

luis weinstein

De Personas saludables en una sociedad saludable. Ed Lom.

MI CAMINO.
COMO CREO QUE LLEGUE A MI PROPUESTA

Te estoy sugiriendo que te sumerjas en tu proyecto de vida, que pases a participar en tu desarrollo como persona.

Lo hago desde la perspectiva de integrar la vida de cada uno de nosotros con la vida en sí, con la existencia, la aventura humana en especial.

Tengo un referente, la salud en el sentido más amplio y comprensivo del término. Parto del supuesto de que lo importante es tu definición, autónoma, creativa, pero me pongo en el caso de que te inclines, ojalá temporalmente, por explorar mi opción personal.

Quiero compartir contigo, a grandes pinceladas, algunos pasos de mi camino. Los más recordados, aparentemente los más importantes.

Te daré a conocer unas pequeñas viñetas, instancias significativas en el proceso conducente a mi propuesta, proyecto, en las dimensiones del desarrollo personal.

Tengo tres o cuatro años. Soy un niño bien cuidado, con padres y hermanos, en una casa confortable donde reinan relaciones armónicas.

De improviso, me invade un pensamiento inquietante, difícil de evocar a tantos años de distancia, imposible de describir cabalmente en su asociación con un afecto especial.

Es una alegría, acompañada de serenidad, rodeando a una especie de súbito descubrimiento de mí mismo, situado en una realidad. Era decirme, al mismo tiempo, yo soy un alguien que está aquí y "necesita" vivir de una cierta manera.

Mirando la experiencia, con las puras señas, tan débiles, de sentirla relevante, de no haberla olvidado como un todo, pero sí en sus detalles,

diría que sentí asombro, me aparté de lo familiar, de lo mecánico, la vida tomó forma de pregunta, pero, simultáneamente, junto a ese sentir experimenté la conciencia de un no saber básico, como de estar creyendo y no creyendo en la realidad de un sueño.

Paralelamente, tuve una vivencia de certidumbre en relación a la vida, a "querer ayudar a que a todos les fuera bien". A "portarse bien".

Mi memoria solo puede evocar esas dos vertientes, la extrañeza, la separación de mi simple estar "fluido" en la cotidianidad, el tomar conciencia, fugaz, de mi propia existencia como envuelta en el misterio.

Por otro lado, esa convicción, ese "sí saber" del necesitar comportarme con cuidado, con una cierta orientación, del "importarme lo que hiciera con los otros". De poner atención en mi conducta.

Confieso no poder dar una explicación "científica" del episodio.

En conversaciones con clínicos, personas del mundo espiritual, amigos cercanos e integrantes

de grupos formativos, han entrado a relucir diferentes nombres: episodio psicótico larvado, momento místico menor, experiencia paranormal inespecífica...

No me siento inclinado a especular al respecto. Fue una vivencia acotada, no comunicada a nadie; no hubo nada que llamara la atención a unos padres observadores, a una "nana" muy inteligente y comprometida, a un tío médico interesadísimo en la conducta y educación de sus sobrinos, que vivía en la casa.

Supongo, ahora, que el no haber contado nada formaba parte de una intuición de que "no correspondía" hacerlo, que era parte de algo personal, no transferible.

Además, era una especie de expansión, un cambio, no amenazante, con sentido.

No puedo avanzar mucho más. Lo que me parece claro, examinando mi vida, es que ese episodio marca el inicio de mi proyecto de vida intencional, examinado, con intervención de mi consciencia.

Los grandes cambios pueden venir a cualquier edad, aunque no es tan frecuente, por cierto, su presencia en esos años, los de la llamada primera adolescencia

En la lectura de biografías y en los diálogos, aparece, generalmente, una relación entre orientaciones de vida y algún "hecho externo", como la muerte de un ser significativo, una separación, el encuentro con alguien relevante, la participación en un grupo o en un movimiento.

Por excepción se dan estos casos de una especie de "salto", acaecido a raíz de un sueño, en una meditación, en un momento amoroso, como un brotar "del azul", como dirían los anglosajones, a propósito de mi experiencia a los tres o cuatro años.

Desde ese momento, borroso en su actualización, claro, poderoso, en su repercusión emocional, me siento acompañado por el asombro en sus connotaciones existenciales, el admirarme de "estar aquí", de que exista "el aquí", y de las consideraciones éticas, el preguntarme, constantemente "qué debo hacer", el importarme el cómo se portan los otros y cómo lo hago yo.

He recorrido un largo camino hasta el poder traducir esas vivencias en una posición integradora, propositiva, con cierto grado de estructuración. Tenía esas vivencias, fui agregando emociones, ideas, perspectivas, pero ellas demoraron en hacerse realmente mías, partes de mi orientación espontánea, libre. Podría adoptar la referencia de Neruda cuando dice "yo entré al partido, pero el partido demoró en entrar en mí".

Soy un poco mayor, segunda preparatoria, los viejos subterráneos de Instituto Inglés, donde después se trasladó el Instituto Pedagógico. Hay una descomunal pelea a palos entre pro republicanos y partidarios de Franco.

Sin pensarlo mayormente, me siento republicano, asumiendo, con pena, que mi mejor amigo sea franquista. Voy a la casa y empiezo a leer los diarios que traen noticias de la guerra civil española. Me siento interesado en lo que pasa en el mundo.

Desde entonces no dejo de tener presente la política, nacional e internacional. Viene la elección

de 1938 y me vuelvo a definir, soy de los "bigotudos" de Pedro Aguirre, enfrentados a los "pelados" de Gustavo Ross.

Viene la segunda guerra mundial, la vivo en los mapas donde muevo alfileres que muestran las posiciones de aliados y partidarios del eje. Recuerdo una tarde en que la radio anuncia la caída de París en manos de los nazis. Mi familia juega a los naipes, yo siento un nudo en la garganta, no puedo contener las lágrimas. Tal vez en ese momento ha cristalizado un paso en mi desarrollo, la asociación entre afectividad, imaginación y ética.

No hilo la vivencia del asombro, siempre cercana, con este contenido, la preocupación por lo político, nacional e internacional. A los 11 años mi familia escucha, extrañada, cómo les hago un discurso sobre la marcha de la guerra.

