

No hay desarrollo sin liberación

La palabra liberación tiene muchas connotaciones. ¿Qué decir de los enfermos mentales a los que nuestro amigo Gregoire está quitando las cadenas en los bosques de Costa de Marfil? ¿O qué decir de los nuevos “contratos de esclavitud” en la red? ¿Y de los afectos de los que podemos ser también víctimas en lugar de protagonistas? ¿O de los pensamientos que pueden apoderarse de nosotros de manera tiránica? La liberación de cuanto nos impide ser nosotros mismos es un reto en el acompañamiento: ayudar a ser persona.

Liberando a enfermos mentales

Hace poco, en Honduras, tuve la oportunidad de visitar un hospital psiquiátrico. Me impresionó mucho. Después de dar un par de conferencias sobre humanización a los trabajadores del mismo, el director nos invitó especialmente a visitar a tres enfermos que estaban reclusos en celdas que no tenían absolutamente nada. Nada es eso: nada. A través de un agujero de la puerta, como en una prisión, se asomaban mientras gritaban y sacaban el brazo. Parecían fuera de sí. Conseguí separarme de la comitiva de la visita y preguntar a uno de ellos: “¿Cómo te llamas?” y la conversación siguió serena hasta que tuve que retirarme para seguir la ronda de visita... Ciertamente me quedé impactado: aquella mágica pregunta le había liberado un rato de la expropiación del ánimo y le había devuelto la libertad de hablar con naturalidad.

Y me ha venido a la mente la realidad viva que sigo con atención del trabajo de Gregoire, que inspirado en el carisma camiliano, va literalmente liberando a los enfermos mentales de las cadenas con las que están sujetos a los árboles en los bosques. La falta de conocimientos y recursos para atender a la salud mental lleva a este tipo de situaciones tan reales como espeluznantes. Recuerdo haber visto un video presentado por él directamente y los efectos milagrosos del encuentro personal y la relación confiada en los recursos del enfermo.

La liberación que se produce por la vía del encuentro genera posibilidad de desarrollo personal. La exclusión de una relación respetuosa y promovedora de la dignidad de la persona, inhabilita para el desarrollo interior.

Contratos de esclavitud

Hace unos días tuve acceso al conocimiento de la existencia de los así llamados “contratos de esclavitud” que circulan en la red. He leído alguno. Me ha preocupado mucho. Algunas personas lo firman (diciendo que lo hacen en plenas facultades) con el deseo de expresar su “amor y devoción al hombre que aman y adoran” y al que conocen por la red. Lo firman por un tiempo. Se declaran esclavas del “amo”, sometidas por completo y totalmente al placer y deseo de su “señor”.

Uno de ellos, por ejemplo, entre sus normas, dice: *“La esclava está de acuerdo en obedecer a su amo en todos los aspectos, mente y cuerpo, corazón y tiempo le pertenecen a él... La esclava deberá mantener su cuerpo disponible para su amo en todo*

momento. A cambio, la esclava acordará que su amo posee el derecho de determinar cuándo otras personas pueden o no usar su cuerpo y en qué forma...”

Quien no conociera aún esta práctica, cuanto menos se sorprenderá y asustará. Es un modo de ejercer el poder de manera perversa y, una vez más, el varón sobre la mujer. Me temo que tenemos nuevas patologías relacionales asociadas a formas inmaduras de vinculación, ahora también en la red.

Solo la libertad puede facilitar el desarrollo personal. Quien se somete a otro recortando su libertad faltando al sentido más común, vendiéndolo al absurdo, tendrá ante sí la tarea de realizar un proceso de sanación: un proceso de liberación. Se le complicarán la cotidianeidad, no se encontrará a sí mismo y, así, difícilmente podrá desarrollarse.

Desarrollo humano y libertad

El modelo subyacente al *counselling* como forma de relación de ayuda que promueve el desarrollo personal, se basa en la teoría humanista que afirma que los seres humanos somos agentes libres, con capacidades superiores que permiten decir que la persona tiene la capacidad de reflexionar y reformar sus andamiajes y experiencias aprendidas para la solución de problemáticas.

A lo largo de la historia psicológica se han postulado e investigado diversas teorías sobre el crecimiento personal. La desarrollada por Carl Rogers (1902-1987), se enfoca y toma en cuenta la autonomía, el auto concepto y la motivación del individuo, formulando la teoría centrada en el cliente, según la cual, si la gente recibe libertad y apoyo emocional para crecer, puede desarrollar un ser humano pleno, afirmando que el ser humano es capaz de resolver sus propias problemáticas y conflictos, convirtiéndose en quien desean genuinamente ser.

Para la psicología humanista que subyace al *counselling*, una persona saludable es la que es libre y se encuentra estable emocionalmente, ya que esta tenderá a cumplir sus metas y objetivos.

Quizás el desarrollo del *coaching* al que estamos asistiendo, tiene de fondo también este convencimiento: el poder del ser humano libre de trabajar por sus metas y desarrollarse mucho más de lo que él mismo solo puede pensar y creer. Otro ser humano le puede acompañar a identificar sus posibilidades, su yo más genuino hacia el que libremente tender y por el que trabajar.

Desarrollo personal en Rogers

El padre de la psicología humanista y referente de esta forma de *relación de ayuda* por la que nos interesamos en el Centro de Humanización de la Salud, llamada *counselling*, Carl Rogers, nos describe el cambio que se produjo en él durante su carrera profesional. Al principio, dice él, solía preguntarse cómo tratar, curar o cambiar a otra persona, mientras que posteriormente se preguntaría sobre cómo crear una relación que permitiera a la persona ayudada utilizarla para su propio desarrollo personal.

De la misma manera en que modificó los términos de su pregunta, advirtió que había aprendido lenta y gradualmente que la ayuda que podemos prestar a una persona con problemas no tiene tanto un carácter intelectual ni de entrenamiento. No se trataba –

según su experiencia- de encarar la terapia de manera directa y tentadora cayendo en dar consejos e indicaciones al otro sobre qué hacer para que le fuera bien en medio de los problemas. Esta tendencia, advirtió él, se mostraba inútil e inconsecuente.

Rogers así llegó al convencimiento de que si podemos crear un cierto tipo de relación, la otra persona descubrirá en sí mismo su capacidad de utilizarla para su propia maduración y de esa manera se producirán el cambio y el desarrollo individual. Se trata del convencimiento, a partir de la experiencia, del poder que tiene que un ser humano crea en la libertad y la posibilidad de responsabilidad que el otro tiene dentro de sí. Para eso hay que hacer un camino de acompañamiento liberador. Buscar la libertad de vínculos de esclavitud, de cadenas físicas, mentales, emocionales... Hacer una apuesta por los recursos, por la bondad interior que se ha de desplegar en la vida práctica.

Es apasionante apostar por la libertad y la liberación. Hay demasiadas cadenas y contratos y pseudocontratos de esclavitud. Las relaciones de ayuda han de tener el reto de la liberación como fondo para promover el más genuino desarrollo personal.

José Carlos Bermejo