundamenta en los actos humanos, es una moral de amor racional, y con esto, queda desechado del acto moral todo aquello que sea coacción y arbitrariedad. Porque si se da coacción, no hay acto voluntario, y por tanto, tampoco acto moral. De la misma manera, si hay coacción tampoco hay amor. Por todo lo anterior, el acto moral es un acto voluntario, libre y de amor. "La servidumbre se opone a la libertad; por lo tanto, siendo libre el que es causa de sí mismo, como se lee en el Filósofo, siervo es quien no obra como causa de sí mismo, sino como movido exteriormente. Y todo el que hace algo por amor, obra como por sí mismo, porque de propia inclinación se mueve a obrar; ..." ⁶³ Así pues, como los actos que nacen de la razón y de la voluntad son actos libres; ser libre significa que la voluntad que ama el bien real presentado por la razón y que conoce con verdad, porque de no ser así, la actitud de la persona ya no es plenamente libre sino que actúa servilmente. "Dado que la voluntad está ordenada al verdadero bien, cuando, o por pasión, o por un mal hábito o disposición, el hombre se aparta del verdadero bien, obra servilmente. En efecto, cuanto más se sitúa en el orden de la voluntad natural, tanto más se siente inclinado a actuar como movido del exterior. Pero si nos situamos en el punto de vista del acto voluntario, en cuanto que está inclinado hacia un bien aparente (o sea un falso bien moral), el

⁶² S. T. I-II, q.6, a.4. c.

⁶³ S. T. II-II, q. 19, a.4, c.

hombre obra libremente cuando sigue la pasión o el hábito corrompidos. Mas obra servilmente si, en este estado de su voluntad, se abstiene de lo que quiere por miedo a la ley que se opone a este acto. ⁶⁴ Por otra parte, el aspecto más importante de la libertad, es su autodeterminación, porque por ella el hombre se constituye en principio de sí mismo y se hace dueño de sus actos, por lo que sólo se le opone la necesidad de coacción pero no la necesidad natural. Así, cuando el individuo humano desea naturalmente ser feliz, no se contradice con su libertad para serlo, ya que él mismo es quien se autodetermina a este acto, realizándose así, un acto humano, un acto moral. Por ello, la voluntad humana está determinada y libre a la vez frente a la felicidad. Determinada por cuanto todo ser humano busca ser feliz y lo desea necesariamente. Pero es libre, porque como en nuestra existencia cotidiana no existe ningún bien que sea el Bien, y que sería capaz de producirnos una felicidad plena ante la que quedaríamos determinados, ya que colmaría totalmente a nuestra voluntad. Por eso, la inteligencia y la voluntad unidas tratarán de descubrir y amar, dentro de los múltiples bienes que se le presentan, los que son convenientes para quererlos en referencia a ese Bien supremo. En esto consiste la libertad de elección, acto tanto de la razón como de la voluntad. "Somos dueños de nuestros propios actos en cuanto que podemos elegir esto o aquello; mas, como dice el Filósofo, la elección no es del fin. Por consiguiente, el deseo del último fin no es de aquellos sobre los cuales tenemos dominio."⁶⁵ Pero este tipo de libertad no se perfecciona por la mayor cantidad de bienes que se le presentan, ni por la mayor indiferencia ante ellos, sino por lo que es esencial a ella, es decir, por la autodeterminación; por la cual la persona se decide por una determinada opción, la hace suya, se compromete con ella con toda su voluntad, es decir, con todo su amor. Por eso dice Tomás de Aquino: "Asimismo, es manifiesto que los actos que se hacen por amor son los más voluntarios de todos."⁶⁶

⁶⁴ S.C.G. L.IV, C. XXII

⁶⁵ S. T. I, q.82, a.1, ad.3

⁶⁶ S.T. I-II, q.114, a.4, c.

Por todo lo anterior, el acto moral es el acto humano, y este tiene como característica principal ser libre, y lo es porque es un acto autodeterminado. Por eso la conducta moral de la persona lo será más en la misma medida en que la haga más suya, y esto sucederá así en cuanto que se determine a sí mismo por ella. Y como lo que hace que realicemos habitualmente actos humanos, actos libres, es la virtud; ésta, pues, promueve la libertad, y por tanto, la perfección del individuo humano. De esto se desprende que la ley moral por excelencia es la ley interna, la autonomía. Autonomía que no significa desorden o caos, sino autodeterminación para conseguir el cumplimiento de las propias inclinaciones naturales y que son las que nos conducen a nuestra felicidad.