Al día siguiente, interpelo a un tío receptivo sobre sus ideas acerca de la existencia de Dios. Los mundos de sentido no se me juntan.

Después, por largos años, sentiré la distancia de mis amigos espirituales cuando les hablo de lo

social, como la incomodidad de los políticos y de muchos actores comunitarios cuando el tema es el misterio, la metafísica.

Hitos en mi crecimiento como persona, viñetas. El asombro, la ética, la imaginación sociológica. Un paso importante lo tuve a los 14 años leyendo " Del Sentimiento Trágico de la Vida", de Unamuno. El autor devela su deseo profundo, inalienable, de vivir eternamente, en carne y hueso, de no morir. Leo por primera vez con detención, haciendo anotaciones junto a los párrafos eruditos y turbulentos del vasco vehemente y genial. Topo con su Oración del Ateo

"Sufro yo a tu costa
/Dios no existente
/pues si tú existieras
/existiría yo también de veras/..."

Se me junta con una referencia leída sobre Spinoza en el sentido de que a ese pensador le dolía Dios... Yo también estaba "dolido" por Dios, sufriendo, por su inexistencia, escribiendo un poema infantil : "Dónde estás creador de calvas

circunferencias / De luces necias / De lo obscuro sobrecogedor..."

La lectura de ese libro, unida a incursiones en otras obras de menor gravitación, me preparó para sentir un tremendo remezón al encontrarme con Dostoievski y la pregunta de Iván Karamazov al demonio: ¿"Existe Dios"? "

obre el asombro, al lado o abajo, empezó a sobreponerse la duda. Ya no era solamente la inquietud metafísica abierta, serena, entusiasta, incluso, en la exaltación del asombro.

Era la emergencia de la duda, una especie de responsabilidad mía en llegar a saber, a responder si existe Dios. Curioso, complejo, el libro de Unamuno me despertó, junto con la dimensión de la duda, una necesidad de réplica a su visión trágica de la vida dada la inevitabilidad de la muerte.

Fue una especie de sentimiento vago, después convertido en sospecha y, con el remanso de algunos años de adolescencia, cristalizado en convicción.

Uniendo el asombro a esa rebeldía por lo finito de la vida, mi reacción era de un reconocimiento, de un mirar positivamente la vida. Empecé a fantasear, todavía lo hago, con la expresión "sentimiento mágico de la vida". Si uno desea que la vida siga, la desea eterna, entonces la quiere, la asume, misteriosa, asombrosa, mágica.

La emoción del asombro fue adquiriendo más dimensiones, se enlazaba con la duda, se continuaba con un rescate positivo de su esencia. En el asombrarse, con admiración, el maravillarse, se daba la confusión con la magia.

Allí nacía una tendencia a distanciarme de las búsquedas de momentos mágicos particulares, rarezas, milagros. Para qué, si en el trasfondo de todo estaba la magia.

Sentimiento mágico del existir en todos sus alcances, desde los más cotidianos a los momentos de plenitud en la comunicación profunda, en la penetración en el saber, en la ternura, en la belleza. Magia de trasfondo misterioso, inaccesible, de alguna manera lleno de coherencias y abierto, mejor dicho hospitalario, con lo humano.

Por aquel tiempo yo escribía mucha poesía. En mi casa solían criticarme diciendo que corría riesgos, debía enterara de que, contra lo que yo parecía creer, "todo no es poesía". Cuidado con la prosaica astucia de los otros. Riesgo de ser portador del "cromosoma de la ingenuidad".

Esta compenetración con el sentimiento mágico me distanciaba -y me distancia- de la entrega completa al poema, de la identificación excluyente con la poesía escrita, para sumirme en la idea fuerza de la poesía básica, la poesía de la vida. Muchos años después, encontré la metáfora de mi visión de la relación entre vida y poesía en el texto de Heidegger sobre Hölderlin.(17) El asombro, el sentimiento

(15 Fiodor DostoieYski. *Obras Completas*. Aguilar. Madrid. 1954.

16 Miguel de Unamuno. *Del sentimiento trágico de la vida*. Renacimiento. Madrid.1926

17 Martin Heidegger, *H61derlin y la Esencia de la Poesía*. En *Arte y Poesía*, Fondo de Cultura Económica, México, 1988.)

mágico, dan un sello poético al existir humano.

Eso, a pesar de la muerte, no obstante todas las limitaciones humanas, la insensibilidad al sufrimiento del otro, la injusticia, la banalidad; más allá de mis dudas sobre Dios; allende mi terror ante el fascismo, ayer; mi distancia frente al pragmatismo individualista, hoy.

No te estoy ahorrando categorías problemáticas, porque el desarrollo personal es complejo y un punto de apoyo para llegar a marcos referenciales propios es compartir sus aristas, sus nudos, sus vertientes nutricias, sin poner dificultades artificiales, pero, tampoco, esquivando el detenerse en las reales.

Te quiero dar una imagen sintética, pero verdadera, de lo que ha sido mi larga marcha hacia una propuesta. Con sus contradicciones. Con sus luces y obscuridades.

Entré a estudiar medicina, después de haber seguido diversos cursos en Filosofía y en la Escuela de Derecho, con una experiencia de trabajo voluntario en población, de haber participado en revistas y en academias literarias, de tener una práctica política.

Mi objetivo era dedicarme a lo que entonces se llamaba higiene mental, susceptible de ser identificado, en la terminología actual, con el desarrollo personal.

Tenía conciencia de que ese campo, claramente interdisciplinario, trans disciplinario y trans profesional, requería de una formación humanista como la que yo estaba integrando, pero, además, de una familiaridad con el método, la exigencia científica y ciertos conocimientos "duros" susceptibles de ser facilitados por la carrera de medicina, más allá del alcance de los esfuerzos de un autodidacta o de otros estudios más amplios y menos objetivos.

En medicina, efectivamente, incorporé, en la gestalt de componentes de mi proyecto, la dimensión del rigor, de la búsqueda de evidencias, de la distancia frente a la retórica.

