

Capítulo uno

LA COMUNICACIÓN COMO SISTEMA RELACIONAL

Pensar que el lenguaje es el resultado de una evolución de tipo darwiniano y de una selección de signos y gestos comunicativos preexistentes, o que el lenguaje es una función netamente cognitiva, indica una falta de comprensión sobre la profunda y constitutiva relación que vincula los signos, el mundo, el pensamiento y el lenguaje. Dentro de la fuerza evocadora de las palabras, en muchos sentidos misteriosa y enigmática, se manifiestan tanto el mundo como el signo, convirtiendo a los objetos en algo visible sobre una relación invisible.

En otras palabras, los significados no se generan solamente mediante gestos o palabras, siempre han estado intrínsecamente presentes en el mundo. El gesto es un símbolo en sí mismo, y lo que evoca es su propio significado. El lenguaje corporal y el significado son procesos sociales inseparables. Aquí, la interioridad expresada por un emisor adquiere significado en el contexto social de un sujeto social.

Este proceso, como sostiene Merleau-Ponty, revela la unidad entre pensamiento y lenguaje, entre sentido y palabra, y considera al cuerpo como una forma esencial de expresión del lenguaje interior. Pensamiento y expresión se desarrollan de manera simultánea; la palabra es un gesto genuino y contiene su propio significado, al igual que el significado del gesto es el propio gesto. El gesto no me hace pensar en la ira; la expresión gestual es, en sí misma, la ira. La percepción del gesto no se da tal como

es, su significado se comprende según la decodificación del interlocutor. La dificultad radica en apreciar adecuadamente este acto y no confundirlo con una operación cognitiva.

Figura 8

Representación de la ira



Nota. Realizado con OpenAI, 2024. Copilot, versión 4.0. Software.

La comunicación y comprensión de los gestos son posibles gracias a la reciprocidad de las intenciones y gestos de los demás. Se da como

si la intención del otro habitara en nuestro cuerpo, o como si nuestras intenciones ocuparan el espacio de los otros.

Incluso la palabra pronunciada puede considerarse un gesto corporal que se inserta en una multiplicidad otros gestos. No es, en ningún sentido, una entidad disociada del ser corpóreo o una “vocalización pura”. Por tanto, se puede afirmar que el “significado corporizado” o la “palabra corporizada” requieren una interpretación original que integre tanto el significado visual como el significado acústico, devolviendo el cuerpo a la palabra y la palabra al cuerpo.

En resumen, para comprender un significado es esencial apreciar la originalidad del gesto. La comprensión de las expresiones en la humanidad surgió de comportamientos que tenían lugar en un mundo sensible y se desarrollaban en un contexto social común.

El sujeto mismo es el que forma al mundo, lo que significa que el lenguaje no es simplemente un instrumento o un medio, sino una manifestación y revelación del ser íntimo y del vínculo psíquico que nos conecta con el mundo y nuestros semejantes (D’angelo, 2012).

El lenguaje corporal funge como un reflejo de la posición del sujeto en su propio universo de significados. Este individuo pensante se manifiesta mediante gestos y palabras, estableciendo conexiones con el contexto circundante. Esta interacción con el mundo exterior puede ocurrir tanto mediante gestos fonéticos, donde las palabras poseen significados universalmente reconocidos, como a través de gestos que presuponen un mundo percibido común a todos, otorgando así significado al gesto.

Para entenderlo, hay que superar una perspectiva fragmentada del cuerpo, que lo concibe simplemente como una entidad material o una envoltura del alma. Las afirmaciones filosóficas propuestas por Merleau Ponty (1945) y Mead (1982) enriquecen esta comprensión al trascender esta visión fragmentada. Ambos filósofos resaltan la esencia intrínseca del cuerpo como expresión original del pensamiento o del lenguaje interior, desafiando la concepción tradicional que separa lo físico de lo mental.

En este contexto, el ser corpóreo se revela como un medio a través del cual se manifiestan y comunican nuestras experiencias más profundas y pensamientos internos.

Sin embargo, es importante señalar que, en otras disciplinas científicas, la comprensión del cuerpo todavía se percibe como el de un instrumento de algo que se expresa, en lugar de ser en sí mismo una expresión. Se considera que el cuerpo es esencialmente una actividad psicomotriz humana, resultado de un proceso de génesis y desarrollo en el que se entrelazan diversos sistemas anatómo-fisiológicos, psicológicos, sociales e históricos de gran complejidad. Estos sistemas interactúan entre sí, creando una estructura única que determina la forma en que cada individuo es, siente, está y opera en el mundo y en sus relaciones con los demás, según lo plantea Myrta Chokler (1994).

Es decir, existe una interrelación dialéctica entre el cuerpo en movimiento, el espacio del movimiento y la interacción entre gestos, actitudes y palabras. Estos elementos sirven como base para la construcción de la identidad, la comunicación, el pensamiento, la expresión y la creatividad. Consideran que el cuerpo en movimiento es el forjador de la persona, lo que se denomina el “cuerpo-ser”, que se manifiesta a través de la relación con otros. En este proceso, el cuerpo deja marcas, huellas, emociones, representaciones e imágenes que influyen en la autoconciencia y en la relación con los demás, determinando la forma en que cada uno es, siente, está y opera en el mundo, así como la manera en que se relaciona, aprende, se integra y crea. Esta interacción implica tanto el espacio cercano como el lejano, lo que está afuera y adentro, adelante y atrás.

A partir de estos conceptos Myrta Chokler (1994) propone un sistema denominado “organizadores del desarrollo”, que se entienden como un sistema de acción recíproca constante entre la persona y su contexto. Estos organizadores están genéticamente estructurados y se transforman a lo largo de la vida de una persona, influyendo en su desarrollo y en la forma en que interactúa con el mundo. Los conceptos propuestos

por Chokler abarcan varios aspectos fundamentales que influyen en el desarrollo humano:

Vínculo del apego: este se origina para satisfacer las necesidades, la calidad de la gratificación y la capacidad de ofrecer apoyo y seguridad a un niño, que constituyen las bases para formar relaciones afectivas, interpersonales y sociales.

Figura 9

Desarrollo del apego en las experiencias familiares



Nota. Realizado con OpenAI, 2024. Copilot, versión 4.0. Software.

La exploración y apropiación del mundo externo: los niños se esfuerzan por comprender y adaptarse al mundo que les rodea, que los lleva a desarrollar representaciones y leyes sobre su contexto, que se forman en sus interacciones con el mundo exterior, influenciadas por el orden simbólico que guía el proceso de aprendizaje.

La comunicación: las emociones, expresiones y señales desempeñan un papel fundamental en la comunicación. Desde el diálogo tónico-postural hasta el lenguaje verbal, la comunicación es un camino hacia la expresión y el desarrollo de la palabra hablada.

El equilibrio y el control corporal: el control progresivo del cuerpo, incluyendo posturas, desplazamientos, movimientos y el sentimiento de equilibrio, es esencial para dotar de seguridad, armonía, libertad la vida de un niño. Tiene que ver con la percepción propioceptivo-vestibular.

Orden simbólico: este abarca las representaciones sociales, económicas y culturales que influyen en la psique de una persona a través de sus relaciones con otras personas. Estas representaciones afectan la conducta, los roles sociales y la identidad.

Según Chokler (1998), el cuerpo y la interacción con el contexto permiten internalizar elementos externos, significados y emociones que se integran en la vida cotidiana de la persona. Es en este proceso donde lo que proviene del exterior se incorpora y se convierte en parte del sujeto, influyendo en su cuerpo, mente, emociones, imaginación y fantasías.

Las actividades tónico-posturales desempeñan un papel fundamental en el desarrollo de la vida emocional, la construcción de un sistema inicial de señales que incluye palabras, expresiones no verbales y un segundo sistema de señales simbólicas y expresiones verbales. Estas actividades contribuyen a organizar el esquema corporal y la autoimagen del individuo, además de fomentar su proceso progresivo de individuación y socialización (Aucounturier *et al.*, 1991, pp. 2 y 3).

El dominio del espacio se inicia antes de los seis meses de edad, cuando el niño comienza a explorar su propio cuerpo, tocándose y coordinando sus extremidades. El placer de correr y equilibrarse se desarrolla en esta etapa. Por otro lado, el dominio de los objetos, que implica tomar, agarrar y soltar, está relacionado con la comprensión de conceptos como *cerca*, *lejos* y *abre-cierra*. Estos hitos se alcanzan antes de los tres años y permiten al niño involucrarse en el juego presimbólico, que incluye actividades como vaciar y llenar, agrupar y dispersar. A través de este proceso el niño adquiere la capacidad de discernir entre lo grande o pequeño, pesado o ligero, hermoso o feo, triste o alegre. Este desarrollo facilita el encuentro con los demás y con los objetos, que a su vez son fundamentales en la estructuración del pensamiento, conectando el cuerpo, la imaginación, las emociones y las relaciones (Aucounturier *et al.*, 1992, pp. 5-7).

El cuerpo guarda marcas que reflejan las representaciones mentales y las expresiones simbólicas. Siguiendo la perspectiva de Emmi Pikler, la fundadora del Instituto Loczy, el desarrollo psicomotriz del niño se basa en cuatro principios esenciales, que deben cultivarse en un contexto afectivo fundado en relaciones genuinas:

1. La autonomía basada en sus propias iniciativas.
2. El valor de las relaciones personales estables y el vínculo con su figura de referencia, materna o paterna.
3. El fomento del juicio propio, que le permita sentirse competente y capaz de comprender su situación, su contexto material y los eventos que experimenta.
4. El apoyo a su desarrollo.

El objetivo de este proceso es preparar al niño para una vida afectiva, social y moral en la que pueda perseverar en la búsqueda de objetivos, reflexionar de manera independiente, tomar decisiones con responsabilidad y respetar los intereses y requisitos de la sociedad. Cuando el bebé no logra establecer este equilibrio corporal experimenta una sensación de pérdida de apoyo, fragmentación y falta de seguridad, lo que afecta su bienestar (Pensotti *et al.*, 1992, pp. 21-42).

Figura 10

El bienestar del niño al integrar la vida afectiva, social y moral



Nota. Realizado con OpenAI, 2024. Copilot, versión 4.0. *Software.*

Las relaciones entre hijos y padres no se limitan a satisfacer necesidades fisiológicas o psicológicas; cada experiencia es, en sí misma, un acto comunicativo que contribuye a establecer conexiones significativas. Por lo tanto, el niño no debe ser visto como un objeto, sino como una persona que influye en los acontecimientos y que establece relaciones. El fomento de la autonomía y la iniciativa es fundamental, ya que esto

permite al niño desarrollar la independencia, que es posible gracias a la seguridad emocional, que proporciona un sistema relacional sólido de atención mutua y confianza (Pikler, 2016).

El concepto de “sostén”, introducido por Winnicot, se refiere a la habilidad de encontrar equilibrio y unidad en el cuerpo, una armonía que surge de la interacción con figuras afectivas significativas, que permite al bebé configurar su imagen corporal y establecer una suerte de “melodía kinética”, originada en un diálogo tónico postural.

Este diálogo es un medio de comunicación y de intercambio mediante el cual el niño da y recibe —hay que destacar que las posturas no siguen una sintaxis codificada, sino que generan un nuevo discurso con contenidos latentes que deben ser descifrados—. En este sentido, la noción central del cuerpo se fundamenta en la interacción tónico-emocional, dado que la emoción está intrínsecamente vinculada con las expresiones tónicas, posturales y gestuales.

Desde los primeros meses de vida, el niño se nutre tanto de sus relaciones humanas como de su alimentación material. Las etapas iniciales del diálogo tónico se manifiestan a través de diversos medios —gritos, llantos, risas, sonrisas, miradas, movimientos corporales, expresiones faciales y vocalizaciones—, que impulsan a la persona a una comunicación afectiva, como lo señala Henri Wallon (1975, 1983). Dentro de este proceso comunicativo, que se desarrolla en un espacio construido por la persona y en un tiempo donde la visión actúa como punto de referencia, el cuerpo y el equilibrio vestibular también desempeñan un papel fundamental.

En el sistema de comunicación se identifican tres planos o dimensiones que interactúan: el mundo interior, la vida exterior y, una zona intermedia, la experiencia, en la que se encuentran representaciones de la “realidad establecida” y las fantasías que esta impregna. En esta interacción se hacen presentes recuerdos personales o huellas genéticas que mezclan el pasado, el presente y una proyección del futuro. Sin embargo, si la experiencia se basa únicamente en recuerdos personales, se repite sin considerar el contexto en el que se origina; como resultado, la respuesta

parecerá incoherente con la situación presente, ya que la experiencia fusiona lo objetivo y lo subjetivo.

No obstante, Wallon (1987) diferencia lo objetivo como la realidad y lo subjetivo como lo imaginario, sin considerar que la realidad, tal como se percibe, puede variar entre personas. La percepción de ser inyectado, por ejemplo, puede resultar aterradora para una persona y no provocar reacción en otra. En consecuencia, la aguja causa dolor en una y pasa desapercibida en la otra.

Cuerpo y distancia

La noción de distancia explora la relación entre el espacio y las personas. El espacio es esencial para que una persona despliegue su cuerpo; su falta puede aumentar la agresividad. La distancia entre cuerpos es tanto material como simbólica y extrasensorial. Puede existir cercanía física, pero lejanía emocional; esto depende de la calidad de conexión entre las personas. Una relación sólida puede reducir la distancia material y aumentar la proximidad emocional. También puede existir una cercanía no perceptible para los sentidos.

