

El campo de copresencia o la raíz de las creencias. Taller de psicología humanista IV

Hasta ahora hemos estudiado el esquema del psiquismo de forma simplificada. Vimos el funcionamiento de los sentidos, la memoria y la conciencia en los distintos niveles de vigilia, semisueño y sueño. Estudiamos los centros de respuesta hacia el mundo externo e interno y la función que cumplía la imagen como movilizadora de impulsos. Toda esta compleja estructura es sumamente activa en todos sus elementos y no es un reflejo pasivo del mundo como algunas corrientes psicológicas ingenuas y la propia creencia popular nos puede hacer creer.



En este taller vamos a profundizar un poco en ese aspecto activo o intencional del funcionamiento del psiquismo intentando desmarcarnos, en la medida de lo posible, de esas posturas ingenuas.

Presencia y copresencia

Desde un punto de vista ingenuo, uno tiende a creer que la realidad es tal y como se percibe. Ya hemos visto que esto no es así. Nuestros sentidos estructuran una determinada franja de sensaciones que son reelaboradas por la conciencia en base a la información de memoria. En su momento dijimos que la conciencia infiere mucho más de lo que percibe, es decir, pone mucho material que no está presente en la percepción.

Por ejemplo, cuando miramos una manzana solamente nos es presente una cara pero sabemos que, si la giramos, nos aparecerá su lado oculto. Podemos decir que, aunque sólo podamos ver una cara, “contamos” con la que no nos es presente. Otro ejemplo: Estamos en esta sala, sabemos que hay una puerta y si queremos salir encontraremos un pasillo que nos conectará con la calle. Todos esos elementos no están en nuestra presencia inmediata pero contamos con ellos. **Existen en nuestra copresencia.** Y esta existencia **copresente** es la base de las creencias que nos permiten movernos de una forma, más o menos, segura en el mundo tangible e intangible.

De este modo, en nuestra visión de la realidad, existe una percepción presente y un cuasi infinito campo de copresencia que actúa sobre lo que vemos dando una cierta dirección a nuestras acciones.

Por supuesto, toda esta información no está desordenada, sino que se encuentra organizada en una estructura en la que predomina el objeto presente que ocupa el **foco central de nuestra atención**. El segundo nivel de copresencia es todo aquello que **circunda al objeto central** pero no le prestamos atención directa. Finalmente, existen en forma latente un universo de **objetos mentales organizados por temáticas** como si ocuparan «regiones en memoria» a los que podemos acceder por diferentes vías: por asociación libre o divagatoria, de forma dirigida cuando pensamos sobre algún tema o evocamos un recuerdo, o, simplemente, porque llame nuestra atención algún acontecimiento externo. Por ejemplo, estoy mirando la tele. El objeto central de mi atención es la película, los objetos circundantes copresentes están en el salón, la casa en que vivo... La imagen televisiva de un anuncio me hace recordar que es el cumpleaños de mi padre. Hasta ese momento «mi padre» no formaba parte de mi realidad presente y circundante, pero actuaba, latentemente, en

una región mental que podríamos llamar la de «mi familia». Por asociación ha pasado a ocupar el lugar central de mi presencia y felicitarlo.

Paisajes y miradas

Hemos visto que el simple acto de percibir es mucho más complejo de lo que ingenuamente parece. Por el contrario, observamos que participan simultáneamente muchos elementos que modifican lo que vemos: el propio funcionamiento de los aparatos del psiquismo, el campo de copresencias (nuestras creencias en general), nuestro estado de ánimo... Por este motivo, preferimos utilizar las palabras mirada y paisaje cuando nos referimos a ver y a lo que vemos.

“Mirar” es un acto que implica dirigirse hacia lo mirado mientras que “ver” nos coloca en una situación pasiva respecto al objeto que vemos. Del mismo modo, cuando decimos “paisaje” en lugar de “mundo” damos por hecho que incluimos a quien mira (interpreta) porque no puede haber paisaje sin mirada y viceversa. Naturaleza y mundo interno (o psicológico) aparecen ingenuamente como existentes en sí mismos independientemente de toda interpretación.

Mirada y paisaje son conceptos intencionales propios de una concepción activa del psiquismo.