Trataremos ahora el siguiente aspecto de este tema, que son las características del acto humano, después de haber analizado su esencia. Para tener más claridad en esta presentación es importante que entendamos que si para estudiar la inteligencia racional y la voluntad, las consideramos por separado; en el momento en que la persona actúa siempre se implican una a la otra, porque es el individuo humano el sujeto de sus actos, y quien actúa a través de sus facultades, y no éstas por sí mismas.

1.El acto humano se funda en la verdad. La voluntad tiende a su objeto de un modo racional, por ello el acto humano nace de un conocimiento objetivo. Un conocimiento del mismo tipo - en cuanto verdadero- que los conocimientos científicos o filosóficos, y sin este carácter de verdad objetiva, este acto no sería ni humano ni moral. "Por consiguiente, el acto por el que la voluntad tiende a algo que se propone como bueno, por estar ordenado al fin por la razón, es materialmente un acto de la voluntad ciertamente, pero formalmente es de la razón."⁶⁷

2. El acto humano conoce bajo el aspecto universal. Para que propiamente se realice un acto humano es necesario que cuando la persona quiera un bien particular, lo haga apeteciendo en

⁶⁷ S. T. I-II, q. 13, a.1, c.

el una cualidad universal, que es propiamente la característica que posee toda idea, que es como conoce la inteligencia humana y la presenta así a la voluntad. Esto significa que lo que se quiere, se quiere en cuanto bien y no sólo en cuanto que es éste bien. "Aunque la afectividad intelectual se proyecta hacia realidades que están fuera del alma bajo el modo particular, se proyecta hacia ella bajo un aspecto universal: así, por ejemplo, desea una cosa porque esta cosa es buena."⁶⁸

3. El acto humano es un acto ordenado hacia el fin. Esto es, como el acto humano principia en el conocimiento de la razón, y sobre todo de la razón práctica, cuya función es ordenar los actos que realiza la persona a su fin último orientados. Sucede así, porque es la razón práctica la que tiene la finalidad de descubrir el orden que se da entre los seres respecto a su fin. "Ahora bien, la regla y medida de nuestros actos es la razón, que, como ya vimos (q.1, a.1, ad.39), constituye el primer principio de los actos humanos, puesto que propio de la razón es ordenar al fin, y el fin es, según enseña el Filósofo, el primer principio del orden operativo."⁶⁹

4. El acto humano debe apetecer el bien universalmente. Con esto quiero afirmar, que cuando el individuo humano ame un bien, lo ame en su universalidad, o sea, que, se quiere un bien universalmente no cuando se ama sólo para sí mismo sino también para todos los demás. Así, una persona que lucha por la justicia, pero no lucha también por la justicia para su enemigo, lucha por su justicia pero no por la justicia. "Y también la voluntad admite esta noble consideración; por razón de la universalidad de su objeto, en cuanto que tiende al bien común, y en cuanto potencia del alma con una determinada actividad..."⁷⁰

5. El acto humano debe buscar su fin último en cada bien apetecido. En este caso, el fin conocido y amado como tal, le da al acto humano su calidad *humana*, y entre más conocido es este fin en cuanto fin, el acto humano es más perfecto. Porque lo que le da a este acto su calidad

⁶⁸ S. T. I, q.80, a.2, ad.2.

⁶⁹ S. T. I-II, q.90, a.1, c.

⁷⁰ S. T. I, q.82, a.4, c.

moral es el fin en cuanto que es libremente querido. Por eso, también, la moralidad del acto se mide por la moralidad del fin. Y todos los fines intermedios que se propone la persona los quiere en orden al fin último y que el individuo humano se propone a sí mismo. Esto es de tal modo, que el hombre no realiza actos humanos hasta que, por un primer acto, le da un fin último a su vida. Aunque esto no significa que en cada acción esté eligiéndose explícita y deliberadamente este fin; basta que esta orientación sea implícita. "Es necesario que el hombre desee por el último fin todo cuanto desee. Y esto por dos razones. En primer lugar, porque cuanto desea el hombre, lo desea bajo la razón de bien; y, si éste no es el bien perfecto, que sería el fin último, es necesario que lo desee como tendiente al bien perfecto, porque siempre el comienzo de algo se ordena a su perfeccionamiento, como se ve en las obras de la naturaleza y las artificiales."⁷¹