La distancia entre los cuerpos es inicialmente material, luego puede convertirse en una distancia simbólica y extrasensorial. Esto significa que uno puede estar cerca en términos físicos, pero sentirse lejos emocionalmente o viceversa. Incluso puede haber una fusión en la que el tiempo y el espacio desaparecen, y el dar y recibir se confunden. Sin embargo, a medida que un bebé nace y crece, esta fusión se disipa gradualmente, permitiendo la construcción de su propia identidad. Lapierre y Aucun-turier (1980, pp. 50-54), denominan “yo-piel” a la representación física que un bebé desarrolla de sí mismo, su “yo”, que contiene aspectos psíquicos, huellas epigenéticas y la experiencia de su propio cuerpo material como expresión del ser.

Cuando se experimenta una fusión corporal, una persona puede sentir que el otro es una extensión de sí mismo, lo que puede dar lugar a tensiones posesivas o agresivas. La separación entre el bebé y la madre, que ocurre alrededor de los ocho o nueve meses, es un proceso crucial en la ampliación de la distancia y la creación de una identidad individual. Esta ruptura fusional lleva a una mayor necesidad de comunicación, que se reemplaza progresivamente con objetos y, posteriormente, con palabras habladas que mantienen la relación y la separación.

La separación es esencial porque la fusión constante impide la producción de palabras como medios de intercambio y relación. La voz, el grito y el sonido se convierten en mediadores de intercambio cuando la separación ocurre, y el ritmo, la melodía y la intensidad de estos sonidos expresan estados emocionales. El juego de onomatopeyas permite a un niño imitar sonidos de animales, lo que fomenta el intercambio afectivo y ayuda a comprender los mensajes y estados de ánimo de otras personas al percibir diferentes ritmos y tonos de voz.

Lo mismo ocurre con la mirada, la sonrisa y los gestos, que son respuestas corporales que transmiten significados y emociones. Las primeras palabras son producciones sonoras del cuerpo y se convierten en mediadores de la comunicación, ya que el tono y el ritmo de la voz cobran fuerza a medida que el niño percibe cambios en su espacio y recibe respuestas similares en el intercambio.

El niño es esencialmente social desde la gestación, ya que su bienestar y seguridad dependen directamente del cuidado y el contacto con su madre. Esto se refleja en las interacciones posturales que calman al bebé y le brindan confianza. Sus respuestas no son automáticas, sino que se basan en experiencias vividas desde sus primeros meses de vida. Cuando las respuestas no son de contención, el bebé puede experimentar tensión y displacer Wallon (1983).

Figura 11

Desarrollo del bienestar y la seguridad en etapas prenatales



Nota. Realizado con OpenAI, 2024. Copilot, versión 4.0. *Software.*

A partir de los tres meses de edad, la sonrisa social se convierte en una clara señal de que el bebé está saliendo de su estado de dependencia y comenzando a influir en el contexto mediante sus relaciones con personas significativas. En este proceso, la comunicación interactiva cobra más fuerza y este comienza a reconocer su propio cuerpo en relación con otro que no le pertenece, pero que lo contiene. Esto lo ayuda a recono-

cerse a sí mismo en tanto un cuerpo material que trasciende el cuerpo material del otro, lo que le permite desarrollar la conciencia de sí mismo y percibir al otro en su ser.

En este proceso el bebé comienza a distinguir su propio cuerpo del de su madre, que es similar al suyo, lo que se conoce como el “fenómeno del espejo”. Aproximadamente, a partir del cuarto mes el bebé comienza a prestar atención a su reflejo en el espejo y responde de manera mimética y emocional: sonriendo, gritando o moviéndose frente a la imagen.

Hacia el sexto mes, cuando el niño ha establecido una relación y ha experimentado cierta separación, puede identificar en el espejo la figura de otro, como su padre, y se da cuenta de que la imagen en el espejo es una proyección. Alrededor del año, el niño descubre que la imagen en el espejo es él mismo y lo diferencia de la imagen de su padre. Esto demuestra que ha desarrollado una representación de sí mismo, facilitada por la angustia de separación con su madre, que le ayuda a distinguirse de ella. En este punto, el niño reconoce sus movimientos propioceptivos, su cuerpo y su función táctil, así como su imagen real proyectada en el espejo. En resumen, se ha integrado la imagen de su cuerpo y la conciencia corporal simbólica, un proceso abstracto basado más en relaciones senso-perceptuales que en sensoriales. Este se manifiesta cuando el niño se para frente al espejo y realiza una variedad de movimientos, reconociendo que él los genera, pero, al mismo tiempo, comprendiendo que la imagen en el espejo no es realmente él.

Alrededor del sexto mes, el niño comienza a descubrir los movimientos de sus manos, dedos y pies, a menudo asustándose cuando los ve, ya que los percibe como ajenos a sí mismo. Durante este descubrimiento es común que se lleve la mano a la boca, toque sus pies y los mueva hacia su cara, o incluso que muerda objetos duros, incluyendo su propio brazo, lo que a veces le provoca dolor.

A los diez meses, el niño es capaz de reconocer y mostrar la parte de su cuerpo que está en contacto con un objeto, pero solo cuando se trata de las partes móviles, no las partes fijas como el pecho o la espalda.

A los 13 meses, el niño muestra curiosidad por lo que hay detrás del espejo y coloca su mano detrás de él, como si intentara entender la ilusión.

A los 14 meses, si se le pide que entregue su pie, intenta hacerlo, como lo haría con otros objetos. Esto sugiere que aún no ha logrado identificarse de manera unitaria y separada del espacio.

En esta etapa, el niño se acerca al espejo, lo toca, lo lame y otorga existencia a la imagen reflejada de su propio cuerpo. Esto se alinea con la definición de Wallon de un proceso de individualización que involucra la interacción con el contexto. La relación corporal es posible gracias a la mediación de la experiencia corporal con otras personas y está fundamentada en las emociones que surgen inicialmente de estas vivencias con los demás. Wallon (1983) busca establecer un diálogo entre lo orgánico —el cuerpo— y lo psíquico, reconociendo que estas experiencias son tanto fenómenos psicológicos como sociales y que desempeñan un papel en la adaptación del individuo.

Partiendo de todos estos conceptos fundamentales acerca del cuerpo relacional es necesario añadir una perspectiva diferente, la que considera que el cuerpo no es simplemente un objeto o una envoltura, sino que abarca una complejidad que es tanto finita como infinita. Merleau-Ponty (1994, 2002) considera que la conciencia del propio cuerpo está intrínsecamente vinculada con la conciencia de la propia personalidad, lo que significa que la conciencia de uno mismo se ve influenciada por el pensamiento. Así, la conciencia del esquema corporal es dinámica y puede variar en función de las relaciones consigo mismo, con los demás y con respecto a los objetos. En otras palabras, la conciencia del propio cuerpo se forja a través de las relaciones entre el espacio postural, el contexto y el pensamiento. Esto abarca el espacio entre objetos, entre personas y objetos en el espacio emocional afectivo, así como en espacios ficticios que involucran recuerdos, sueños, creencias y conceptualizaciones. El pensamiento como un espacio infinito es donde se entrecruzan valores, decisiones y motivaciones reales que configuran la identidad de una persona.

El cuerpo, de acuerdo con esta perspectiva, expresa naturalmente lo que siente, percibe y experimenta de manera integral, pero también expresa un ser interior. Por lo tanto, la tensión muscular puede ser una respuesta a experiencias específicas, a problemáticas que incluso pueden dar lugar a una hipertonía muscular. Esta función tónico postural es esencial, como un medio de comunicación que parte de la interioridad y llega al intercambio entre el niño y otras personas. La postura no es simplemente una respuesta a la situación actual, sino también una expresión que se origina en el pensamiento, se representa y se vive, y expresa de manera directa lo que se encuentra detrás del mensaje transmitido, que procede de la interioridad.

Figura 12

Expresiones corporales según la emoción experimentada



Nota. Realizado con OpenAI, 2024. Copilot, versión 4.0. *Software.*

Esta forma de comunicación es una expresión del lenguaje que contribuye a la construcción de relaciones consigo mismo, con el mundo que lo rodea, la familia y la sociedad. A medida que el bebé comienza a sentarse y a interactuar con objetos, también comienza a balbucear. Esto muestra que la comunicación, tanto verbal como no verbal, tiene una

dimensión tónica que refleja la afirmación de sí mismo en relación con los objetos. En resumen, la expresión corporal es un sistema de comunicación que trasciende la simple estimulación y respuesta, ya que involucra la interioridad, las experiencias y los afectos, incluyendo elementos que a veces son fantasiosos en lugar de siempre ser reales.

Por esta razón, cuando existen dificultades en la comunicación oral, es fundamental, desde edad temprana, apoyados en sistemas de comunicación alternativa —signos manuales, programas de comunicación alternativa o aumentativa—, relacionar al niño con sus referentes vinculables (Zisk y Dalton, 2019).

Motricidad en la relación

Según Paillard (1992) la motricidad en el proceso neurobiológico involucra tres aspectos principales: desplazamiento, operación o manipulación y relación con los demás mediante la expresión, que, a su vez, se sustentan en cuatro aspectos complementarios:

1. *Disponibilidad tónica*: se refiere al tono muscular de base y al tono de sostén. El tono muscular es fundamental en la motricidad, ya que afecta la capacidad de una persona para moverse y mantener una postura adecuada.
2. *Actividad postural*: es la posición del cuerpo cuando responde a los estímulos; el posicionamiento antigravitatorio —la capacidad de mantenerse en posición vertical en contra de la gravedad— y el posicionamiento bidireccional —la capacidad de adaptar la posición del cuerpo en múltiples direcciones—.
3. *Actividad telecinética*: es la capacidad de desplazarse y aproximarse a objetos o personas en el contexto, y está relacionado con la movilidad y la exploración del espacio.
4. *Actividad práxica*: es la manipulación, transformación y consumación de objetos, que permiten interactuar de manera efectiva con el contexto y realizar acciones específicas.

Figura 13

El gateo como expresión del desarrollo motor



Nota. Realizado con OpenAI, 2024. Copilot, versión 4.0. *Software.*

Es altamente complejo, por lo que no logra explicar cómo el cuerpo material expresa procesos profundos que responden a la interioridad del ser humano, donde entran en juego una historia ancestral y un modo de ver y comprender la vida.

Raquel Fransolini (1990) se refiere a esta interacción como “expresividad motriz”. Aunque su enfoque es más amplio y va más allá de la perspectiva puramente neurobiológica, Fransolini sostiene que toda actividad motriz es el resultado de un desarrollo anatómico, fisiológico,

psicológico, histórico y cultural, que está influenciado por las huellas del pasado. La expresividad motriz actualiza experiencias pasadas que contienen elementos imaginarios y la historia personal, lo que contribuye a construir la identidad y la afirmación del ser en el mundo.

La expresividad motriz implica comunicar afectos, emociones y mediar con lo imaginario, lo que permite una transformación entre el mundo interior y el exterior. La acción se vuelve significativa cuando es interpretada por otros, que la dotan de sentido. La interacción con los demás modifica y transforma; lo que significa que, sin la presencia de otros, no se puede hablar de acción en la plenitud de su sentido.

La comunicación a través del cuerpo

Cuando nos referimos al cuerpo en su totalidad ontogénica, estamos hablando de un fenómeno que engloba las relaciones humanas como una forma de comunicación circular, en la que intervienen aspectos de interioridad y exterioridad. Esta comunicación va más allá de lo puramente físico o psíquico, abarca incluso dimensiones espirituales, tal como lo sostiene Edith Stein (2005).

La comunicación a través del cuerpo y los gestos es una forma de expresión que precede a la utilización de las palabras. La evidencia histórica muestra cómo los seres humanos crearon sistemas de intercomunicación basados en el lenguaje corporal. A lo largo del tiempo, esta comunicación se fue transformando hacia la representación visual, dando lugar a sistemas expresivos más sofisticados. Esto permitió la externalización de la memoria, la transmisión de conocimientos y su preservación para las generaciones futuras, contribuyendo al proceso de adaptación necesario para la supervivencia del ser humano, como argumenta Donald Merlín (2001).

A finales de la década de 1950, Birdwhistell y Hall iniciaron corrientes de investigación en el campo de la Comunicación No Verbal (CNV) en sus estudios sobre quinésica, proxémica y cronémica. Con-

cluyeron que las expresiones son intrínsecas a la cultura y se generan a partir de procesos perceptivos. Además, que el ser humano es un organismo sensible capaz de ajustar sus sentidos según las necesidades de una comunicación específica. Este ajuste se basa en el movimiento corporal, arraigado en la sensación y en el uso del *sensorium* para llevar a cabo procesos comunicativos que son fundamentales para la interacción social (Birdwhistell, 1940; 1965).

Birdwhistell y Hall resaltaron la importancia de entender que:

- No existe una expresión facial, una actitud o una postura corporal que tenga el mismo significado en todas las sociedades.
- El significado de un mensaje siempre depende del contexto y nunca puede deducirse a partir de un movimiento aislado del cuerpo.
- No hay un diccionario confiable de gestos inconscientes, ya que el significado siempre debe buscarse en el contexto general.