En síntesis

Hablamos de miradas que interpretan paisajes para diferenciarnos de la postura ingenua que confunde el ver como reflejo pasivo de un mundo existente en sí mismo sin ninguna interpretación. Esta mirada cosificadora despoja de intencionalidad a la realidad humana abriendo la puerta a la discriminación, la degradación y la violencia.

Es gracias al campo de copresencia que podemos direccionar nuestro comportamiento posibilitando a la conciencia intencionar respuestas entre múltiples posibilidades con las que contamos aunque no tengamos presentes en un momento dado.

Reflexionar sobre el siguiente texto:

«... en general, de la mayor parte de las cosas que existen para nosotros no tenemos conciencia, pero contamos con ellas. El caso más extremo de esto es nuestra propia persona: en nada suele el hombre reparar menos que en sí mismo y, sin embargo, con nada cuenta más constantemente que consigo.»

José Ortega y Gasset

Ejercicio práctico: Autobiografía

Muchos aspectos de su situación actual, están determinados por su vida pasada. Es decir, que su historia personal no es cosa de poca importancia. Su pasado influye actualmente, en primer lugar porque la situación de hoy está armada de este modo gracias a lo que se ha venido realizando. En segundo lugar, porque su pasado actúa no solamente en los hechos sino también en su memoria. Muchas cosas pasadas quedan actuando como recuerdos, y así, numerosos temores, inseguridades, etc., son resultado de experiencias pasadas desagradables que siguen operando influyendo en el momento actual.

Casi toda la gente va superando etapas de su vida, pero también hay situaciones y anécdotas (muchas de ellas sumamente dolorosas) que esas personas, no han comprendido totalmente.

Han preferido no volver sobre su pasado. Sabemos que si no se reconsideran las experiencias pasadas que no lograron integrarse, quedan presionando acompañadas de climas perturbadores. No es agradable recordar ciertos accidentes o situaciones biográficas tristes, pero se debe comprender que hay que trabajar esos recuerdos tratando de integrarlos al conjunto de la vida. En la conciencia no puede haber «islas», sino que todo debe estar razonablemente comunicado entre sí. De este modo, le proponemos que conecte los elementos que recuerde de su pasado (aún los más desagradables), para que esas «islas» sean también exploradas y se incorporen al terreno de la experiencia útil.

El estudio autobiográfico toma algún tiempo. A medida que lo desarrolle comprobará que uno tras otro surgen recuerdos ya dados por perdidos hace mucho tiempo. También quedarán algunos vacíos que será necesario llenar con la ayuda de familiares o amigos que pudieran recordar los acontecimientos buscados.

Realice su trabajo en base al esquema siguiente.

A. Escriba en su cuaderno un extenso relato de su vida.

B. Ordene posteriormente la secuencia biográfica en columna y año tras año.

C. Coloque luego, al lado del dato biográfico, los tres elementos siguientes que alcance a recordar:

1. **Accidentes.** Considerando a éstos como enfermedades y circunstancias involuntarias que han tenido importancia o han operado cambios. También se debe considerar accidentes a los factores que hicieron desviar proyectos de alguna importancia.
2. **Repeticiones.** Son situaciones similares que a lo largo de la biografía aparecen más de una vez. Estas se obtienen, lógicamente, al comparar distintos años entre sí.
3. **Cambios de etapa.** Se producen al pasar por ejemplo de la niñez a la juventud; o de la juventud a la madurez. Suelen ser modificaciones en el estilo de vida llevado hasta ese momento. A veces, también se producen alteraciones radicales en los intereses vitales. Cada persona puede reconocer verdaderos «cambios de rumbo» en ciertos momentos de su vida. Esos cambios pueden ser abruptos o graduales y eso es lo que se pesquisa en el presente punto.

D. Realice, por último, la síntesis biográfica tratando de resumir y extraer lo más significativo de todo el material.

Para ampliar el tema:

Paisaje Humano inserto en *Humanizar la Tierra*, Silo

Estructura de nuestro mundo en *El Hombre y la Gente*, Ortega

Ideas y Creencias, Ortega

La función de la imagen y el espacio de representación. Taller humanista III

Los fundamentos del psiquismo. Taller humanista II