6. El acto humano -por el amor- debe ser exático u oblativo. El primer movimiento del apetito es el amor, pero como la persona humana tiene distintos apetitos, se dan en ella también diversos tipos de amor; pero el que es propio de su naturaleza es el amor libre y electivo, que es el amor más noble y humano que realiza la persona. Pero además, por su razón el hombre se forma una idea de la realidad y de su propio fin, pero por el amor se hace lo amado. Por ello el amor es exático, por él el individuo humano sale de sí mismo. La aprehensión de la razón precede al afecto del amor. Y, por tanto, así como la razón inquiere, así el afecto penetra en el objeto amado. "El conocimiento se perfecciona por cuanto lo conocido se une al que conoce a través de su semejanza. Pero el amor hace que la misma cosa que se ama se una de algún modo al amante, ..."⁷²

7. El acto humano produce alegría. Sabemos que el amor satisfecho es feliz, y la felicidad perfecta la alcanza el hombre en la posesión de su último fin. Aunque en éste realmente se distingue el fin en su realidad extrasubjetiva y la posesión del mismo, no pueden separarse; no son

⁷¹ S.T. I-II, q. 1, a. 6, c.

⁷² S. T. I-II, q. 28, a. 1, ad. 3.

dos fases distintas sino que son concomitantes; pero primero y principalmente se busca el fin como realidad extrasubjetiva y después, y en relación con lo anterior, la felicidad. Esto es lo que salva a la moral tomista de caer en el hedonismo. Pues aunque Tomás de Aquino no niega la alegría, la sitúa en su lugar, que es en la consecución del objeto del acto humano: pone a la realidad en primer lugar y en segundo, y como consecuencia, la felicidad. "..., porque la delectación es causada por el hecho de que el apetito descansa en el bien conseguido. Por eso, no puede haber bienaventuranza sin delectación concomitante, pues la bienaventuranza no es otra cosa que la consecución del bien sumo."⁷³ Aunado a esto y partiendo de que la felicidad plena, que es la perfección última, ejerce su atracción en todos los actos humanos que nos conducen hacia ella. Por eso todo acto humano, de algún modo, participa de esa felicidad, y se convierte también en criterio de que ese acto es humano; ya que el virtuoso no sólo actúa bien o virtuosamente sino también lo hace con alegría. "Pero en la vida presente, carecemos de la perfección de la bienaventuranza, en la misma medida en que carecemos de la unidad y continuidad de una operación así. Sin embargo, hay una participación de la bienaventuranza; y tanto mayor cuanto la operación pueda ser más continua y única."⁷⁴

Por otra parte, tiene tanta importancia la alegría o el placer en el acto humano, que dependiendo de ellos, se puede juzgar al individuo humano como bueno o malo moralmente; ya que la persona que es buena moralmente es la que se complace con las acciones virtuosas y mala la que lo hace con las malas obras. "Ahora bien, el descanso de la voluntad, y de cualquier apetito en el bien es la delectación. Y, por tanto, se juzga que un hombre es bueno o malo principalmente por la delectación de la voluntad humana."⁷⁵ Pero además, otro de los aspectos de la alegría en el acto humano es que hace que la acción sea más fuerte, perseverante y poderosa.

⁷³ S.T. I-II, q.4, a.1, c.

⁷⁴ S. T. I-II, q.3, a.2, ad.4

⁷⁵ S. T. I-II, q.34, a.4, c.

8. El acto humano siempre apetece un bien honesto. Dentro de las posibles divisiones del bien podemos considerar la siguiente: el bien deleitable, que es el que desca en cuanto que produce al apetito un descanso y satisfacción. El bien útil, que es aquel que queremos como un medio para lograr otro bien. Por último, se encuentra el bien honesto, que es amado por sí mismo. El bien que la persona apetece como el objeto de sus actos humanos es el bien honesto, que es el que posee una bondad intrínseca. Aunque también es cierto que no por el hecho de ser amado por sí mismo, no pueda contener dentro de sí, las características de los bienes inferiores; es decir, puede ser también útil y deleitable, pero no es amado primero y principalmente por estos aspectos, porque de ser así, se caería en un desorden que sería contrario al acto humano y por tanto a la moral. "Se llama honesto lo que por sí mismo es deseable para el apetito racional o voluntad, que tiende a lo que es conforme a la razón. Deleitable es lo que por sí mismo agrada al apetito sensitivo."⁷⁶