A principios de los años 60, Ekman y Friesen plantearon una perspectiva diferente a las afirmaciones de Birdwhistell al argumentar que las expresiones faciales son innatas y universales, pero también pueden ser aprendidas. Explicaron que todo acto no verbal tiene un significado que puede ser decodificado y compartido. Esto implica que las expresiones corporales pueden tener una variedad de significados y puede mostrar estados afectivos, tanto con un alto grado de conciencia como de inconsciencia. También identificaron que esto se manifiesta mediante las emociones primarias —lo que refleja la influencia de Darwin en cuanto al innatismo y la universalidad de las emociones en todas las especies—. Ekman sostiene que existen emociones puras —felicidad, sorpresa, miedo, tristeza, ira, asco e interés—, que se expresan de manera corporal y pueden generalizarse en diferentes culturas (Ekman y Oster, 1979).

Paúl Ekman y Wallace Friesen (1969), en su investigación sobre la comunicación no verbal, identificaron varios tipos de gestos y expresiones faciales relacionados con las emociones, y los agruparon en categorías:

1. *De felicidad:* estos gestos expresan alegría y satisfacción; pueden incluir una sonrisa genuina, risa, destellos en los ojos y gestos que indican una actitud positiva.

Figura 14

Representación de la felicidad



Nota. Realizado con OpenAI, 2024. Copilot, versión 4.0. *Software.*

2. *De sorpresa*: suelen implicar cejas elevadas, ojos abiertos y boca abierta; gestos que reflejan asombro o desconcierto.

Figura 15

Representación de la sorpresa



Nota. Realizado con OpenAI, 2024. Copilot, versión 4.0. *Software.*

3. *De miedo*: expresión facial de temor con cejas levantadas y ojos abiertos; puede haber retroceso o tensión en el cuerpo.

Figura 16

Representación del miedo



Nota. Realizado con OpenAI, 2024. Copilot, versión 4.0. *Software.*

4. *De tristeza:* cejas fruncidas, labios caídos y una mirada apagada, que reflejan pena y melancolía.

Figura 17

Representación de la tristeza



Nota. Realizado con OpenAI, 2024. Copilot, versión 4.0. *Software.*

5. *De ira*: suelen manifestarse con cejas fruncidas, ojos entrecerrados, labios tensos y una expresión facial enojada.

Figura 18

Representación de la ira



Nota. Realizado con OpenAI, 2024. Copilot, versión 4.0. *Software.*

6. *De asco*: arrugar la nariz y retirarse de algo desagradable; puede haber gestos de rechazo físico.

Figura 19

Representación del asco



Nota. Realizado con OpenAI, 2024. Copilot, versión 4.0. *Software.*

7. *De interés*: expresión facial de curiosidad y atención, con cejas ligeramente levantadas y una mirada enfocada.

Figura 20

Representación del interés



Nota. Realizado con OpenAI, 2024. Copilot, versión 4.0. *Software.*

8. De indiferencia: pueden manifestarse con una falta de expresión facial, cejas relajadas y una mirada neutral.

Figura 21

Representación de la indiferencia



Nota. Realizado con OpenAI, 2024. Copilot, versión 4.0. *Software.*

Esos son algunos ejemplos identificados en su investigación; cada gesto refleja una emoción o un estado afectivo específico y puede variar en intensidad y manifestación según el contexto y la persona. Ekman y Friesen se enfocaron en los gestos del rostro porque consideran que la postura es más difícil de controlar que el tono de la voz y el rostro.

El trabajo de David Efrón (1941), centrado en el análisis de comportamientos gestuales, destaca la influencia cultural en estos. Su argumento sostiene que las personas, al estar expuestas a comportamientos gestuales específicos de su contexto, tienen la capacidad de adoptarlos y asimilarlos como parte de su repertorio gestual. A raíz de estos estudios, Ekman y Friesen identificaron cuatro categorías de gestos, con funciones específicas.

1. *Gestos ilustradores y reguladores*: se relacionan con la comunicación y enfatizan el discurso verbal; ayudan a ilustrar o acentuar lo que se está diciendo y, a menudo, son de uso consciente:
 - Bastones: movimientos que se sincronizan con el habla para acentuar o enfatizar puntos específicos.
 - Direcciones del movimiento: indican la dirección o el movimiento de un objeto o idea.
 - Movimiento déictico: apuntan directamente a un objeto o entidad mencionados en el discurso.
 - Movimientos espaciales: describen la relación espacial entre elementos o conceptos.
 - Kinetógrafos: representan una acción corporal o movimiento.
 - Fotos: crean una imagen mental de referencia para ilustrar una idea o concepto.

Estos gestos desempeñan un papel importante en la comunicación y ayudan a aclarar o enriquecer el contenido verbal, facilitando una comprensión más completa de lo que se está expresando.

1. *Gestos emblemáticos*: son aquellos que tienen una traducción verbal directa y son ampliamente comprendidos dentro de una cultura o grupo.

2. *Gestos que expresan carácter personal*: aquellos que reflejan aspectos individuales de la personalidad o de su comportamiento.
3. *Gestos que expresan estados emotivos o adaptativos*: expresiones faciales y corporales que comunican emociones o estados adaptativos.

Ekman y Friesen (1999), al estudiar la comunicación no verbal, vincularon los gestos con su intensidad: al bajarla o aumentarla, aparentar indiferencia o disimular la emoción experimentada. Sostienen que los gestos, a menudo, revelan las emociones que generalmente se intenta ocultar.

Otras clasificaciones gestuales exploran la relación de los gestos consigo mismo y el contexto. Rosenfeld (1966) habla de gesticulación y manipulación de sí mismo, destacando cómo los gestos pueden ser expresiones dirigidas desde el interior o manipuladas por la misma persona. Freedman y Hoffman (1990) diferencian entre movimientos focalizados en objetos y vinculados al discurso, así como movimientos centrados en el cuerpo sin relación con el discurso. Estas clasificaciones contribuyen a una comprensión más profunda de los gestos como herramientas de comunicación y expresión en diversos contextos.

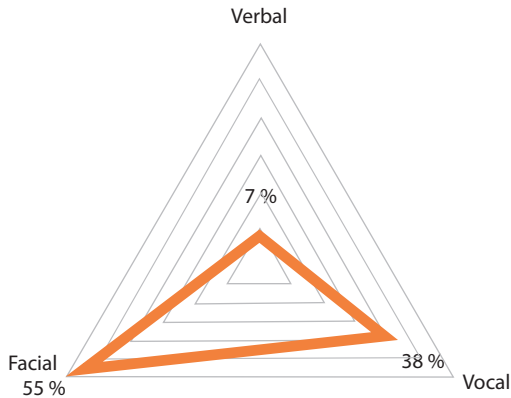
En contraste, Mehrabian (2017) sostiene que no existen reglas de codificación explícitas para los movimientos corporales, pero la decodificación e interpretación están fuertemente influenciadas por la cultura y el contexto, ya sea familiar o social. El proceso está intrincadamente relacionado con los sentimientos, actitudes y rasgos de la personalidad, y es de suma importancia, dado que la expresión no verbal, que constituye el canal de comunicación más confiable, representa el 93 % de la comunicación a través de los cuerpos, expresiones faciales y gestos.

Desde su gestación, la persona comienza a expresar sus sentimientos de placer o displeacer mediante movimientos del cuerpo. También los manifiestan con acciones como succionar el dedo, sonreír y prestar atención a las experiencias sensoriales proporcionadas por el contexto y la relación vincular. Durante los primeros nueve meses de vida estas expresiones responden a experiencias sensoperceptivas.

Mehrabian (1980) analizó la comunicación sistemática de actitud en el rostro, considerando tres grados de actitud (positivo, neutral, negativo). Sus hallazgos revelaron que las muestras faciales y vocales no interactúan entre sí, pero que las muestras faciales tienen un efecto más significativo que el componente vocal. Estos efectos se identificaron mediante una suma ponderada que resultó en coeficientes 07, 38, 55 (figura 22).

Figura 22

Coefficientes de interacción verbal, vocal, facial en la comunicación



Nota. Adaptado de Mehrabian y O'Reilly, 1980.

Es importante resaltar que, si bien estos datos son concluyentes, el mismo autor advirtió que estas conclusiones no pueden generalizarse completamente. Esto se debe a que la metodología utilizada se basó en la valoración de las preferencias de las personas estudiadas con respecto a los mensajes que escuchaban, clasificándolos en “me gusta”, “no me gusta” o “imparcial”. Por lo tanto, esta metodología no abarcaba la totalidad de la comunicación verbal y no verbal. Mehrabian (1972) dice que el comportamiento verbal puede coexistir simultáneamente con el habla, lo que podría dar lugar a inconsistencias en el mensaje. Sin embargo, no fue posible verificar esta hipótesis, ya que no se pueden interpretar todos

los mensajes de manera general, a menos que se refieran a sentimiento o actitudes y se encuentren en el mismo contexto.

Por lo tanto, el autor consideró necesario desechar la idea de que el 93 % de los mensajes corresponde a la comunicación no verbal. Estas afirmaciones de Mehrabian cuestionan dos creencias comunes; la primera se refiere a la noción de que el 93 % de los mensajes creíbles son no verbales; la segunda plantea la idea de que la comunicación verbal y no verbal son simultáneas y coherentes entre sí.

En este contexto, Mehrabian (1972) sostiene que, a diferencia del lenguaje verbal que posee reglas de codificación explícitas, los movimientos corporales carecen de reglas definidas. Sin embargo, existe un grado de consistencia en la forma en que pueden ser interpretados, codificados o decodificados entre diversas culturas. Esta forma de comunicación no verbal está estrechamente relacionada con los sentimientos y actitudes, y puede desempeñar un papel funcional en el refuerzo o la regulación del discurso, ya sea propio o de otra persona.

Mehrabian también sostiene que en la comunicación no verbal existe un marco tridimensional que abarca la evaluación, la potencia o el estado y la capacidad de respuesta. En sus observaciones identifica algunas dimensiones no verbales de referencia para expresar emociones, como el placer —que abarca la alegría frente al temor—, el control —que engloba la molestia, el asco, el desprecio y el odio frente a la consternación, el desconcierto, la sorpresa y el asombro—, y la activación —que incluye la ira, el asco, el desprecio y el odio frente a la desesperación, la lástima, la tristeza, la melancolía, el aburrimiento, la complacencia y la adoración—.

Farkas (2007) señala que el lenguaje no verbal se desarrolla de forma espontánea y continua comunicando a lo largo de todo el ciclo vital, sin interferir con la oralidad, pero la significación y expresión codificada se aprenden, siendo los adultos quienes le otorgan forma y contenido universal. En cuanto a los gestos específicos los divide en cuatro tipos:

1. *Deícticos*: aparecen entre los 9 y 12 meses, y se utiliza para señalar, mostrar, ofrecer, dar y hacer peticiones. Estos gestos son protodeclarativos, destinados a mostrar objetos, y protoimperativos, empleados para realizar peticiones. Su desarrollo requiere una intención comunicativa tríadica, que involucran a un sujeto, un objeto y otra persona, ya que no son posibles sin la atención compartida.
2. *Simbólicos y representacionales*: surgen entre los 12 y 15 meses de edad. Son acciones físicas simples que representan objetos o eventos con el propósito de expresar deseos, necesidades, pensamientos y emociones. Tienen una función comunicativa y nominativa, y en ocasiones pueden sustituir la expresión verbal de manera útil.
3. *Simbólicos o inactivos*: se utilizan para representar una forma o función diferente.
4. *Iconicos*: aparece alrededor de los tres años y tienen una función afirmativa que acompaña el habla, aunque no la reemplaza.

La comunicación no verbal abarca diversas formas de expresión además de los gestos. Aquí hay una breve descripción de algunas de ellas:

- *Proxémica*: se refiere al uso y la interpretación del espacio en la comunicación. Incluye conceptos como la distancia interpersonal (proximidad física entre personas), las zonas personales y la orientación espacial, que pueden transmitir significados culturales y emociones.
- *Kinética*: engloba el estudio de los movimientos corporales, expresiones faciales y gestos en general; examina cómo estos elementos contribuyen a la comunicación y cómo son interpretados.
- *Vestémica*: se refiere a la comunicación a través de la vestimenta. La elección de la ropa, los accesorios y el estilo personal puede comunicar información sobre la identidad, el estado de ánimo, la profesión y otros aspectos de la persona.
- *Cronémica*: se centra en el uso del tiempo en la comunicación; considera la duración de eventos, el tiempo de espera, los patrones temporales y la puntualidad como elementos significativos en la interacción humana.

Estos elementos, junto con otros aspectos de la comunicación no verbal, contribuyen a la riqueza y complejidad de la expresión humana, proporcionando una gama diversa de herramientas para la interacción y la comprensión interpersonal (Birdwhistell, 1970).

Knapp (1982) amplió el campo de la comunicación no verbal al incluir el análisis de la proxémica; es decir, el estudio del espacio personal y la conducta territorial humana. Explicó que la forma más básica y primitiva del proceso sensorial es la sensibilidad táctil relacionada con la interocepción. Desde la gestación, los latidos del corazón se magnifican en el líquido amniótico y estos impactan en el cuerpo del bebé. Las primeras experiencias sensoriales con el mundo provienen del contacto de la piel con el aire y de la voz que llega a los oídos, y se entrelazan en el contacto de esa piel con su referencia vincular, generalmente su madre. En este proceso, el llanto se convierte en un mensaje interoceptivo que a menudo refleja emociones como el miedo o la inseguridad.