Si hoy tengo recelos frente a las propuestas "verbosas", ajenas a toda evaluación, donde no se precisan objetivos y acciones, se lo debo a los estudios de medicina

. Mientras estuve en la Escuela viví una experiencia adicional, bastante clave en mi formación. Me incorporé a la juventud comunista. Yo era una persona de ideas de izquierda, con antecedentes de haber participado en la juventud socialista, crítico de la Unión Soviética, con recuerdos de infancia, muy patentes, del pacto ruso-alemán y del asesinato de Trotski. Me obsesionaba la metafísica, me llenaba la poesía, leía a Sartre y a Kafka, me interesaba Freud. Mi perfil no correspondía en absoluto al de un militante, seguidor de una línea, firmemente adherido al marxismo, cumplidor metódico de tareas. Sin embargo, me invitaron a una reunión de "célula" de la Escuela y... al cabo de unos meses yo era el secretario político de la agrupación y, luego, encargado regional de estudiantes. ¿Qué sucedió? Demoré mucho en darme cuenta y sacar todas las conclusiones. Mis diferencias de ideas se neutralizaron, perdieron consistencia, dejaron sus aristas, en un grupo muy fraternal, solidario, honesto, extraordinariamente abierto, muy bien intencionado.

Entré en una especie de embrujo. Nadie practicaba ninguna forma de seducción. A todos nos nutría esa atmósfera tremendamente

estimulante de integridad, calidez y trabajo serio. En alguna parte seguían vivas mis dudas y las de la gran mayoría de los participantes. Se notaba en la distancia con que tomábamos los informes que nos llegaban de organismos superiores con sus inevitables reiteraciones, sin sentido crítico, al modo de "compañeros, los acontecimientos han demostrado una vez más la justeza de la línea del Partido, el campo del imperialismo se debilita y crece, en forma incontenible, el mundo socialista".

Línea, partido, mundo socialista, eran abstracciones, lo que nos energizaba y comprometía era ver la honradez y la valentía de estudiantes y trabajadores, de dirigentes y simples militantes.

De improviso, todo empezó a dar vueltas, en forma angustiante. Vino el informe de Krushev sobre el terrorismo y el culto de la personalidad de Stalin. Para muchos fue una terrible revelación. Para mí, peor que eso. Yo lo sabía. Entré a la organización con conocimientos, lecturas, experiencias, convicciones, que no admitían dudas sobre las arbitrariedades de Stalin y el totalitarismo de la Unión Soviética. ¿Qué me ocurrió después? Es evidente que no encontré

elementos de juicio que me pudieran haber hecho, con lógica y evidencias, cambiar de perspectivas. Me atrajeron las personas, su calidad, las relaciones en nuestro grupo. La riqueza afectiva me llevó a negar mi sentido crítico respecto al contexto, a nuestro referente, la Unión Soviética, las dimensiones unilaterales del marxismo.

Puedo resumir que, en síntesis, la experiencia de la juventud comunista me hizo valorar la gravitación de lo afectivo. Une, permite tener acceso a visiones nobles, pero puede, también, enrarecer la perspectiva, alejar de la realidad, del sentido crítico.

Puede desviar de la orientación del proyecto de vida, de la propia experiencia de vida.

Recibí una lección contundente. En una palabra, lo que viví en la juventud comunista fue una convivencia amorosa, con un erosionamiento de la racionalidad, del sentido crítico. Pasarían unos años antes de dar un primer paso de recuperación de esta experiencia con el estudio del libro de Bruno Bettelheim,(18) a raíz de sus experiencias en un campo de concentración, sobre la realidad de que "el amor no es suficiente." Hay que

entender, seguir la trama de las situaciones en que uno está

(18 Bruno Bettelheim. *El Corazón Bien Informado*. Fondo de Cultura Económica. 1973.)

inserto conociendo la orientación de los diferentes actores implicados

Más tarde llegué a integrar el contenido en la visión de una racionalidad integradora, postulando la necesidad de aunar, de modular, entre el compromiso y el desapego, poder sumergirse en la acción, involucrarse y saber distanciarse, dejar responsabilidades; poder trascender la dicotomía entre lo racional y lo valórico afectivo.

Al terminar mis estudios de medicina, se me presentó la oportunidad de actualizar mis inclinaciones vocacionales trabajando en salud mental en la comunidad. Una combinación de psiquiatría y medicina preventiva al estilo de mi viejo anhelo de dedicarme a la higiene mental.

En el lapso extendido entre principios de 1958 y septiembre del 73, trabajé en tres experiencias asociadas al concepto de integración en salud.

Yo traía mis opciones por el asombro, la magia, la poesía, junto a la ética, política y la acción social y a las inquietudes sobre la afectividad como un primer pivote psicológico en el tramado del desarrollo personal

. La salud pasó a ser un campo concreto de trabajo, ligado a una elaboración conceptual sobre el tema de la integración.

Entre 1958 y 1966 participé en la labor del Centro de Demostración de Medicina Integral, de Quinta Normal, como coordinador de salud mental.

Entre muchas experiencias, me convencí de la importancia del trabajo comunitario, de sus dificultades, y de que su eje era, precisamente, el "espíritu comunitario", la tensión, la lucha inacabable por relaciones personalizadas, más allá de las funciones y jerarquías.

En el trabajo palpé la fuerza de la resistencia a la integración desde una defensa de la identidad personal aislada, o de la identidad profesional. Lo difícil que es la entrega a relaciones cara a cara, humano a humano.

En un curso de Salud Pública en la Universidad de Londres, vi cómo la integración podía ser un enunciado retórico al servicio de la mantención de imágenes de los profesionales. No había clase o visita educativa en que no se insistiera en la

importancia de la integración, en circunstancias de que nunca se nos intentó explicar por qué era algo tan difícil de lograr ni de cómo se podía hacer una educación que favoreciera su desarrollo.

Entre el 66 y el 68 formé parte de una experiencia de educación médica en un hospital, centrada sobre la educación en salud.

Era el trabajo en el cambio de la mentalidad de los médicos basado en invitarlos a que participaran en la educación de los alumnos, para que ellos, a su vez, educaran a los pacientes.

El trabajo me puso frente a la complejidad de la educación democrática, en este caso límite en que se suman autoridades racionales y no racionales en la relación de médicos y pacientes.

Los profesionales tienen un saber actualizado, sistematizado, dependiente de la razón y del método experimental.