En lo que se refiere a las consecuencias del acto humano, que es lo que pretendo exponer ahora, hay que decir: en primer lugar, que las acciones son de la persona y es ella la que ejecuta las operaciones a través de sus facultades, que son la inteligencia y la voluntad cuando son actos humanos. En segundo lugar, el individuo humano no es sólo espíritu sino que es también un animal, y por eso realiza otro tipo de actos, como son los sensitivos y vegetativos, que si no son exclusivamente humanos es el mismo hombre concreto quien los lleva a cabo. Ante esto se presentan dos posibilidades; o el hombre es dos naturalezas accidentalmente unidas, y por tanto, cada una por separado lleva a cabo sus operaciones. O, la persona humana actúa como una unidad, y por así decirlo, humanizando e integrando todos sus actos por lo que es propio de ella. Según el pensamiento tomista, que yo asumo, es esto último y que expondré a continuación.

El hombre concreto, como ya he dicho antes, se va construyendo a sí mismo -en el orden operativo- a través de sus actos humanos, y que en la misma manera en que se van multiplicando

⁷⁶ S. T. II-II, q. 145, a.3, ad.1

se va estructurando la organización de las virtudes, por las cuales el sujeto humano, a su vez, adquiere una mayor disposición para realizar actos humanos, y por lo que se integra todo lo que hay en él. En donde cada acto humano va poniendo orden en la gran multitud de acciones que el hombre ejecuta, y las va integrando de una manera jerárquica y armónica. Jerárquica porque las facultades superiores tienen que dirigir y ordenar a las inferiores, y éstas obedecer y cumplir sus funciones propias buscando el bien propuesto por las superiores. En armonía, porque no se trata de reprimir ni de eliminar la función de ninguna sino que todas cumplan con su tarea de una manera ordenada y buscando el bien del todo. Esta armonía sólo puede lograrse en la búsqueda de una finalidad común y externa a la persona, que será el fin último. "Si quisiéramos inquirir el fin del todo y de sus partes hallaríamos, primero, que las partes se ordenan a sus propios actos, como el ojo para ver. Luego, que las partes menos nobles están ordenadas a las más nobles, como los sentidos al entendimiento y los pulmones al corazón. En tercer lugar, que el conjunto de las partes tiende a la perfección del todo, como la materia a la forma, pues las partes vienen a ser como la materia del todo. Fuera de esto, todo el hombre tiene un fin extrínseco a sí mismo, a saber el gozar de Dios."⁷⁷ De esto se desprende la principal consecuencia del acto humano, que es el ser la causa de la unificación y la integración de la persona humana. Y esto lo va a lograr en dos sentidos: en sí mismo y hacia afuera. En sí mismo, porque a través de la intención del fin último, que se hace por un acto humano y que unifica a todas las facultades para dirigirse hacia él. Hacia afuera, porque logra integrar y armonizar todos los fines parciales y los medios en orden al fin último. Porque de la misma manera que el ojo ve por toda la persona, la inteligencia racional y la voluntad conoce y ama por el hombre completo. Así pues, la persona alcanza su unidad tanto por el lado del objeto como en sí misma. Por el lado del objeto, porque en el amor de los bienes concretos ama el bien universal, que es uno solo. En sí misma, porque la persona se determina a sí misma a querer el

⁷⁷ S.T. I, q.65, a.2, c.

bien, y así unifica y armoniza todas las tendencias apetitivas al tender a un fin superior: ya que cuando la voluntad quiere un deseo del apetito sensible lo asume y lo humaniza. "Ahora bien, el objeto de la voluntad es el bien en común, que tiene razón de fin. Por eso desde él la voluntad mueve a las otras potencias del alma a sus actos, pues las usamos cuando queremos; porque los fines y las perfecciones de todas las otras potencias están incluidos en el objeto de la voluntad como bienes particulares, ..."78