Hall y Fast (2011; 1959) diferenciaron cuatro fases o espacios, cada uno con una dimensión cercana y otra lejana:

1. *Fase íntima*: implica una mayor proximidad sensorial en las relaciones personales. La fase cercana (0 a 15 cm) se aplica en situaciones como la sexualidad, amistades cercanas y relaciones madre-hijo. La fase lejana (15-45 cm) se reserva para situaciones que requieren contacto a través de la mano o cuando es necesario para razones específicas.
2. *Fase personal*: en esta se establece una distancia con otras personas que no son tan cercanas como en el ámbito íntimo. La distancia cercana (45-75 cm) se utiliza en reuniones informales o cócteles, mientras que la distancia lejana (75-120 cm) marca un límite de dominancia física, aunque sigue siendo lo suficientemente cercana como para mantener una conversación.
3. *Fase social*: se refiere a las relaciones impersonales, pero con algún grado de relación. La distancia cercana (120 a 200 cm) se emplea en situaciones como transacciones comerciales o intercambios. La

distancia lejana (2 a 3,5 metros) se utiliza en contextos de negocios o interacciones más formales.

4. *Fase pública*: se trata de actos frente a un público más amplio. La distancia cercana (3,5 a 7,5 metros) se puede dar en contextos como charlas o conferencias, permite una mayor interacción. La lejana (nueve metros), se considera una distancia de seguridad y es comúnmente reconocida en contextos en los que figuran políticos o artistas.

Estos conceptos de proxémica ayudan a comprender cómo las personas gestionan y utilizan el espacio en diversos contextos sociales y culturales, lo que influye en la comunicación y las interacciones humanas; abriendo paso a la comprensión de la distancia, el espacio, el tiempo como procesos comunicativos.

En cuanto a los componentes de la comunicación no verbal, según Fast (2011), Knapp (1982) y Argyle (1965; 1967), se destacan varios aspectos fundamentales:

- La mirada desempeña un papel crucial en la interacción y la interpretación de los sentimientos. Puede acercar o alejar a las personas en una relación, y su intensidad y duración pueden comunicar mensajes específicos. Además, la dilatación de la pupila, un indicador inconsciente, pueden expresar emociones y sentimientos. Es decir, la mirada cumple un rol fundamental en las relaciones interpersonales.
- Las expresiones faciales son esenciales para comunicar estados emocionales. Proporcionan retroalimentación y constituyen una fuente importante de información. Las expresiones faciales pueden ser conscientes e inconscientes, y algunas microexpresiones fugaces no se pueden reprimir de manera consciente.
- La sonrisa se considera no solo una expresión de sentimientos, sino también un organizador psíquico. Desde una edad temprana, los bebés descubren que pueden provocar una respuesta en los adultos mediante una sonrisa, lo que se conoce como sonrisa social. La sonrisa puede ser tanto consciente como inconsciente.

- La postura corporal se basa en convenciones sociales y culturales, y puede comunicar actitudes y mensajes específicos relacionados con la posición y la interacción. La orientación corporal, que implica la dirección en la que una persona coloca sus piernas y hombros en relación con un interlocutor, también es importante en la comunicación no verbal.
- Los gestos pueden variar según las diferencias culturales y comunicar las intenciones de una persona. Pueden ser de varios tipos, como gestos déicticos —que muestran o piden algo—, gestos intencionales —que enfatizan lo dicho verbalmente—, gestos simbólicos o representacionales —que sustituyen el habla o representan objetos, pensamientos o emociones— y gestos icónicos —que tienen una función afirmativa—.

Hediger (1955) introdujo el concepto de conducta territorial como parte de la comunicación no verbal, señalando que representa la defensa de un espacio propio en relación con el espacio general, considerando este espacio como una proyección del yo. Sus investigaciones, centradas en parejas, revelaron que los niveles más altos de territorialidad se observaban en parejas con alta homogeneidad, o con bajos niveles de asociación y dominación. La territorialidad era menos evidente en parejas caracterizadas por una relación cooperativa.

Otro sistema clave en la comunicación no verbal es la paralingüística, que aborda los aspectos no lingüísticos de la oralidad. Este incluye la exploración de la voz según el sexo, la edad y el lugar de origen. Dentro de la paralingüística, se analizan cualidades como el tono, la resonancia, el tiempo, las vocalizaciones y características vocales que involucran intensidad, tono y extensión. También se considera los segregadores vocales, que son sonidos de acompañamiento, como gruñidos, pausas y silencios. Aunque existen códigos comunes en su uso, Davis (2010b) destaca que hay variaciones no lingüísticas a través de las cuales se transmiten estados de ánimo, mensajes y significados.

La comunicación a través del cuerpo se refiere a la forma en que las personas se comunican utilizando gestos, posturas y movimientos corporales en lugar de palabras y también expresan su ser de manera natural. Esta forma de comunicación es fundamental en la interacción humana y se ha desarrollado a lo largo de la vida como un medio para transmitir emociones, intenciones y mensajes. Históricamente, la comunicación corporal precedió a la comunicación verbal y se utilizó para crear sistemas de intercomunicación. Con el tiempo, se ha vuelto más sofisticada y se ha adaptado para transmitir conocimientos y experiencias mediante gestos y movimientos. La comunicación de sí mismo a través del cuerpo es una parte esencial de la comunicación humana y a menudo se considera más confiable que las palabras, ya que expresan el ser mismo de cada uno. Además, se desarrolla desde una edad temprana y sigue siendo importante a lo largo de la vida, convirtiéndose en una parte integral de nuestras interacciones sociales.

La comunicación no verbal es un proceso dinámico y atemporal que refleja la interioridad de una persona. Puede ser espontánea, pero también utilizada con propósitos específicos para modificar un contexto y facilitar la interacción. Abarca una amplia gama de información transmitida, desde lo idiosincrásico hasta lo comunicativo e interactivo.

Es importante destacar que algunas personas no han desarrollado la comunicación oral y, en consecuencia, dependen en gran medida de la comunicación no verbal para expresarse y comprender a los demás. En estos casos, la comunicación no verbal adquiere un papel fundamental para establecer conexiones y transmitir información de manera efectiva. Esto nos lleva a afirmar que la comunicación no verbal desempeña un rol de vital importancia en la comunicación humana, tanto para aquellos que dependen de ella por completo como para la población en general, ya que complementa de manera significativa o sustituye la comunicación verbal.

Desde el período de gestación, los bebés comienzan a expresar sus sentimientos de placer o desagrado a través de los movimientos de su cuerpo. Por ejemplo, succionan su dedo, sonrían y responden a las sen-

saciones percibidas en su contexto. Durante los primeros nueve meses de vida sus expresiones están impulsadas por experiencias sensorperceptivas.

La comunicación corporal, en la percepción de la vida y sus expresiones, se encuentra arraigada en experiencias sensorperceptivas. Este proceso comunicativo surge de la conciencia del propio cuerpo, según Lacan, quien sostiene que inicialmente el niño experimenta una percepción fragmentada de su propio cuerpo, observando los movimientos de manera descoordinada. En el estadio del espejo, el niño visualiza su cuerpo como una entidad imaginaria, percibiéndolo como una imagen completa que posibilita la constitución del yo y la identificación con esa imagen. No obstante, esta imagen es especular e ilusoria, llevando consigo una dimensión simbólica que el adulto referente interpreta (Lacan, 1949).

Se destaca que la capacidad de comunicar la información inconsciente, el compartir la conciencia que emana de la psiquis, es fundamental para el cuerpo. Este enfoque subraya que el inconsciente se manifiesta a través del cuerpo sin hacer juicios de bien o mal. Se enfatiza que no somos simplemente cuerpo ni mente, sino conciencia. La comprensión real proviene de aprender de lo diferente. Se sostiene que el cuerpo no puede mentir; resuena con las emociones, y, al descentrarnos, podemos sumergirnos aún más en nuestra propia interioridad (Boukaram, 2013).

El ser corpóreo no solo se expresa a través de gestos, sino que también actúa como portavoz del inconsciente, manifestando la dimensión simbólica del mundo. Es crucial reconocer que la corporeidad no analiza significados, expresa la riqueza de la interioridad.

Comunicación a través de los sentidos

Como ya se explicó, la comunicación a través del movimiento corporal y los procesos sensorperceptuales está presente desde la gestación. Davis (2010a) sostiene que la comunicación no verbal constituye el primer canal de comunicación que el ser humano posee, y que este nace con la capacidad de decodificarlo mediante la intuición.

Figura 23

Comprensión de los límites del cuerpo mediante los sentidos



Nota. Realizado con OpenAI, 2024. Copilot, versión 4.0. *Software.*

Cuando un bebé nace, estos sistemas sensoriales le permiten establecer conexiones en el contexto y con los demás. Mediante el tacto realiza sus primeras exploraciones en el mundo, lo que le permite experimentar la proximidad con otros seres, su contexto, el aire, la luz solar y las ondas sonoras. De esta manera, el bebé comienza a comprender los límites de su cuerpo y la presencia del mundo exterior, identificando el frío y el calor, y apreciando las diversas texturas. Estas sensaciones están impregnadas de huellas emocionales y contribuyen a formar un lenguaje

interno. Esto, a su vez, influye en la forma en que el bebé interpreta las experiencias percibidas, así como el mensaje, ya sea verbal o no verbal, que le rodea (Davis, 2010b). En consecuencia, la comprensión de los sistemas sensoriales se almacena en el inconsciente y desempeña un papel crucial en la interpretación consciente de la comunicación durante el proceso comunicativo.

Figura 24

Representación holística de la complejidad de la sensoripercepción



Nota. Realizado con OpenAI, 2024. Copilot, versión 4.0. Software.

La comunicación no es un sistema biológicamente programado, los significados se construyen de manera interactiva a través de experiencias, contextos y culturas; posee una universalidad definida y existen formas preestablecidas de descifrar el lenguaje corporal como un medio de comunicación innato. En este sentido, resulta inevitable crear un diccionario completo de significados para la comunicación no verbal, ya que los seres humanos usan sistemas sensorceptuales. Pero se ha investigado y comprendido poco la sensorpercepción como parte de este proceso (Davis, 2010b).

Sensorpercepción

En la exploración del ser corpóreo relacional abordamos el tema central del libro: la sensorpercepción, un concepto intrincado dado su entrelazamiento con diversos procesos. Para comprenderla hay que considerar cuatro perspectivas convergentes, que ofrecen una visión más holística de este fenómeno. Estas perspectivas se nutren de la filosofía —de autores como Edmundo Husserl y Edith Stein—, la psicología —Lacan y Hawkins— y la visión andina, que busca comprender el mundo desde la totalidad del ser interno y externo actuando de manera integral.

Desde la perspectiva filosófica

En 1917, Edith Stein abordó la percepción desde la empatía, destacando la similitud de los estados de conciencia entre el yo propio y el yo ajeno, fundamentándose en la idea de que el mundo se construye a partir de relaciones. Stein describe la empatía como un proceso puramente cognitivo que va más allá de sí mismo, permitiendo comprender los propios sentimientos al observarlos desde la perspectiva del otro. Este acto de personificación se origina en la interioridad de uno mismo, no en la externa del otro.

La vivencia, según Stein, puede surgir de la experiencia, ya sea como recuerdo o como fantasía. La memoria, como parte del proceso

cognitivo, posibilita experimentar un sentimiento, una emoción, que va más allá de la mera cognición. La referencia al proceso relacional implica la presentificación de una vivencia que fusiona pasado y presente, logrando una transferencia y, simultáneamente, generando una recomposición de la vivencia, lo que ella denomina “apercepción” o conciencia de la percepción en su nivel más elevado.

La presentificación no se refiere a un acto cognitivo cargado de memorias o recuerdos llenos de fantasías, ni a un aspecto emocional vinculado a deseos; es más bien, una experiencia nueva revivida. En este sentido, la simbolización de la experiencia actual está impregnada de significados previos, permitiendo que la vivencia actual contenga un trasfondo significativo. Lo revivido no es una reproducción fiel de la situación pasada; en su lugar, emerge un sustituto que ocupa el espacio del recuerdo y, así, la empatía se convierte en un presente *vivido*, pero con un contenido original que proviene de un recuerdo. En resumen, para Edith Stein, la empatía se revela como un proceso cognitivo, no emocional. Hablar de empatía como la capacidad de sentir lo que otros sienten implicaría adentrarse en otra dimensión que va más allá del proceso cognitivo puro.

Para ilustrar estas dimensiones, Husserl utiliza un ejemplo concreto: la presencia de un vaso sobre una mesa. Si bien el vaso está visualmente presente, la atención no se enfoca en él, si no es necesario; la mirada se dirige al vaso cuando surge la necesidad, evidenciando que la mera existencia del objeto conlleva automáticamente la reflexión sobre su presencia. Esto implica que existe una experiencia perceptiva del vaso, es decir, está dentro de uno mismo —el vaso existe porque lo percibimos, un acto perceptivo—, pero, en realidad, el vaso está fuera de nosotros —un objeto físico—. Así, a través de las sensaciones, nos conectamos con el mundo físico percibido por la persona. Los actos perceptivos, según Husserl, constituyen el primer nivel de conciencia.