Los pacientes tienen su experiencia subjetiva, lo que sienten, y además, muchas veces, recuerdos y accesos actuales a formas de medicina paralela.

Está la autoridad "racional", real, del profesional, junto al "exceso", a la "plusvalía", arbitraria, de sobredimensión de lo suyo, de adhesión al poder más allá de los requerimientos de la tarea.

Después vino un viaje a Berkeley, a conocer la cultura hippie en su momento de florecimiento de 1968. Entre muchas impresiones, no susceptibles de ser tratadas en este espacio, se me produjo una especie de convergencia de referentes

. Estaba trabajando sobre el tema de la salud y me propuse estudiar una cultura, la de los jóvenes hippies, símbolo importante para los jóvenes de todas partes, relevante para su salud.

Los hippies, en su expresión más auténtica, representaron el esbozo de una nueva civilización, la de las relaciones fraternas, la de la importancia de la trascendencia, la del valor de la estética, la de la superación del autoritarismo

Conversando con los jóvenes, conociendo sus valores, visitando sus comunas, fui avanzando en el plantearme el concepto de salud de la cultura, articulando entre sí dos ejes de intereses de estudio y trabajo. Lo social y lo personal.

Entre el 68 y el 73, período de la reforma universitaria y del gobierno de la Unidad Popular, organicé y coordiné el Centro de Antropología Médico Social.

La orientación fundamental fue el promocionar la participación de la población en las tareas de salud, partiendo de la relación de encuentro y cooperación entre las personas.

Viví el esplendor emotivo de grandes entusiasmos, la lección de que era posible el compromiso de muchos en una actividad altruista, totalmente voluntario.

Sin embargo, si los trabajos anteriores me habían puesto en contacto con el autoritarismo médico, ahora me tocaba vivir los problemas del autoritarismo de la población, la pequeñez de las perspectivas, el sectarismo, los avatares del poder. Llegué hasta el golpe de Estado de Septiembre de 1973 participando de una valoración de la necesidad de integrar la medicina y la salud y de avanzar hacia asociarlas en una noción renovada, amplia, hasta abarcar en ella la vida de la política.

(19 *Salud Mental y Proceso de Cambio*. Ed. Ecro. Buenos Aires. 1975.

20 *Salud y Democratización*. Ed. Villalar. Madrid. 1977.

21 *Salud y Autogestión*. Ed. Dosbe. Madrid. 1978.)

En la dura tarea de elaborar la pérdida de un proyecto colectivo, de toda una dirección en la historia de Chile, de muchos de mis mejores amigos, durante mis cuatro años de exilio escribí tres libros de ensayo y fui avanzando en la idea de que la salud y la política eran inseparables, que había que pensar en la salud de la política para poder contar con una política coherente de salud.

Volví del exilio en 1978, participando desde el principio en el desarrollo de espacios de reconstrucción del tejido social y de preparación de condiciones para el desarrollo de la nueva sociedad.

Participé en la fundación de las organizaciones no gubernamentales Cespo (Centro de estudios de salud poblacional), Quillahue (lugar de encuentro), Tideh (Talleres de investigación en desarrollo

humano), y en la Editorial Imprenta Minga; cooperé con el Centro de Educación de Adultos de América Latina (Ceaal), con El Canelo de Nos y su revista, fui asesor de la organización de ayuda externa Cuso, de Canadá.

En la convivencia con el mundo de organizaciones de orientación democrática, sentí la tensión entre los propósitos de índole social y el surgimiento imprevisto, doloroso, de tendencias a la búsqueda del poder.

Se levantaban grandes expectativas, se trabajaba con espíritu de servicio en medio del clima de temor y las noticias diarias sombrías de la época.

De improviso empezaban los problemas de falta de consistencia o de confianza, la división en pequeños grupos, el desgaste de las luchas por pequeñas migajas de poder o de relieve personal.

Entre el 84 y el 86 me correspondió participar en el Seminario Taller "Desarrollo a Escala Humana". Mis distintos referentes empezaron a tomar forma. Se trataba de ir más allá de mi malestar con la política, de la propuesta de introducir la temática

de la salud de la cultura, de preocuparse por las formas existentes de vivir el poder.

En el seminario se plantearon las bases de un desarrollo alternativo, con la idea central de considerar que las personas son más importantes que las cosas, tomando como matriz el problema de la satisfacción de las necesidades humanas,

En la época previa a la Unidad Popular empecé a acercarme a una visión integradora de la realidad a través de la noción de salud integral; de ese período extraje la valoración del síndrome autoritario.

A partir de las discusiones y conclusiones del Seminario Taller, tomé como pivote central la concepción de un desarrollo alternativo, opción por lo democrático profundo, ajena al autoritarismo; afirmación de la salud como camino y meta del desarrollo.

¿Cuáles podían ser las bases de ese desarrollo alternativo? En conversaciones en el Tideh, en Ceaal, en La Casa de la Paz, en el Seminario

sobre Bienestar Psico Social de la Universidad Católica y en otros espacios se fue planteando un tema básico: el de los paradigmas culturales, el de las miradas a la realidad y al ser humano propias del sentido común, no discutidas.

Las creencias. A partir del estudio de Thomas Kuhn sobre el desarrollo de los paradigmas o modelos consensuales en las comunidades científicas, ²² se fue desarrollando la idea de los paradigmas culturales básicos.

Se habla de que en esta época hay una colisión de paradigmas, ya que el encuentro entre la ciencia moderna y la espiritualidad antigua y de todos los tiempos está llevando a la emergencia de un nuevo paradigma, distinto al de la modernidad.²³

Conjunto de ideas fuerza. Nuevo paradigma, como gran sombrero para cobijar la noción de desarrollo alternativo; éste, a su vez, proyectado en el concepto de salud de la cultura; la resistencia vertebrada en el modo de ser autoritario y la apetencia de poder y seguridad...

Convendrás conmigo en que estamos empezando a cerrar esta historia. Faltaba algo esencial, el punto de partida, cómo motivar, cómo asociar esta visión del desarrollo y de la sociedad con las necesidades de la persona concreta.

Con la llegada de la democracia y la década del 90, empecé a trabajar en un modelo de desarrollo personal articulado con el tema del cambio cultural que recogiera la experiencia de mi trabajo y de mi vida.