El modo concreto como los actos humanos integran los movimientos apetitivos sensibles del hombre es por medio del imperio. Gracias a él las pasiones del hombre pueden ser integradas y asumidas por él, humanizadas, es decir, las convierte en objeto de virtud: concretamente lo hace con las virtudes de la templanza y de la fortaleza, que pertenecen al apetito concupiscible e irascible respectivamente. De este modo los apetitos sensibles se constituyen en principios de actos humanos, y que una vez integrados a la voluntad le participan su propia intensidad y fuerza. "Y de un modo similar tiene también en nosotros el apetito sensitivo cierta excelencia sobre los animales; esto es: que les es natural obedecer a la razón. Y en este sentido pueden ser principios de actos voluntarios..."79 La manera en que esto se lleva a cabo es cuando la libertad considera como materia de su elección los determinismos pasionales sea para aceptarlos haciéndolos suyos o rechazándolos; así, los actos humanos participan sobre las potencias sensibles. "Mas hay otro apetito que sigue a la aprehensión de que apetece, pero por necesidad, no por juicio libre. Y tal es el apetito sensitivo en los animales, el cual, sin embargo, participa algo en los hombres de la libertad, en cuanto que obedece a la razón."80

Por último y a manera de síntesis veremos ahora las etapas del desarrollo moral que se va realizando en el individuo humano.

78 S. T. I-II, q.9, a.1, c.

79 S. T. I-II, q.74, a.3, ad.1

80 S.T. I-II, q.25, a.1, c.

Primero, cuando el hombre es bebé o se encuentra en la primera infancia, su inteligencia y su voluntad no están todavía desarrolladas para cumplir con su función, y no realiza aún actos humanos ni, por tanto, vida moral. Aquí los esfuerzos del niño para ser bueno se realiza en un nivel pre-moral.

Posteriormente se llega al momento en el que el niño alcanza el nivel en el cual es capaz de hacer un acto humano por primera vez. Según las capacidades propias de su edad y las limitaciones a las que está sujeto para descubrir un fin último y universal por el cual decide su propia vida, entonces ha alcanzado el nivel de la vida moral.

Un tercer momento que es la etapa más común y extendida entre los seres humanos, en la cual los actos humanos se acrecientan y se comienza a obtener algunas virtudes, otras se poseen ya, y algunas más todavía no se realizan de manera perfecta. Su voluntad se orienta más hacia un fin último pero aún lo hace débilmente. Las pasiones no están armonizadas totalmente y algunas veces dominan a la razón y a la voluntad, otras son éstas las que logran el dominio. Hay primacía de la vida moral pero no hay un desprendimiento pleno de la vida sub-moral. Su comportamiento cotidiano es una mezcla de moral infantil y moral adulta.

Por último, es en este nivel en donde el organismo de las virtudes llega a su pleno desarrollo. El hombre ya siempre actúa como hombre. Posee de una manera estable el dominio de sus actos y abarca a toda su actividad. Es en este momento de la vida moral del individuo cuando retorna a su Creador conforme a lo propio y específico de su naturaleza.

CONCLUSIONES.

La mayoría de las corrientes psicoterapéuticas están orientadas a lograr que la persona humana viva de un modo pleno, satisfactoriamente y de ser posible feliz. Para lograrlo se busca que la persona se vaya integrando armonizadamente en su actividad y en sus actitudes. Pero para hacer esto no cuenta con un marco de referencia que la guíe en este quehacer, y como las distintas psicoterapias, por la tarea específica que realizan, no pueden proporsionarse a sí mismas, por ello hace falta que lo encuentren en otra ciencia. Además por su método y ciencia en que inmediatamente se fundamentan (que son empíricas) no tienen la capacidad de hacerlo. Por esto propongo la moral como posibilidad para proporcionarle esta visión. Y en concreto la moral tomista. Pero además la razón de que sea la moral y no la Antropología filosófica es por dos aspectos: primero, la moral, que se fundamenta en la Metafísica y en la Antropología filosófica nos dice cómo debe ser, cómo comportarse y actuar el hombre para ser plenamente hombre, para ser feliz. Segundo, porque tanto la moral como la psicoterapia son ciencias prácticas, y por ello, les interesa el estudio del ser humano individual, que es el que realmente existe, vive y actúa, aunque a veces mal.

Considero también, que entre la moral y la psicoterapia existe una relación de proporción inversa. Pues en la misma medida en que el ser humano abandona una adecuada vida moral - como la que a mi juicio propone Tomás de Aquino-, el hombre tendrá más desajustes emocionales y cognoscitivos, es decir, vivirá una situación de neurosis como la denominan los psicoterapeutas. Porque muchos de los sufrimientos que el individuo humano experimenta hoy día es debido a que actúa en contra de su propia naturaleza, lo que es inmoral y provoca problemas neuróticos. Hay que recordar que el dolor es un aviso de la propia naturaleza para decirnos que algo anda mal en

nuestra vida. Aunque, también, es innegable que existen dolores y sufrimientos producidos por deficiencias orgánicas y por nuestra condición de seres limitados e imperfectos.