Para Husserl, lo que ingresa a través de los sentidos se entiende como *vividos*: se registran para generar la conciencia de los actos que están siendo registrados. La toma de conciencia de algo implica reflexio-

nar sobre lo que se ve o se toca; así, un acto de interacción significativa constituye un segundo nivel de conciencia.

Tomando el ejemplo anterior, utilizar el objeto —vaso— para satisfacer una necesidad —sed— requiere un impulso interior que informa sobre la necesidad del propio cuerpo. Para que esto ocurra, se recurre a registros provenientes de una conciencia previa, un autoconocimiento interno en relación con el mundo físico externo interiorizado. Todos los actos perceptivos pasan por este proceso de “registro codificado” de los propios vividos.

En este contexto, es evidente que las sensaciones que experimentamos no dependen exclusivamente de los sentidos, como podría pensarse, sino que los trascienden. Los procesos que parten y dependen de la conciencia son fundamentales para la producción de sensaciones, permitiendo así la comprensión del mundo físico externo y la relación interna consigo mismos. Esto se logra porque un acto, como el de tocar o ser tocado, no se limita a la conexión con la mano; la experiencia se imprime y registra en todo el cuerpo (Bello, 2011).

De hecho, para Husserl, el sentido del tacto se erige como el más crucial, ya que a través de él se registran los límites físicos del cuerpo. Este sentido permite la orientación en el espacio, la exploración interna del propio cuerpo y, al mismo tiempo, la percepción del cuerpo externo, facilitando la conexión y distinción entre el cuerpo propio y otros cuerpos externos. La experiencia de poseer un cuerpo se manifiesta a través de los ocho sentidos. Husserl sostiene que, a través del vivido, una experiencia única para cada individuo, se puede comprender la existencia de un cuerpo relacional, inserto en un mundo externo que forma parte de su interioridad. Este cuerpo relacional, según Husserl, establece una clara dicotomía entre lo interno y el mundo externo —otredad, naturaleza, objetos—. En contraste con la visión andina donde no existe tal separación, ya que todo forma parte del ser, de la persona.

En consonancia con Husserl y Merleau-Ponty, el conocimiento del mundo físico se materializa a través de la corporeidad, siendo el registro

del vivido el aspecto más crucial del proceso. Cuando este registro tiene lugar, se desvanece la distinción entre la interioridad y exterioridad, dando paso a la conciencia sensoperceptual. Así, ningún acto puede limitarse a ser comprendido solo como una reacción sensorial o un impulso de los sentidos, ya que la conciencia sensoperceptual va más allá de lo tangible, convirtiendo la experiencia en algo presentificado. Stein describe este fenómeno como la “luz interior” de la conciencia, omnipresente en todas las acciones y sensaciones, capaz de trascender cuando las experiencias se comprenden en la totalidad del ser (Bello, 2011; Husserl, 2004; Stein, 2011).

Este proceso no se limita a respuestas corporales automáticas; algunas tienen un carácter emocional, mientras que otras entran en la esfera espiritual, que implica la toma de decisiones. Tomando el ejemplo de saciar la sed, la decisión de tomar el vaso con agua va más allá de un impulso físico o psíquico; involucra la dimensión espiritual, donde la voluntad y la decisión desempeñan un papel crucial (D’angelo, 2012).

Esta dimensión espiritual que se integra en la sensopercepción, según Husserl y Stein, se refiere al espíritu o alma, un espacio de reflexión, valoración, decisión y pensamiento. La persona no solo responde a actos neurobiológicos o psíquicos sin control, sino que, a través de procesos pensados, responde de manera consciente. Así, se puede entender al ser humano como cuerpo, psiquis y espíritu o alma, tres dimensiones íntimamente interconectadas.

Para ilustrar lo expuesto, podemos recurrir a otro ejemplo: el acto de ver. La sensación es la visión, el vivido es la percepción, que conduce a la conciencia de lo que se está viendo, quizás un libro. Cuando nos referimos a un objeto específico, como el libro, estamos indicando que la imagen existe tanto dentro como fuera de nosotros. Si el libro se retira del campo visual, se puede activar el recuerdo, permitiendo tener presente algo ausente. Sin embargo, este acto perceptivo no presentifica al libro, lo que permite hablar de él; a este proceso se le denomina acto universal. De este modo, imaginar difiere de recordar y percibir; analizar es un tipo de

acto distinto, donde se registra el vivido, y que no se limita a percepción, recuerdo o imaginación.

Figura 25

Desarrollo de la imagen mental a través del recuerdo del objeto (libro)



Nota. Realizado con OpenAI, 2024. Copilot, versión 4.0. *Software.*

En resumen, la percepción siempre tiene un carácter general y otorga sentido al acto perceptivo experimentado, estableciendo conexiones con otros actos. No obstante, es necesario activar la atención, que puede

manifestarse de dos maneras: a través del acto psíquico, desencadenado cuando algo pasa cerca de la persona y la atención se dirige espontáneamente hacia ello, sin una decisión consciente; y mediante el acto espiritual, donde aquello que captó la atención generó atracción o repulsión, indicando que la experiencia trascendió, ya que se tomó una decisión cargada de motivaciones, ingresando a un nivel donde se procesa toda la información y se decide una acción, ya sea a nivel interno o externo.

Como ya se mencionó, la dimensión espiritual y la psíquica se diferencian en que la primera implica necesariamente una decisión; sin embargo, muchos actos están influenciados por las emociones, en cuyo caso no hay una decisión consciente, pero sí un registro de los actos psíquicos que son precedidos por percepciones de las cuales no se tiene plena conciencia, adentrándose en la esfera del inconsciente. La dimensión espiritual no está sujeta al control de la esfera psíquica, lo que implica libertad, responsabilidad y procesos autónomos, configurados por la entropatía,¹ la estructura universal —yo-nosotros— y las huellas epigenéticas —presente-pasado—.

Desde la visión integral del mundo

El concepto de sensopercepción se explora desde las dimensiones micro y macrocósmicas, según diversas perspectivas filosóficas y cosmovisiones. Desde la visión de Whitehead, el cuerpo humano se considera un nexo macrocósmico que conecta identidades microcósmicas en actos interdependientes. Existe una matriz de relaciones internas solidarias con la naturaleza, lo que implica que los cambios contextuales no pueden abordarse únicamente a través de hábitos, ya que esto podría resultar en la inhabilidad para enfrentar la dinámica modificable del contexto. La comprensión sensoperceptiva, según Whitehead, no está determinada por un determinismo cognitivo o empirista, ya que cada experiencia está intrínsecamente interrelacionada con un contexto, un sentimiento,

1 Transferirse dentro del otro.

una emoción y una vivencia. La realidad, según Whitehead, se construye a través de eventos interrelacionados, y la verdad no es absoluta, sino que proviene de la interdependencia de cada individualidad (citado en Klose, 1997).

Desde la cosmovisión andina, el ser humano forma parte de un entramado de la vida, donde la tierra y todo lo que la compone no es algo externo, sino una parte intrínseca del ser humano. La destrucción o defensa de la naturaleza no se motiva por la supervivencia de la persona, sino por la defensa de la propia vida, entendiendo que el tiempo y el espacio no están fuera, sino dentro, manifestándose de manera aparentemente externa. En este enfoque, el tiempo es un presente que abarca el pasado y el futuro, manifestándose en el hoy, y el espacio es una totalidad donde coexisten el arriba y el abajo, la muerte y la vida. La idea de un yo dividido del nosotros no existe en el idioma quichua, donde todo en la vida es plural y la comunidad es parte integral del individuo.

Estas percepciones macro y microcósmicas establecen una conexión entre el mundo tangible e intangible, lo creado y lo increado, destacando la finitud y pequeñez del ser humano frente a la inmensidad del mundo exterior e interior. Sin embargo, al mismo tiempo, resaltan la grandeza de la persona como un núcleo central capaz de poner en diálogo su interioridad a través del ser corpóreo, la psiquis, el pensamiento y la exterioridad, expresadas en un cuerpo que tiene la capacidad de contener la realidad que se ve, se siente y se percibe, como también lo extrasensorial, que existe, pero en la interioridad.

¿Qué es la sensopercepción?

Un entramado complejo que conecta el mundo interior con el exterior, coexistiendo diversas dimensiones. Por un lado, surge el impulso interior que informa sobre las necesidades del propio cuerpo, instigando respuestas basadas en la percepción y una conciencia previa, actuando como una luz interior que guía nuestras acciones. Este autoconocimiento establece una relación entre lo tangible y lo intangible, donde las sensacio-

nes no dependen simplemente de los sentidos, sino que se originan en una conciencia previa que facilita la comprensión de la de la conexión entre el mundo físico externo y la interioridad personal. Solo a través de este entendimiento es posible relacionarse con otras experiencias corporales, cuando la imagen existe tanto interna como externamente, permitiendo que la dimensión espiritual, no controlada por la esfera psíquica, entre en juego. Esto implica libertad, responsabilidad y procesos autónomos (espirituales), que se constituyen gracias a la entropía, la estructura universal —yo-nosotros— y las huellas epigenéticas —presente-pasado—. La senso-percepción también involucra la decisión y postura que cada persona elige frente a la realidad, generando una resonancia en otros, donde no es el otro quién determina la forma de experimentar cada situación, sino que cada individuo decide atraer formas específicas de existir y enfrentar el momento actual (Bello, 2011; Gruber y Gruber, 1956; Hawkins, 2016; Husserl, 2004; Stein, 2012).

Las sensaciones

Al explicar las sensaciones, Aristóteles enfatiza en la necesidad de la presencia del objeto sensible para que los sentidos capten lo externo e individual; es decir, lo concreto. Además, dijo que el pensamiento era crucial en las sensaciones, ya que este capturaba la esencia para llegar a la razón. Afirmó que todo en su intelecto había pasado por sus sentidos y, a través de ellos, percibía las sensaciones del entorno, como un proceso inferior necesario para el desarrollo de procesos superiores (Aristóteles, 1873). En el siglo XVII, el empirismo —Locke, Hobbers, Berkeley— sostenía que todo conocimiento proviene de los cinco sentidos y que el aprendizaje se lograba a través de lo sensorial. En 1986 J. Müller introdujo la Ley de energías nerviosas específicas, que evidenciaban la relación directa entre el estímulo y la respuesta como un mecanismo fisiológico dependiente de las funciones cerebrales. Müller especificó que la sensorialidad y la funcionalidad son procesos en los que intervienen estímulos aferentes externos que ingresan al cuerpo a través de órganos sensoriales, experi-

mentan una transformación química interna y desencadenan respuestas aferentes internas. Según Von Helmholtz (1954), las emociones se basan en una estructura cognitiva que convierte los estímulos sensoriales en conocimiento, que queda en la memoria gracias a un mecanismo de inferencia inconsciente. Fechner además de sostener que las funciones sensoriales eran respuestas a estímulos externos, introdujo la noción de umbrales sensoriales.

Este proceso contiene aspectos cognitivos, emocionales, significativos, representativos, de memoria y modos de sentir, percibir y procesar, que conducen a una interpretación y juicio de las sensaciones provenientes del ambiente físico y social (Vargas Melgarejo, 1994). Desde la década de los 40, se ha explorado el análisis de las sensaciones y la comprensión de un proceso que combina la experiencia, el sentir propio de cada persona y los significados que se despiertan en ese “sentir”. Se ha llegado a entender que las sensaciones no solo provienen del mundo externo, sino que son un entramado de procesos que determinan las formas de percibir el cuerpo y el mundo, esenciales para el desarrollo de procesos perceptivos (Merleau-Ponty, 1945, pp. 78 y 79). No obstante, esta nueva perspectiva sobre las sensaciones sigue siendo motivo de debate, ya que desde la perspectiva neurobiológica aún se considera que las respuestas a los estímulos dependen principalmente del funcionamiento del cerebro, dando origen a terapias sensoriales que proporcionar estímulos generalizados sin considerar la individualidad de cada persona, como es el caso de la terapia de integración sensorial y otros enfoques que intentan regular el proceso químico del cuerpo humano desde “afuera”, sin tomar en cuenta una serie de elementos que intervienen en el proceso, ya sea de índole psicológico, o espiritual, o corporal.

Procesos esperables de las sensaciones

Desde los primeros nueve meses de vida, cuando el bebé se encuentra en el vientre, se establece una conexión estrecha con su contexto sensorio-perceptual. Durante este período, sus experiencias fundamentales

se centran en la seguridad del espacio y una alimentación segura, construyendo así sus primeras percepciones del mundo.

El bebé, alimentándose del líquido materno con su olor y sabor específicos, comienza a reconocer estos elementos al salir del espacio seguro al espacio abierto, donde debe comenzar a interactuar. Desde las primeras etapas, reacciona a sonidos, respondiendo con movimientos acelerados ante ruidos fuertes o calmándose al escuchar música instrumental. Incluso, según Tomas Verny (2009), algunos niños llegan a aprender ciertas notas musicales de forma natural; experimentan alegría al escuchar la voz o sentir las caricias de su padre, quien le brinda seguridad y amor; desde que nace muestra tranquilidad cuando reconoce las voces de sus padres, y las distingue de otras.

Durante los primeros meses de vida se desarrolla el sistema vestibular, que se evidencia en los movimientos de balanceo que se hacen necesarios para que el niño duerma fuera del espacio seguro.