Así llegué al modelo de autoayuda en desarrollo integral, cuya primera formulación sistemática está en una publicación de 1995 .24

Allí se plantea la necesidad de asumir la contradicción entre el estímulo para el desarrollo personal autónomo y la postura realista de proveer una especie de andamio, provisorio, para el inicio del trabajo.

Se plantea el tema de la crisis contemporánea y se avanza en señalar la necesidad de un cambio de paradigma, visualizándose en la noción de salud integral un terreno de confluencia natural entre paradigmas diversos.

Se ahonda en la noción de salud integral, destacándose la centralidad de la conciencia, la salud de la conciencia. Al interior de ésta, el yo. El proyecto propuesto teniendo como centro de lo "deseable" la ecología del yo, la armonía entre su condición autónoma y su realidad, simultánea, cuántica, de ser parte de un todo más grande. Autonomía y participación. Los componentes se deben armonizar para lograr el "coraje de ser" de Tillich .25 El texto desarrolla una metodología con la cual he estado trabajando, con mayores

(22 Thomas S. Kuhn. *La Estructura de las Revoluciones Científicas*. Fondo de Cultura Económica. México. 1986.

23 FritJof Capra. *El Punto Crucial*. Ed. Integral. Barcelona. 1985.

24 Luis Weinstein. *El Desarrollo de la Salud y la Salud del Desarrollo*. Ed. Nordan. Montevideo. 1995.

25 Paul Tillich. *The Courage lo Be*. Ed. Collins. Glasgow. 1980.)

o menores variaciones, desde fines de los años cincuenta, con una sistematización más definida desde los últimos ochenta. En esa aproximación

disciplinaria que se especificará más adelante, se procura trabajar con los diferentes planos de la salud integral.

En los últimos años hemos dado otros pasos en el camino de la integración trabajando la noción de guía poético.

Con ello destacamos nuestra emoción fundante, el asombro; ponemos relieve en una condición de la realidad poética asociada a la democracia y la creatividad, la tolerancia a la ambigüedad; hacemos sinergia, complementariedad, entre los dos hemisferios cerebrales dando espacio al derecho, el de la analogía y la intuición. Abrimos lugar para la imaginación y la sensibilidad.

Estos desarrollos han sido facilitados por el trabajo en el litoral central, a partir de 1987, teniendo como centro a Isla Negra y llevando a cabo, desde 1997, cursos de formación en el centro Las Coincidencias.

Las coincidencias... término donde se encuentran varias vertientes de significación. Coincidir,

co-incidir, participar juntos en el logro de un objetivo. Coincidir porque "nos pasa" algo en común, Coincidencia significativa o sincronía: estamos conversando de alguien a quien no vemos hace muchísimo tiempo... y en ese momento hace su aparición. Coincidencia, también, de los opuestos, de la trascendencia y la inmanencia, de lo individualizado y de lo universal .26

El asombro ha sido mi emoción fundante, la que divide mi vida en dos, a contar de ese episodio de apertura de conciencia, espontáneo, a los tres o cuatro años. Las coincidencias significativas son, para mí, vivencias muy frecuentes, casi diría familiares.

A veces se me dan como asociadas a una conducta mía francamente inusual que conduce a una de esas situaciones donde parece no funcionar el encadenamiento previsible de los fenómenos. Para citar algunos casos van estas viñetas.

Estoy en un avión, dirigiéndome desde Buenos Aires a Sao Paulo a una reunión de Derechos

Humanos. Viaja a mi lado un señor extranjero al que supongo británico, con apariencia de querer leer o, en cualquier caso, no entrar en contacto con nadie. A pesar de ello, consciente de que, contra mi proceder habitual, estaba violentando sin justificación a un ser humano, le pregunto, sin mayor mediación, importunando, "¿Usted es inglés" El señor no muestra la menor alteración y contesta, con naturalidad y cortesía: "No, soy holandés". Entonces viene lo más inaudito de mi conducta, me siento preguntando, ya no en son de poca urbanidad, sino de franca estupidez, "¿Conoce a mi amigo Joost Kuitembrouwer?". El señor me contesta, siempre en tono amable, "Es mi vecino de oficina"...

En el mes de enero del año 2000, yo estaba veraneando en Chiloé. Una mañana amanezco con una necesidad irresistible de llamar a mi tía María Ester, que se encontraba en Viña del Mar, con quien nos habíamos despedido hasta un reencuentro en marzo. Me contesta la voz desolada de su auxiliar: "la señora acaba de fallecer..." En mi desazón no se me ocurre otra cosa que hacer otro llamado, a alguien no afectado por la noticia. Recuerdo que mi sobrino Enrique está en Frutillar y hago la comunicación telefónica

correspondiente. Después de los saludos e informaciones de rigor, me despido excusándome de no poder pasar por Frutillar en mi viaje de regreso, pero sugiero, sin saber bien por qué, que le voy a dar una sorpresa. Corto y suena mi celular. Es mi sobrina Mariana... desde Frutillar. ¿Cómo, le avisó Enrique? No, son ramas bien separadas del clan familiar, no se conocen entre sí.. ¿Dónde está? Sorpresa, otra coincidencia en el día, llama desde la casa vecina a la de Enrique, después que, sin saber por qué, le manifesté a mi sobrino que recibiría una sorpresa.

26 H. Reeves y otros. U *sincronicidad*. GEDISA, Barcelona, 1987.

El asombro existencial se me ha entretejido, a lo largo de la vida, con este sorprenderse por las irrupciones de aquello que Jung llamara un orden acausal, la sincronías."

En la "normalidad", aparentemente sistema cerrado, permanente, susceptible de ser transitado con la razón y el sistema común, al profundizar en los orígenes de todo, en el terreno último del ser, en la certeza y perplejidad de tener un yo, siento revivir la presencia del asombro, de lo inabarcable que nos rodea. Aquello que Jaspers llama lo circunvalante.(28) Desde la cotidianidad, puesto en el trabajo, la recreación, el trámite, el descanso, la comunicación, las sincronías me ayudan a mantenerme lejos de la modorra existencial, de la vida mecánica, del olvido del misterio.