Por otra parte, la moral puede proporcionarle a las distintas escuelas psicoterapéuticas un doble punto de unidad, más orgánico y no sólo por agregación de pensamientos. El primero parte de la misma unidad de naturaleza que se realiza en la persona humana, y que podemos denominarlo como el aspecto teórico. El segundo, que sería el aspecto práctico; es el del principio de finalidad en el desarrollo o perfeccionamiento, en el orden operativo, del ser humano individual.

La moral considera también de una manera completa la vida del ser humano como un proceso siempre perfectible. En donde la persona va cada vez más avanzando en una mayor integración y armonía en su crecimiento como lo que es; asumiendo todas sus capacidades y potencialidades que se dan en ella. Que para la moral consistirá en una vida de virtud y de felicidad; y que es lo que por otros nombres y por otros métodos buscan las diversas escuelas de psicoterapia, que estarán más de acuerdo con la moral en la misma medida en que posean un conocimiento más real y adecuado de lo que es la persona humana.

Por último, como en todo encuentro, siempre que las realidades se comunican, sean personas o conocimientos, ambos se enriquecen. También aquí es innegable que se lleva a cabo. Porque la psicoterapia también aporta sus propios conocimientos para iluminar a la moral. Ya que por una parte, la psicoterapia participa todos sus conocimientos en lo que se refiere al inconsciente, que influye mucho en la conducta del hombre concreto, y que la moral no le ha prestado suficiente atención. Por otra parte, muchas de las técnicas de conocimiento utilizadas por la psicoterapia, pueden auxiliar a la persona humana a conocerse mejor y más profundamente a sí misma ; y

como ya decía Sócrates : "Conócete a ti mismo". Sin embargo, es importante recalcar que la psicoterapia es un medio, un instrumento y no un fin en sí misma; porque si perdamos esto de vista fácilmente caeremos en el error de considerarla la solución de todos los males de la humanidad y refugio del hombre en busca de sentido y felicidad, cosa que no puede ofrecernos, porque su tarea es ayudar a eliminar los desajustes emocionales y cognitivos que nos impiden desarrollarnos como personas.

BIBLIOGRAFIA.

MORAL.

1. AQUINO, Tomás de. Comentarios a la Ética a Nicómaco. Ediciones CIAFIC. 1983.
2. AQUINO, Tomás de. Suma Contra Gentiles. Ed. Asociación Católica Nacional de Propagandistas. B.A.C. Madrid, España. 1959.
3. AQUINO, Tomás de. Suma Teológica. Ed. Asociación Católica Nacional de Propagandistas. B.A.C. Madrid, España. 1959.
4. ARISTOTELES. Moral a Nicómaco. Ed. Espasa Calpe Mexicana, S.A. Colec. Austral. # 308. México, D.F. 1980.
5. MESSNER, Johannes. Ética General y Aplicada. (Una ética para el hombre de hoy). Ed. RIALP. Madrid, España. 1969.

PSICOTERAPIA.

1. CENCINI, Arnadeo y MANETI, Alejandro. Psicología y Formación. (Estructuras y Dinamismos). Ed. Publicaciones Paulinas. S.A. de C.V. México, D.F. 1985.
2. ELLIS, Albert y ABRAHM, Elliot. Terapia Racional-Emotiva. Ed. PAX. México, D.F. 1980.
3. FRANKL, Viktor. Psicoanálisis y Existencialismo. (De la psicoterapia a la logoterapia). Ed. F. C.E. Breviarios # 27. México, D.F. 1978.
4. JASPERS, Karl. Psicoterapia. (Esencia y Crítica de la Psicoterapia). Ed. Compañía General Fabril. Colec. Experiencia. Argentina 1966.
5. NIETO-CARDOSO, Ezequiel. Psicoterapia. (Principios y Técnicas). Ed. PAX. México, D.F. 1994.
6. PATTERSON, C.H. Psicoterapia y Teorías del Counseling. Ed. Descleé de Brouwer. Bib. de Psicología. # 6. Bilbao, España. 1978.

7. VILLANUEVA-REINBECK, Martín A. Más allá del principio de autodestrucción.

Ed. Manual Moderno. México, D.F. 1973.