A pesar de que los sistemas propioceptivo e interoceptivo están inherentemente presentes en su espacio seguro, es el bebé quien, al experimentar hambre o responder corporalmente a situaciones agradables o desagradables, demuestra un conocimiento propio de sus necesidades, siendo él mismo quien decide cuándo comer o cambiar de posición.

Estas experiencias tempranas —en un contexto seguro o inseguro— influyen en la formación de modos de relación —seguros o inseguros— durante los primeros nueve meses de vida. Estas sensaciones se transforman hasta generar percepciones, y van más allá de la comprensión del estímulo que generó la alerta; son influenciadas por sentimientos, emociones, recuerdos y sensaciones propias o heredadas del pasado. Por lo tanto, la percepción trasciende el conocimiento sensorial puro (Classen, 2019).

El ser humano experimenta su existencia a través de la sensopercepción, tomando conciencia de sí mismo al sentir y percibir. Cada individuo construye un prisma de significados sobre el mundo y su propia historia

enriquecida por un bagaje social (Le Breton, 2011). Las sensaciones no se limitan a lo físico: son una vía para experimentar la existencia y tomar conciencia de uno mismo.

Figura 26

Experiencia vestibular semejante al arrullo en un bebé



Nota. Realizado con OpenAI, 2024. Copilot, versión 4.0. *Software.*

Esta comprensión del sentir ha sido explorada por pueblos ancestrales orientales y andinos, que han desarrollado prácticas de curación

basadas en la comprensión de las experiencias en relación con el mundo físico y espiritual. En la cosmovisión andina, la sensopercepción permite una experiencia concreta y colectiva del universo físico y simbólico, en una dinámica entre lo finito y lo infinito que lleva al equilibrio relacional o al desequilibrio.

La curación del desequilibrio energético —entendido como enfermedad—, en la cosmovisión andina, se fundamenta en la comprensión de las experiencias vinculadas al mundo físico y espiritual. El sujeto andino, en su interacción con su microentorno, interpreta el universo con sabiduría, estableciendo conexiones afectivas y emotivas que le permiten percibir tanto el microcosmos como el macrocosmos. Enriquece su perspectiva cuando capta y procesa a través de los sentidos toda la información que proviene de estas dimensiones, transformándola en conocimiento. Las sensaciones actúan como puertas de entrada al *kay* (ser) y al *kaskay* (existir), sumergiéndose en una experiencia concreta y colectiva que abarca el universo físico y simbólico. Esta dinámica entre lo finito y lo infinito se cristaliza como una unidad conceptual, denominada sensopercepción.

Esta conexión trasciende la visión reduccionista de estímulo y respuesta al conectarse con los tres mundos andinos: *hanan pacha* (mundo superior) donde reside el sol y los dioses que garantizan una buena vida más allá de la muerte; *kay pacha* (mundo intermedio), el reino físico compartido por seres humanos y naturaleza; *uku pacha* (mundo inferior), donde coexisten el dolor, el sufrimiento y el peso de los antepasados. La interrelación entre estos mundos busca el equilibrio cosmogónico, y cualquier desequilibrio en esta interacción afecta la percepción y el sentir del individuo.

Estos tres mundos se manifiestan a través de elementos naturales como rayos, arco iris, agua y luz, que conectan y equilibran *hanan pacha*, *kay pacha* y *uku pacha*. Por ejemplo, el agua de la lluvia fertiliza la tierra, estableciendo una relación entre los mundos superior e intermedio, al igual que conectan con el mundo inferior a través de las aguas profundas de los manantiales. En el mundo andino, todo está interrelacionado; no

hay separación entre el mundo físico, el espiritual y el subterráneo, ya que todos contribuyen a sustentar la vida. Esta interconexión conduce a un equilibrio cosmogónico, permitiendo a la persona construir un sistema armonioso de triple relación que refleja la reciprocidad del ser humano con su grupo social, cultural, geográfico y espiritual.

Las respuestas del ser humano son dinámicas, surgen de interacciones recíprocas, y cualquier quiebre en este proceso genera un desequilibrio en el sentir, como señala Delgado (1999). Desde diversas perspectivas, se comprende que las sensaciones son el resultado de estímulos externos e internos, involucrando procesos neuro-psico-biológicos, espirituales y relacionales. La dinámica de estas interacciones permite establecer una conexión recíproca entre lo tangible y lo intangible; los cambios en las sensaciones se atribuyen a desequilibrios en estas relaciones.

Percepción

Para definir la percepción hay que tomar en cuenta algunos modos de comprenderla, desde diferentes corrientes teóricas. Según la concepción platónica, la percepción surge del contraste entre las sensaciones y los juicios emitidos por la persona. El alma capta objetos y, al reflexionar sobre las impresiones generadas, se origina el conocimiento. Por otro lado, Kant (2003) sostiene que todo conocimiento parte de la experiencia, ya que no hay otra forma de comprender la realidad sino a través de objetos que impactan los sentidos y generan representaciones, activando la capacidad de comprensión para comparar, conectar o separar, transformando las impresiones sensibles en conocimiento experiencial. Inspirados en las ideas Aristotélicas, los asociacionistas fundamentan la percepción en las sensaciones que el sujeto recibe, organiza y percibe, considerándola un proceso basado en conocimientos previos.

Según la escuela de la Gestalt la percepción es el resultado de procesos sensoriales que dan lugar a una adaptación biológica al contexto. Esta perspectiva la considera un acto cognoscitivo a través del cual se capta información mediante los sistemas sensoriales que representan la

realidad; dando lugar a un sinnúmero de tipos: percepción espacial, térmica, del dolor, la quimioestesia, la sinestesia, la del tiempo, de la forma y del campo magnético (figura 27).

Figura 27

Proceso de percepción



Nota. Adaptado de Giuliano, 2013.

Otra perspectiva proviene del efecto McGurk quien se enfoca en comprender la interacción que existe entre la audición y la visión en la percepción del habla. Cuando una persona observa la expresión de un sonido, la forma en la que lo escucha cambia, combinando el componente visual con el auditivo. Si una persona recibe un sonido de mala calidad, pero tiene una alta capacidad visual, se produce este efecto, que integra la información visual y la auditiva debido a la capacidad multimodal de la percepción. En este caso, la persona puede identificar el habla a través de la lectura labial. Para comprenderlo, hay que reconocer que la percepción del habla no se limita a lo auditivo, sino que involucra todos los procesos sensoriales. Según las investigaciones de McGurk, en el autismo hay una

deficiencia en la identificación de los componentes auditivos y visuales del habla (Jertberg *et al.*, 2024).

Desde la perspectiva neurobiológica, el proceso perceptivo inicia en los órganos sensoriales, que transforman la energía en actividad neural mediante la transducción. Aquí, se procesan y recrean mentalmente los estímulos (preceptos), dando lugar a la formación inconsciente de imágenes. La percepción puede originarse en varios canales sensoriales, siendo clasificada como percepción intermodal-intersensorial cuando no se limita a un solo canal y como percepción transmódal en casos de imitación. La memoria, tanto empírica como genética, facilita la interpretación y formación de representaciones. En resumen, la percepción recupera objetos, situaciones y procesos a partir de la energía de los sentidos, siendo esencial para la cognición y la conducta.

Es decir, la percepción es una actividad cerebral que interpreta sensaciones para formar impresiones inconscientes o conscientes de la realidad física. Hume (2001) comparte este enfoque cuando considera a la percepción una actividad cognitiva que depende de la atención y el ambiente, donde el sujeto selecciona información y asigna significado a los esquemas perceptivos.

Cuando existen lagunas de información en los procesos del neurodesarrollo se producen incongruencias entre los mecanismos neurocognitivos, que van desde el ruido neuronal hasta los déficits en la percepción auditiva y en la memoria de trabajo. Esto resulta en déficits en el aprendizaje procedimental de la red social del cerebro. Estos vacíos de información pueden surgir porque la persona evita las fuentes de información poco fiables y de baja precisión, situación que puede haber ocurrido en el pasado. Por eso es esencial un proceso que implique la abstracción y la obtención de información precisa y confiable. Sin embargo, en casos de autismo, dislexia y otros problemas del lenguaje, estas dificultades se deben a la impresión de la información (Jones *et al.*, 2024).

Frederick Perls (1997) concibe la percepción como una capacidad innata basada en la información sensorial. Es vista como un acto cognitivo

que adapta biológicamente la persona al contexto, capturando información a través de los sistemas sensoriales y representando la realidad.

La Gestalt considera que esta forma integral de comprensión debe ser abordada desde la neurodiversidad; es decir, que es necesario aceptar las formas propias de desarrollo del lenguaje en el autismo. Muchos niños autistas presentan un estilo de adquisición del lenguaje Gestalt, que es una vía de desarrollo alternativo. Este estilo implica el uso de frases completas, oraciones o conversaciones escuchadas en su vida que son reproducidas de manera memorística, palabra por palabra, sin una comprensión implícita de la estructura léxica, semántica o sintáctica de la Gestalt. Estas formas propias permiten a las personas autistas construir conexiones socioemocionales con otras personas (Haydock *et al.*, 2024).

En el siglo XVII, Condillac (1984) estableció una relación entre sensaciones y experiencias adquiridas a través de los sentidos. Su obra descifra cómo puede una estatua cobrar vida y conocimientos a partir de la sensación, vinculando la percepción con la posibilidad de experimentar, el alma y la espiritualidad del individuo.

A partir de los diversos análisis sobre la percepción, Weber (citado en Brennan 1999, p. 151) cuestiona la relevancia de las diferencias perceptibles de los estímulos, introduciendo el estudio de los umbrales y destacando la capacidad de incorporar lo mental ante un estímulo específico en un tiempo y espacio determinados. Fechner (citado en Brennan 1999, p. 153), basándose en este análisis, relaciona las experiencias perceptivas y enfatiza su investigación en la medición de los umbrales, partiendo de los procesos fisiológicos, vinculando sensaciones y conocimientos desde una perspectiva cognitiva. Helmholtz (1954, p. 156) refuerza la idea de que las percepciones son el resultado de la repetición de experiencias.

En paralelo, desde la filosofía, con una rica tradición en el análisis de la percepción, la corriente fenomenológica de Merleau Ponty (1945, p. 58) postula que la percepción es un acto que vincula datos para descubrir y otorgarles sentido. Reid (2003), por otro lado, destaca la diferencia entre sensación y percepción, reconociendo que esta última puede ser adqui-

rida y original, y en ella no interviene el razonamiento, sino la creencia. Así, las corrientes filosóficas enfatizan la indagación sobre la realidad o ilusión de lo percibido, considerando la percepción como la formulación de juicios sobre la realidad.

La percepción se concibe como una construcción constante de significados en el espacio y el tiempo, más que una acumulación de eventos en experiencias pasadas (Merleau-Ponty, 1994). El nivel de conciencia determina lo que se ve, destacando que lo externo no afecta, sino cómo se lo percibe. La percepción es subjetiva, influenciada por valores, tabúes, creencias, prejuicios y la educación recibida, siendo una manifestación de estados mentales donde se interpretan las cosas según recuerdos permeados por emociones. El cuerpo responde de acuerdo a experiencias pasadas, no las del momento, y expresa la interioridad muchas veces desconocida para sí mismo.

Además, se incorporan análisis que subrayan la influencia de la cultura, procesos sociohistóricos y geográficos. Melgarejo (1994) sostiene que la percepción es un proceso dinámico que permite la reformulación y modificación de experiencias y estructuras perceptuales. La plasticidad cultural posibilita la adaptación de estas estructuras a circunstancias ambientales, situaciones sociohistóricas, ubicación espacio-temporal y experiencias continuas, permitiendo la selección y elaboración simbólica de la experiencia sensible. La significación proviene de los referentes existentes en la persona, como los sistemas culturales de un grupo social específico.

La interacción de la experiencia personal, la reflexión sobre la experiencia y la expresión del espíritu a través de gestos, palabras y el arte deben ser examinados a la luz de la historia. Sin esta perspectiva, el conocimiento y la comprensión se vuelven parciales. La persona no percibe las cosas como entidades aisladas, sino que las organiza a través del proceso perceptivo en totalidades significativas (Dilthey, 1949).

La percepción se hace posible gracias a la capacidad de los sentidos de obtener información del contexto a través de las experiencias. Las sensaciones no brindan acceso directo a los objetos y fenómenos; más

bien, actúan como señales de la realidad, y es a través de la inferencia inconsciente que se produce la percepción. Este proceso implica una actividad lógica, activa e inconsciente por parte del observador, que utiliza la información suministrada por la sensación para inferir las propiedades de objetos y fenómenos externos, evidenciando así el papel del “set” o disposición mental en los procesos perceptivos y atencionales (Gruber y Gruber, 1956).

Hay que abandonar la noción simplista de que la percepción es una representación mental automática producto de las experiencias. En cambio, es necesario reconocerla como un entramado complejo que se desarrolla desde la vida intrauterina y contiene elementos genéticos que remontan las experiencias del pasado.

Integrando elementos de diversas teorías, la percepción implica la conexión de datos que existen y se generan en la persona, a través de los cuales se busca descubrir su sentido. Se reconoce que en las percepciones existe una creencia, lo que implica diferenciar si lo percibido es real o una ilusión, dando lugar a la formulación de juicios o criterios sobre la realidad presente. Sin embargo, se comprende que estos juicios son parciales, ya que no es posible conocer toda la realidad de las cosas de manera separada de su contexto.