La cotidianidad misma está lejos de ser una planicie de vivencias sin efecto remecedor. Vivo los llamados momentos altos de Abraham Maslow (29) instancias en que la vida adquiere un brillo especial, una plenitud, un valor inefable, emocionante, Para mí los momentos altos más profundos están relacionados con la percepción de la nobleza del otro.

Disfruto la belleza, me maravilla la ternura, respeto la inteligencia, gozo el humor, admiro la valentía, pero nada me deja con esa sensación de comunión con el discurrir de la vida como sentir profundidad en la integridad humana.

Wordsworth dijo sobre las modestas flores silvestres algo que asocio con la forma especial como me llega la nobleza humana: la flor más humilde que existe puede brindarme/ pensamientos a menudo demasiado profundos para las lágrimas". Evoco a Raquel, la "nana" de mi infancia, cuidando mi relación con mi familia, atenta a que ponderara debidamente sus valores, rescatando lo más válido de personas que no siempre tenían relaciones personalizadas con ella. Recuerdo a María Luisa, mi esposa recientemente fallecida, jugándose entera por la rectitud de procedimientos en la administración de un Servicio de Salud, mientras la enfermedad y los tratamientos de quimioterapia le traían grandes molestias y entraba a las inmediaciones de la muerte, entera, sonriente.

27 Carl Jung. *Synchronicity*. Princeton University Press. 1973.

28 Karl Jaspers. *La Filosofía*. Fondo de Cultura Económica. México. 1957.

29 Abraham Maslow. *El Hombre Autor*. Ed. Kairos. Barcelona. 1983.

30 Jaime Rest. *Los Románticos ingleses*. Centro Editor de América Latina. Buenos Aires. 1965.

En el paisaje y la complicidad de lo misterioso y la nobleza se encuentra en mi percepción, en mi historia, en mi orientación al desarrollo personal, la relación de amistad. Es poesía de la vida, es realización de la

utopía, la utopía concreta de Ernst Bloch.³¹ En la amistad genuina nuestro sentimiento mágico de la vida se proyecta, se encarna en seres humanos con los cuales se da una relación yo-tú al modo descrito por Martín Buber ³² de índole perdurable, sustentable. La amistad tiene una dignidad especial que tal vez nadie ha destacado mejor, en extrema síntesis, que William Blake: "El pájaro, un nido; la araña, la tela; el hombre, la amistad". He tenido, tengo, grandes amistades. Me han ayudado mucho a tener confianza en los vínculos potenciales del ser humano, a hacer el puente entre el desarrollo personal y la apertura al cambio cultural, entre el vivir el misterio y la contingencia humana, entre la emoción y la espiritualidad. Un tipo especial de amistad que viví con algunos tíos y que creo mantener con hijos y nietos es la que facilita y constituye el diálogo entre generaciones. No olvidaré nunca el interés de mi tía Yente, pintora, licenciada en filosofía, ser visceralmente sensible, por escuchar mis devaneos de escolar, de adolescente, de joven y de adulto, junto con comunicarme, directa, sin retaceos, lo que para ella era importante, haciendo caso omiso de la diferencia de edad.

Te he contado muchas cosas, pero en forma. apretada, forzosamente muy sintética. No ha sido más que una forma, de introducir mi propuesta, de compartir algunos aspectos de la historia de la elaboración de mis propuestas. Creo haber esbozado cuatro referentes. A ver si lo has visto igual. Por una parte, lo no buscado, lo que parece propio, previo a mi proyecto, el asombro, las sincronías, los momentos altos, la amistad. En seguida

la inserción en el mundo social y político con su acompañante interno, la imaginación sociológica, la tensión entre la afectividad y la ética. Luego, las lecturas de las que he ido dejando testimonio, orillándolas hasta dejarlas en el puro título para privilegiar la relación directa con mi propia propuesta. Finalmente, no separable de las otras, no menos importante, el trabajo profesional pasando de la orientación de la medicina integral a la salud de la cultura y la integridad del ser humano. Al ampliar, repetir, sistematizar, tendrás más oportunidades de ir haciendo una lectura productiva y, ojalá, de entrar en un trabajo contigo mismo y con los demás, incorporando la perspectiva señalada en este texto.

31 Ernst Bloch. *El Principio Esperanza*. Ed. Aguilar, Madrid. 1977.

32 Martín Buber. *Yo y tú*. Ed. Nueva Visión. Buenos Aires. 1967.

33 William Blake. *El Matrimonio del Cielo y del Infierno*. Ediciones del Mediodía. Buenos Aires.

EL CONCEPTO DE SALUD INTEGRAL

Nuestro referente en esta invitación a hacerse cargo del proyecto de vida, a aproximarse a una militancia en la vida, es el concepto de salud integral. Ya te he contado sobre mi trabajo, comunitario, de conversaciones de equipo y de índole teórica sobre esta noción. De cómo

fue adquiriendo para mí amplitud abarcativa desde la visión de una medicina integrada (Quinta Normal), a la de una educación médica integral (Cátedra de Medicina Integrada a las Clínicas), a la participación comunitaria en pos de una cultura no autoritaria (Centro de Antropología Médico Social), a la integración de las necesidades humanas en un desarrollo alternativo (Seminario taller de Desarrollo a la Escala Humana), ' a la noción de Paradigma Integrador, culminada en el trabajo de Las Coincidencias después de diversas experiencias grupales e institucionales.

Nuestro planteamiento de desarrollo personal pretende, inspirándose en el nuevo paradigma, interactuar con las personas de esta sociedad, en gran número sumidas en el paradigma de la modernidad y participando de su actualización en el capitalismo tardío del neoliberalismo. Para esos efectos, nos comunicamos a través de áreas temáticas y de visiones legitimadas por la cultura vigente, aunque, con frecuencia, solo de un modo retórico, que en gran parte convergen en un enfoque general. Así, podemos hablar tanto de salud integral, tal como lo vertebramos en este texto, como de educación para la vida, de ecología integral, o de visión amplia de los Derechos Humanos, incluyendo una base teórica y apreciaciones prácticas semejantes. Con Jorge Osorio editarnos dos libros inspirados en el Nuevo Paradigma, uno nucleado en "movimientos sociales, derechos humanos y nuevos paradigmas culturales" 34 y el otro incidiendo en "nuevos paradigmas en educación y

desarrollo”,³⁵ que reflejan esta unidad en la diversidad bajo códigos distintos.

Debemos admitir, incluso, que el punto de partida en salud se presta a equívocos. No estamos hablando de atención médica sino de salud, pero el público los confunde y, de hecho, los servicios de atención médica, públicos y privados, utilizan la denominación de Servicios de Salud. En el camino del cambio de sentido

34 Jorge Osorio y Luis Weinstein editores. *La Fuerza del Arco Iris*. Ceaal. Santiago. 1988.

35 Jorge Osorio y Luis Weinstein editores. *El Corazón del Arco Iris*. Ceaal. Santiago. 1993.

común, de la transformación cultural democrática, sustentable y creativa, de la alternativa, la ciudadanía necesita hacerse cargo de lo que en el propio medio de salud pública se ha sostenido desde siempre: la atención médica es uno de los componentes de los factores que inciden en la salud. No equivale a una "atención comprensiva" de la salud. Sobre la salud gravitan muchos actores, desde los estilos de vida hasta la forma como se orienta la sociedad, los paradigmas, la epistemología, la ética. Por otra parte, es crucial ponerse de acuerdo en qué, entendemos por salud.

En el imaginario colectivo coexisten dos concepciones polares. Una buena parte de la población hace sinónimo salud de no enfermedad. Es el clásico "nada especial" de los exámenes médicos. Si no se detecta nada

anormal, hay salud. Si se está enfermo, lo obvio sería afirmar que se está "fuera" de la salud. Hay una antinomia: salud-enfermedad. Se "está" en una o en la otra categoría, sin sobreposiciones, sin matices de continuidad. El otro extremo está representado por las visiones idealizadoras. La salud sería un estado óptimo. La Organización Mundial de la Salud, en los días esperanzadores al finalizar la segunda guerra mundial, antes de la guerra fría, definió la salud como un estado de completo bienestar físico, psíquico y social y no meramente la ausencia de impedimento y de enfermedad. 16

El lenguaje vernacular desborda la definición reduccionista, acotada a la no enfermedad. "Salud -amos" poniendo en ello calidez, afecto o respeto, deseos de un "ir bien" algo más que el "no estés enfermo". El brindis "por tu salud" es más que un "no necesites consultar médico". Hablamos de lo saludable de una caminata o un baño de mar. No estamos apuntando a un mero no enfermar, pero tampoco suponemos que podríamos aspirar a un estado de completo bienestar en ningún plano de la vida. La existencia humana incluye el sufrimiento, la muerte, la enfermedad; tenemos conflicto con los otros y con nosotros mismos. La idea de un bienestar social no podría ser muy realista en el África del SIDA, el hambre, la corrupción, los líderes autoritarios y las guerras étnicas. La concepción de un bienestar psíquico tendría ribetes ambiguos en los consumidores de drogas. Los presuntos "estados" plenos de bienestares dejan sin especificar qué ocurre con los procesos, con

la dinámica de las interacciones, con los proyectos. El bienestar no es, precisamente, el objetivo primordial de una persona espiritual, de quien tenga tendencia a la acción comunitaria, al compromiso con la biosfera, a la investigación, la reflexión, la comunicación profunda o la persecución de la belleza...

36 Daniel Callahan. *The Who Definition of Health*. The Hastings Center Studies. Vol. 1 N° 3. 1973.

En nuestra visión, es dable considerar que la salud equivale a la forma como se actualizan las capacidades humanas. Un recién nacido y un adulto tiene diversas "manifestaciones" de salud, muestran evidencias diferenciadas de sus capacidades. Hay salud en los enfermos, en los inválidos, incluso en los pacientes terminales. Son diversos grados de expresión de distintas capacidades, no tengamos temor de decirlo, de los diferentes poderes potenciales. De acuerdo a nuestras opciones valorativas, le daremos importancia a la solidaridad o a la codicia, al desarrollo de la capacidad de golpear o de ponerse en el lugar del otro. La mayor parte de la gente, al trabajarse el tema en talleres, pasada la instancia de la "no enfermedad", asocia la "buena salud" o la salud a secas, con valores como el equilibrio, la felicidad, la comunicación o la creatividad. Siguiendo nuestra línea de trabajo, modulamos el concepto de capacidades con el de niveles o dimensiones de la integración. Así hablamos de concepción de la salud integral para referirnos a una mirada amplia al contenido de la salud, a la consideración multidimensional de la salud.

Para adentrarnos en el dominio de la orientación a la salud integral necesitamos avanzar en la concepción de lo que se entiende por "integral".

Sigo teniendo que reconocerte que me gustaría simplificar sin desnaturalizar el tema, pero que justamente allí está la tensión entre paradigmas. Desde el paradigma dominante se insiste en la importancia de la integración con una especie de mala fe, de falta de convicción acerca de lo plausible de llevar lo verbalizado a la práctica. Es el uso retórico del término en que se coapta, o se castra, como quieras decirlo, la condición renovadora, potencialmente neoparadigmática, de la orientación integradora. Se insiste en los "hay que" integrar, por ejemplo, la educación, la salud, el trabajo académico, la cultura, sin preguntarse por qué ello no ocurre en ese momento, cuándo ha sido distinto, por qué medios se pretende conseguir la integración, en qué forma se va a evaluar el cambio propuesto.

Hay, muchas veces, una tendencia a ceñir la idea de integración a un quehacer pragmático, operativo, acotado a consideraciones técnico-administrativas, un visualizar la integración como, exclusivamente, una forma de gastar menos dinero y realizar más acciones, sin consideraciones de conjunto, sin buscar la sinergia. Así, se dice que se integran un psicólogo, un pediatra y una asistente social cuando se reparten las tareas de obtener información sobre un niño con problemas de

salud y su familia, sin compartir la tarea como equipo, con el niño y su familia. Delimitar funciones puede ser un paso necesario, pero no es suficiente para establecer que una acción ha sido integrada.