El nivel de conciencia o el juicio elaborado determina aquello que se ve y penetra en el inconsciente, destacando la importancia de cómo se desea ver y posicionarse frente a la realidad. La percepción, al ser subjetiva, se basa en la interpretación influenciada por valores, emociones, decisiones de vida, así como por procesos históricos, culturales, sociales, geográficos que intervienen en el proceso.

Un ejemplo claro de esta perspectiva de la percepción se observa en el autismo. Investigadores como Bogdashina, Jaarsma, Echeveste, han explicado detalladamente las diferencias sensorceptuales presentes en personas autistas, lo que puede llevar a comportamientos socialmente no aceptados, pero que, en realidad, son respuestas adaptativas para afrontar una realidad caótica, compleja e incomprensible, manifestándose a menudo

en la autorregulación mediante movimientos o el cierre de los sistemas (Bogdashina, 2018; Echeveste, 2011; Jaarsma y Welin, 2012).

Figura 28

Sistemas representacionales y asociación de sensaciones y vivencias



Nota. Realizado con OpenAI, 2024. Copilot, versión 4.0. *Software.*

La percepción es un proceso complejo en el que intervienen múltiples elementos. No se puede reducir únicamente a una imagen generada automáticamente a partir de una sensación, como plantean los biólogos.

Desde etapas tempranas de la vida, como la gestación, se comienza a desarrollar el proceso perceptivo, influenciado por estímulos y experiencias. Las vivencias corporales y afectivas, durante esta etapa, así como las experiencias posteriores, contribuyen a crear sistemas representacionales y a asociar sensaciones y vivencias. La percepción abarca la representación simbólica, la conexión entre el alma, el espíritu y el cuerpo, y permite reconocer propiedades objetivas de las imágenes físicas exteriores, así como la intencionalidad, lo intersubjetivo, lo reflexivo y lo significativo de las experiencias. Es un proceso social, cultural y significativo en constante transformación, ya que es atemporal, inespacial y no lineal.

Leyes y principios que influyen en la percepción

La terapia Gestalt se orienta hacia la comprensión integral de las personas, busca ayudarlas a ser auténticas consigo mismas. Considerada una terapia existencialista, su enfoque se centra en conductas observables, priorizando la conexión entre el organismo biológico y el contexto social. Este vínculo incluye la interacción con otras personas, convergiendo en una unidad indivisible. La terapia Gestalt aborda aspectos como el carácter subjetivo de la conciencia, la distinción entre el yo y el mundo, la interpretación de la conducta y las emociones expresadas a través del cuerpo, perceptibles mediante los cinco sentidos. Se ha minimizando el papel del intelecto, se da prioridad a lo que es directamente experimentado y observable, en lugar de depender de razonamientos propios. En este contexto, la terapia Gestalt se fundamenta en la autoconciencia y la expresión auténtica de las percepciones y sentimientos de la persona (Perls *et al.*, 1997; Perls y Baumgardner, 2004).

La percepción se define como un proceso mental que permite organizar la información recibida del contexto para formar conceptos y juicios abstractos sobre las situaciones. Kohler (1969), dentro de la comprensión gestáltica, propone varias leyes que rigen este proceso:

- *Ley de pregnancia*: incluye las leyes del movimiento y del equilibrio. La del movimiento se basa en la dirección; la del equilibrio señala

que la simplicidad y la uniformidad se encuentran en situaciones de tensión mínima, para llevar a la armonía.

- *Ley de la proximidad*: los elementos cercanos en el espacio y el tiempo tienden a unirse a formar una única Gestalt, dificultando su separación o aislamiento.
- *Ley de la semejanza*: los estímulos similares se aprenden más rápido que los diferentes debido a la asociación de semejanza visual.
- *Ley de cierre*: las áreas cerradas son más estables que las abiertas, eliminando la posibilidad de agrupar partes de figuras separadas.
- *Ley de buena continuidad*: permite la articulación fluida.
- *Ley de contraste*: un mayor contraste facilita la formación de figuras al comparar sus elementos con los del fondo.

Koffa (1973) destaca que esta organización no es arbitraria ni casual, ya que mantiene un estado ideal de orden, armonía y estabilidad.

Además de estas leyes, hay principios relacionados con la percepción:

- *De proximidad*: la tendencia a percibir elementos cercanos en el espacio y tiempo como parte de un conjunto.
- *De similitud*: elementos parecidos tienden a ser vistos como parte de una misma estructura.
- *De dirección*: tendencia a ver figuras en una dirección continua y fluida.
- *De disposición objetiva*: la inclinación a seguir viendo una organización como estable incluso después de la desaparición de los estímulos.
- *De límites comunes*: la tendencia a disminuir las diferencias entre dos elementos adyacentes.
- *De agrupación por causa-efecto*: de los elementos en función de su relación causa-efecto.
- *De experiencia pasada o costumbre*: tendencia a asociar elementos basándose en experiencias anteriores.
- *De preparación o expectativa*: organización del campo perceptual en función de expectativas individuales.

A pesar de su enfoque integral, los creadores de la Gestalt no aplicaron algunos de estos principios, excluyendo consideraciones sobre sentimientos, emociones y sensaciones orgánicas. La Gestalt, en su época psicoanalítica de raíces freudianas, divergió al centrarse en la totalidad en lugar de elementos separados, contribuyendo a integrar cuerpo y psique (Martín, 2011, pp. 29-35).

Bernstein sostiene que la percepción abarca tanto un nivel consciente como uno inconsciente. En el plano consciente, se da cuenta de los eventos, mientras que, en el inconsciente, se incluyen o excluyen estímulos para definir las sensaciones. El ser humano se conecta con el mundo a través de los sentidos, recibiendo constantes mensajes del contexto y de su propio organismo. Estos estímulos se perciben de manera integrada, siendo interpretados por estructuras psíquicas que pertenecen al sujeto, no derivan solo de la estimulación del contexto.

Esta perspectiva destaca que los sentidos no son simples registradores de datos, sino puntos de entrada a la interioridad. La percepción, por lo tanto, no es simplemente la captación de colores o sonidos, sino la experiencia y significado que se atribuyen a estos. Las sensaciones funcionan como señales interpretadas automáticamente, fusionándose inseparablemente con elementos interpretativos (Bernstein *et al.*, 1993).

La percepción, según Bernstein (2015), integra al sujeto con el objeto, que se construye a través de experiencias que dejan huellas de significación. Propone principios de análisis, y describe las características de la percepción:

- Experiencial: se desarrolla a lo largo de la vida.
- Inferencial: completa la información que puede faltar de los sentidos.
- Categórica: ayuda a decidir el tipo general de estímulo recibido.
- Relacional: compara cada estímulo con los que lo rodean.
- Adaptativa: permite centrarse en la información más relevante para manejar una situación.
- Automática: se produce de manera rápida e inconsciente.
- Influyente: afecta la forma en que nos comunicamos.

- Subjetiva: las reacciones a un mismo estímulo varían entre individuos.
- Selectiva: resulta de la naturaleza subjetiva, ya que no se puede percibir todo al mismo tiempo.
- Temporal: es un fenómeno a corto plazo, evolucionando con las experiencias, necesidades y motivaciones individuales.

Se destaca que las leyes de la Gestalt son inútiles para comprender cambios en la sensorpercepción, especialmente en lo que respecta a distorsiones y fragmentaciones que las personas pueden experimentar. La perspectiva gestáltica, al enfocarse en el todo en lugar de las partes, ofrece una comprensión profunda de la percepción.

Los principios propuestos por Bernstein se fundamentan en procesos conscientes e inconscientes. Si consideramos los principios desde la sensorpercepción, es crucial partir de la comprensión de la relacionalidad intrínseca en el ser humano, como parte de la creación que se relaciona con lo que trasciende, y se deben explorar las diversas relaciones:

- Entre el adentro y el afuera: interviene lo existente y la experiencia actual.
- Entre lo consciente y lo inconsciente: la motivación y el deseo son de vital importancia.
- La relación entre el todo y las partes y entre las partes y el todo.
- El diálogo continuo entre el bagaje existente en la persona y sus experiencias actuales.
- La comprensión dinámica de que todo puede modificarse, pero debe partir de la decisión de la persona.
- Entender que la historia no es un destino, sino que puede modificarse, requiriendo iniciativa, motivación y decisión.
- Comprender el tiempo como algo circular: no se identifica el principio y el fin, pero siempre hay momentos para afrontar cada situación y realidad.
- La identificación de la figura y el fondo, la profundidad, la distancia y el tiempo: aspectos propios de cada persona.

Estos elementos se basan en la materialidad y la relacionalidad de la vida. No obstante, es necesario trascender esta comprensión de la percepción; es decir, profundizar en el hecho de que el conocimiento de la realidad, la vida y las experiencias no solo se logra a través de los ocho sentidos convencionales, sino que implica una *percepción sensorial superior* o *senso percepción superior*. Esta capacidad permite una conexión profunda con las vivencias y una comprensión desde adentro.

En las últimas décadas, el análisis de la persona ha experimentado un cambio significativo, considerando una transformación del ser humano. Se menciona la existencia de zonas neuroanatómicas cuyo funcionamiento aún no se comprende completamente. La persona se concibe como energía que se mueve en patrones de frecuencia en un constante movimiento. Además, se plantea que las relaciones se producen a través de la vibración energética que se entretajan, cuestionando las concepciones tradicionales sobre la comprensión del mundo mediante los cinco sentidos.

Shafica Karagulla (1967), neurocientífica, exploró dimensiones adicionales con base en explicaciones neurobiológicas. Descubrió que las percepciones van más allá de los cinco sentidos y que existen grados de percepción sensorial superior, que capacitan a la persona para ver y sentir cosas más allá de lo imaginable, independientemente de la “hipersensibilidad”, revelando una capacidad más profunda y fascinante.

Dentro del ámbito de la psiquiatría, se reconocen numerosos estados de conciencia o semiconciencia en los cuales se encuentra información inherente a la persona. Sin embargo, estos elementos suelen estar impregnados de subjetividad, ya que son decodificados externamente de manera establecida.

Desde 1911, investigaciones lideradas por Walter Kilnes, han descrito campos de energía presentes en las personas, que no dependen de un sentido específico, sino que emanan de manera natural. Lo que en el pasado podría haber sido considerados fenómenos paranormales, como la percepción extendida de algunas personas autistas más allá de los ocho sentidos convencionales, ahora se podría entender como una

manifestación de percepción sensorial superior. Esta percepción se encuentra frecuentemente en comunidades indígenas, como los shuar, que interpretan su vida a través de los sueños, o en comunidades quichua con experiencias premonitorias en sus sueños. Así, la percepción sensorial superior es más común de lo que se cree.

Figura 29

Representación de un poblador shuar



Nota. Realizado con OpenAI, 2024. Copilot, versión 4.0. Software.

Los estudios sobre el cuerpo como energía vital provienen de la cultura oriental; recientemente, científicos han abordado la temática para comprender el mundo físico y la energía que emana de este. Estos estudios revelan que las perturbaciones físicas están acompañadas de cambios en el cuerpo energético y sensitivo. Considerando al cuerpo en su expresión como ser corpóreo.

En el análisis de la percepción integral, es imperativo considerar que la percepción sensorial superior va más allá de las hipersensibilidades, y explica no solo la fuerza o el impulso percibido mecánicamente de un estímulo, sino también la conexión profunda con dimensiones más allá de los límites convencionales.

Conciencia sensoperceptual

La concepción de la doctora Karagulla nos insta a comprender que la conciencia corporal se extiende más allá de los límites físicos y trasciende la esfera de la fisiología. En este sentido, se propone el término “conciencia sensoperceptual”, que abarcará no solo la experiencia física corporal, tanto interoceptiva como exteroceptiva, sino también la sensibilidad que permite a la persona trascender. Este concepto va más allá de las emociones, según Howkins, ya que aborda dimensiones que las sobrepasan.

Es imperativo superar la comprensión tradicional del cuerpo basada en la fisiología cartesiana o en una visión psicológica. La “conciencia sensoperceptual” implica reconocer al ser corpóreo como parte integral del proceso vital inherente a nuestra existencia. Este enfoque implica una conexión energética entre el alma y el cuerpo, tanto propio como ajeno, en un espacio y tiempo determinado, involucrando procesos cognitivos (Merleau-Ponty, 2014).

La conciencia de uno mismo no se limita a las experiencias y vivencias derivadas de la información física y psíquica del cuerpo. También abarca una capacidad sistemática de experimentar algo más allá del rango

físico considerado como normal. Aunque los sentidos delimitan los límites del propio cuerpo y su relación con lo externo o interno a través de la interocepción, también es esencial ser consciente de la sensopercepción superior, que no es medible ni plausible, pero que existe.

La comprensión de las emociones a través de los movimientos oculares, por ejemplo, revela que lo que una persona dice que siente no siempre coincide con la emoción que realmente experimenta. Esto indica que el sentir expresado a menudo está subsumido por lo que se espera escuchar, limitando la percepción del propio ser. La experiencia va más allá de los procesos cognitivos y psíquicos que explican los sentimientos sensoriales convencionales, constituyendo la base de los sentimientos superiores como el amor y el odio, y proporcionando información sobre situaciones para tomar decisiones con la voluntad.