De mayor coherencia es la tarea integradora de equipos, como los encontrables en trabajos comunitarios o centros de salud, donde se dialoga, se escucha a los consultantes, incluso se buscan puentes con otros grupos cuyo quehacer es afín. Se tiene presente el valor de la sinergia. Hay en esos casos una integración real, no retórica, no de tinte tecnocrático, pero no se da, necesariamente, una "conciencia paradigmática", un reconocimiento de que se está fuera del sentido común dominante, de que debe esperarse resistencias, apariciones de problemas propios de la reproducción de la cultura dominante, como el poder, el reduccionismo, el autoritarismo, el egocentrismo en los liderazgos. Interviniendo la cita clásica de Molière: son actividades, grupos, propuestas, donde "se habla en poesía -en nuevo paradigma- sin saberlo".

El estar viviendo la integración, consciente de su condición neoparadigmática, es, en este período del gran "pragmatismo encéfalo craneano", sinónimo de un asumir el ser minoría, desde los valores, desde la visión de realidad, desde la cultura. Es contar con resistencias, es prepararse para tener paciencia, tolerancia con los procesos, con las inevitables esperas.

Nuestra propuesta pretende considerar la salud integral como un campo de confluencia entre quienes se han adentrado en el paradigma emergente, el de la realidad integrada, junto a las personas y grupos que, desde los límites inherentes a la cosmovisión de la modernidad, están seriamente abocados a realizar una tarea coherente, de equipo, de comunidad, de servicio, de autoformación. Vamos a entregar los grandes lineamientos de esta visión.

Por salud, reiteramos, entendemos capacidades, potencialidades, actualizadas. Son propias de una persona, de los vínculos, de grupos, de instituciones, de comunidades, de países, del desarrollo. La expresión "integrar" tiene, a su vez, varios sentidos.

Integrar alude a íntegro, éticamente coherente, persona, grupo, de "entereza". Lo asociarnos con el terreno de los valores, con firmeza moral, con la confiabilidad humana.

Integrar apunta, desde otra perspectiva, a asociar la parte con un todo, el funcionamiento del corazón con el ser humano en su conjunto, la persona con sus seres significativos, la naturaleza, la interioridad, la cultura, los otros, en general, la trascendencia.

Al "integrar" se superan dicotomías, lo físico y lo psíquico, lo individual y lo social, lo reparador y lo previsor, el poder y el no poder, la certidumbre y la incertidumbre, la crítica y la acción constructiva, lo conservador y lo innovador, lo susceptible de ser

participativo y lo necesariamente especializado, la ciencia y el arte, la focalización y la multidimensionalidad, la autonomía y la dependencia, el desapego y el compromiso, el vivir en el aquí y ahora y el orientarse hacia un mejor "allá" y "entonces"...

El propósito es cooperar con la vida, la nuestra, la del otro, la vida como un todo. Al final de cuentas, la vida es actualización, "autopoiesis", salud. En la óptica de la salud integral nos "integramos" con ella. Asumiendo "nuestra vida", como humanos, tenemos un "centro" de la salud, de nuestras diferentes capacidades, lo que nos diferencia, nuestra conciencia. Como "hacedores" todavía somos "habilis". En la medida en que nos damos cuenta del mundo, de nosotros mismos, somos "sapiens", conscientes. La salud de la conciencia, la expresión de nuestras capacidades de conciencias, es más o menos integral cuando se diferencia en "el ser íntegros", en la relación con el más allá de uno, en el camino de ir superando las dicotomías. En esta tasca, en este proyecto, en esta forma de asumir la vida, vemos, en el centro de la salud de la conciencia, la salud del yo, salud del centro de la conciencia...

El ser humano se mueve entre equilibrios del cuerpo, del cuerpo con el medio, del cuerpo con la psiquis, de la mente con el mundo... Son relaciones, son ecologías. Guattarí señaló la trilogía básica, en un concepto mucho más amplio que la reducción habitual de lo ecológico al campo del medio ambiente, destacando la necesidad de ver al capitalismo mundial integrado desde lo subjetivo, lo social y lo ambiental." El trabajo de Bateson es señero

en la elaboración de una ecología integradora de la mente.³⁸ En la visión de la salud integral, la orientación hacia los diversos planos de las relaciones humanas y las tareas de la mente deben mirarse desde un prisma propositivo, una ecología de la conducta en su base germinal, nuestro proyecto, nuestra identidad asumida en consideración a nuestro centro, el yo. Es la idea fuerza de la ecología del yo. He dado cuenta de las influencias centrales en la elaboración de mi propuesta, la vida, el trabajo. No deja de ser importante que les siga mencionando autores con algunos libros claves. La integración de la psicoterapia, la educación y la espiritualidad han sido temas de muchos diálogos con mi amigo Claudio Naranjo y uno de sus libros ha sido un antiguo referente iluminador.³⁹ Mi trabajo sobre la responsabilidad y su relación con el sentido debe mucho a la lectura y reelaboración de Frankl.⁴⁰ Bajo su influencia he contrastado mi inclinación a las preguntas con el sentido de la vida humana como ser "responsable, llamado a "responder". En el desarrollo de mi práctica y marco referencial me he sentido sorprendido por las afinidades con la escuela, casi desconocida, poco ubicable bajo el alud, ubicuo, del psicoanálisis, de la Psico Síntesis .⁴¹ En lo más específico de los pasos metodológicos, debo mucho a las confrontaciones y nuevos ángulos de mira surgidos en mis conversaciones sobre el concepto amplio de ecología con la epistemóloga argentina Susana Vidal, por desgracia, prematuramente desaparecida.⁴²

-
- 37 Félix Guattarí. *Las tres ecologías*. Ed. Pre-textos. Valencia. 1978.
- 38 Gregory Bateson. *Steps to an Ecology of Mind*. Ed. Ballantine Books. New York. 1974.
- 39 Claudio Naranjo. *Les Chemins de la Créativité*. Ed. Dangles. Saint Jean de Braye. Francia. 1978.
- 40 Viktor Frankl. *El Hombre en Busca de Sentido*. Ed. Herder. Barcelona, 1979
- 41 Roberto Assagioli. *Psicosíntesis. Armonía de la Vida*. Ed. Diana. México 1978
- 42 Susana Vidal. *Ecología de la Acción*. Espacio Editorial Buenos Aires. 1993