La conciencia sensoperceptual ha sido objeto de diversas investigaciones, como la radiestesia que asocia frecuencias con sustancias, mostrando la posibilidad de descubrir ciertos elementos a través de procesos energéticos. Fenómenos como la sinestesia, donde un sentido se traslada a otro, también han sido evaluados, destacando la capacidad de transferencia sensorial en personas autistas o en comunidades ciegas que usan el taco para ver y conocer.

Para adquirir conciencia de uno mismo, es esencial comprender el cuerpo físico, psíquico y relacional, reconociendo que este cuerpo visible también contiene la sensibilidad que conecta al sujeto material con el ser. Solo así la persona puede alcanzar una conciencia de su integralidad y enfrentar un mundo que no siempre es comprensible, ya que la realidad se construye a través de los modos de percepción individuales.

Karagulla sugiere que esta capacidad de sensibilidad se encuentra en personas con alta creatividad y en aquellos que poseen sabiduría. Estas personas “simples” pueden percibir más allá de lo tangible, audible o visible, una característica común en comunidades ancestrales que valoran el mundo espiritual. Esta conciencia debe considerarse un don extraordinario que debe ser descubierto, acompañado y valorado.

Este enfoque representaría un cambio paradigmático, alejándose de la lucha por ser valorado según las expectativas sociales, para apreciar los dones innatos de cada persona. Estos dones gratuitos deben ser ofrecidos sin el temor de que esta conciencia de sí mismo sea tergiversada o calificada como “anormal” por no cumplir con estándares establecidos por una ciencia que carece de conciencia, La conciencia senso-perceptual debe partir de la comprensión de uno mismo, pero también requiere una nueva sociedad capaz de trascender, de adentrarse en la experiencia del ser y descubrir el potencial inexplorado de cada persona.

En palabras de Karagulla, es el momento del desarrollo de la humanidad que revelará nuevas dimensiones y que exige que cada persona se ponga al día consigo misma. La conciencia senso-perceptual implica la comprensión de una súper-conciencia con alto nivel de creatividad y conocimiento pleno, que no nace de la llamada inteligencia, sino que es parte del potencial humano. Esta súper-conciencia no busca producir superhombres llenos de poder sino una humanidad capaz de desplegar nuevas y elevadas dimensiones de percepción moral, mental, y espiritual. En este contexto, la conciencia de uno mismo se convierte en conciencia del otro, de la naturaleza, del cosmos, permitiendo relacionarse con los objetos sin intentar poseerlos.

Componentes

Sus componentes van más allá de la función sensorial básica e incluyen diversos actos y elementos que contribuyen a la experiencia perceptual. Son los siguientes:

- *Conciencia de realidades vividas*: la senso-percepción no se limita a la información sensorial actual; está influenciada por la conciencia de realidades experimentadas. Las experiencias pasadas moldean la forma en que percibimos y comprendemos el mundo físico externo.
- *Registro en todo el cuerpo*: los actos sensoriales no están confinados a una parte específica del cuerpo; la experiencia sensorial se registra

y se imprime en todo el organismo. La totalidad del cuerpo participa en la sensopercepción y contribuye a la formación de la vivencia.

- *Presentificación de la vivencia*: la sensopercepción implica la presentificación, donde la vivencia actual incorpora un bagaje significativo de experiencias pasadas. La experiencia sensorial actual contiene elementos y significados derivados de vivencias previas, afectando la forma en que se experimenta y comprende la percepción presente (Bello, 2011).
- *Importancia del tacto*: según Husserl, el sentido del tacto no solo registra los límites físicos del propio cuerpo, permite la orientación espacial y la percepción del cuerpo externo; establece una conexión de doble entrada que distingue nuestro cuerpo del contexto externo.
- *Cuerpo relacional*: la sensopercepción conduce a la comprensión de que poseemos un ser corpóreo que se relaciona. Nuestro cuerpo está inserto en un mundo externo, y esta relación entre el cuerpo y el contexto forma parte de nuestra interioridad, contribuyendo a nuestra experiencia sensoperceptual.

Distintas culturas y cosmovisiones ofrecen perspectivas diversas sobre la relación entre el cuerpo, el ser humano y el contexto. Mientras que en la visión de Husserl se enfatiza una dicotomía entre lo interno y lo externo, algunas cosmovisiones, como la andina, consideran al ser humano como parte integral de un entramado de la vida, donde la naturaleza y sus elementos no son vistos como algo externo, sino como una extensión del propio ser humano. Esta perspectiva resalta la interconexión y la interdependencia entre seres humanos y elementos del contexto.

Desde la cosmovisión andina, el tiempo y el espacio no se perciben como entidades separadas o externas, sino como dimensiones que están presentes dentro de la persona y se manifiestan en el momento presente. El tiempo es concebido como una totalidad que contiene el pasado y el futuro, y el espacio se entiende como una realidad que abarca múltiples aspectos de la vida, donde el arriba y el abajo, la muerte y la vida,

coexisten. Además, se destaca la noción de la interdependencia entre el yo individual y el nosotros colectivo.

Figura 30

Representación de la integración del tiempo



Nota. Realizado con OpenAI, 2024. Copilot, versión 4.0. *Software.*

Desde la óptica de Husserl y Merleau-Ponty, el conocimiento del mundo físico no se reduce a la recepción pasiva de estímulos sensoriales. Implica un proceso complejo en el que la conciencia desempeña un papel

crucial. La conciencia sensorial, según Stein, es una “luz interior” que acompaña a todos los actos y permite una comprensión más profunda de la realidad. Se trata de un proceso donde la separación entre interioridad y exterioridad desaparece (Bello, 2011; Husserl, 2004; Stein, 2011).

Además, la comprensión relacional, según Stein, se logra a través de la alteridad y la empatía. La empatía permite experimentar objetivamente la vivencia del otro, suspendiendo momentáneamente la subjetividad propia. Este proceso nos conecta con el otro a través del cuerpo compartido. La apertura mutua y el encuentro con la diferencia son esenciales para trascender en la relación y enriquecer nuestras experiencias con los demás.

La empatía nos permite trascender los límites de nuestra individualidad y adentrarnos en el mundo del otro, independientemente de nuestra propia percepción. Es a través de la medicación del cuerpo que se origina la conciencia de la diferencia y el conocimiento del otro en su vivencia. Esto a su vez, nos ayuda a comprender nuestra propia individualidad y finitud, ya que nos conecta con el otro a través del cuerpo compartido. La apertura mutua es esencial para trascender en la relación y experimentar este proceso de comunión espiritual. Al decidir salir de nuestra propia subjetividad y encontrarnos con la diferencia, podemos abrirnos a un conocimiento más profundo del mundo externo y de nosotros mismos. La empatía, por tanto, se convierte en una herramienta fundamental para comprender lo relacional y enriquecerlo con los demás (Stein, 2000, 2005, p. 146).

Stein nos invita a comprender lo relacional a través de la alteridad y la empatía. La empatía nos permite objetivar la experiencia del otro, validando su percepción subjetiva. Al trascender nuestra individualidad, exploramos el mundo del otro y ampliamos nuestro conocimiento del mundo externo. La pluralidad relacionada surge a través de la mediación del cuerpo, ayudándonos a comprender tanto nuestra identidad como la de los demás. La apertura mutua se revela esencial para profundizar en la relación y alcanzar una auténtica comunión espiritual que implica un dinamismo social de encuentro con la diferencia.

La dimensión espiritual, siendo un espacio no espacial e inmaterial, actúa como un impulso interno que nos motiva a trascender nuestra esencia profunda. Esta dimensión se entrelaza con nuestras respuestas corporales automáticas, psíquicas y emocionales, y va más allá. Por ejemplo, cuando sentimos sed, experimentamos un impulso interior que nos lleva a buscar agua para satisfacer esa necesidad física. Sin embargo, ¿qué sucede si decidimos no hacerlo? En este caso, entra en juego un acto de control que puede inhibir la sensación de sed, oscilando entre una necesidad física y una necesidad psíquica (D'angelo, 2012).

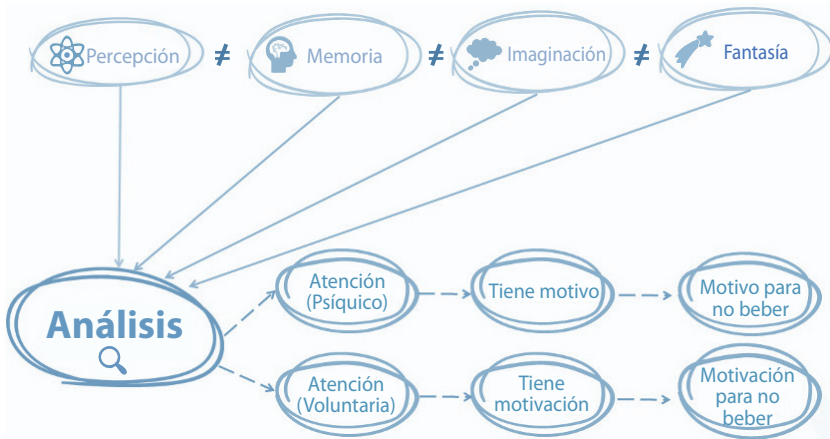
Husserl y Stein conciben lo espiritual o el alma como el espacio de reflexión, valoración, decisión e interioridad. En este espacio, la persona no solo responde a los actos físicos o psíquicos automáticos, sino que también considera que todos estos procesos están influenciados por experiencias pasadas personales o huellas ancestrales; por esta razón, elige trascender y avanzar. Para lograr esto es necesario tener un sólido autoconocimiento, comprender nuestra propia identidad y entender la alteridad; es decir, comprender a los demás y su realidad.

Podemos ilustrar este proceso con el campo de la visión. En el acto de ver, la sensación es la visión misma, mientras que la percepción es la experiencia vivida que nos permite tomar conciencia de lo que estamos viendo. La percepción siempre es de naturaleza general y nos brinda el sentido del acto perceptivo experimentado, relacionándolo con otros actos. Cuando identificamos un objeto, significa que existe una imagen tanto dentro como fuera de nosotros. Si apartamos el objeto de nuestro campo visual, se activa el recuerdo, lo que nos permite tener presente algo que ya no está físicamente presente. Sin embargo, este acto perceptivo no presentifica el libro, pero aún podemos referirnos a él porque hay un proceso reconocido como acto universal. En este intervienen diferentes procesos, como la imaginación —representación—, el recuerdo —presentificación— y la percepción —dar contenido vivencial—. El análisis, por otro lado, es un tipo de acto en el que se registra lo vivido y no es percepción, recuerdo o imaginación.

La percepción proporciona el sentido del acto perceptivo experimentado. Durante este proceso también se activa la atención, que puede manifestarse en dos tipos: el primero es un acto psíquico, que ocurre cuando algo sucede alrededor de una persona y lo lleva a dirigir espontáneamente su atención hacia ese evento; en este caso, se produce una reacción a una percepción como una respuesta automática, sin que intervenga la decisión consciente. El segundo tipo se refiere al acto espiritual que ocurre cuando aquello que ha despertado la atención provoca una atracción o repulsión; lo que indica que la experiencia ha trascendido porque se ha tomado una decisión cargada de motivaciones. Cuando la información es procesada y comprendida, puede conducir a una respuesta pensada que requiere una decisión. Esta decisión puede manifestarse en una acción interior o externa, que depende del contexto y las circunstancias, como se representa en la figura 31.

Figura 31

Proceso atencional



Nota. Adaptado de Bello, 2011; Husserl, 2004; Stein, 2011.

La dimensión espiritual y la dimensión psíquica tienen características que las distinguen. Mientras que la dimensión espiritual implica la

toma consciente de decisiones; la dimensión psíquica está influenciada por las emociones, que dan lugar a actos impulsivos y automáticos. Los actos psíquicos a menudo se desencadenan por percepciones que pueden ocurrir a nivel inconsciente, lo que implica la falta de una conciencia plena. Lo espiritual no está confinado a los límites de la esfera psíquica, campea en un espacio donde se manifiestan la libertad, la responsabilidad y la autonomía. Esta dimensión se construye mediante la entropatía, que involucra la transferencia dentro del otro, así como a través de la estructura universal del yo-nosotros y las huellas epigenéticas que abarcan tanto el presente como el pasado.

El cuerpo, la psique, la sensibilidad forman un cuerpo viviente que se comunica a través de la corporeidad. No obstante, para establecer un vínculo relacional de tipo comunitario se requiere una disposición tanto psíquica como espiritual que fomente la comunidad del yo-nosotros y facilite la conexión con el mundo externo. La comprensión completa de la persona se alcanza a través de la interioridad, mientras que el mundo físico, que es externo, se vuelve cognoscible cuando se trasciende a través de la corporeidad, estableciendo un vínculo en el que lo externo se convierte en interno. La búsqueda constante del ser humano por la totalidad y la estructura trascendental del sujeto implica actos de conciencia, intelectuales, racionales y morales que dependen de la voluntad y se orientan hacia la comprensión de la existencia de las cosas.

La sensopercepción puede entenderse como un entramado complejo en el que se entrelazan diferentes dimensiones, tanto internas como externas. En este proceso emerge un impulso interior que proviene del ser corpóreo, proporcionando información sobre sus necesidades y motivando la búsqueda de respuestas. Los registros provenientes de la percepción y una conciencia previa actúan como una especie de luz interior que guía los actos. La sensopercepción se convierte así en una expresión de autoconocimiento, estableciendo una relación entre lo tangible y lo intangible. Las sensaciones no dependen únicamente de los sentidos, sino que surgen a partir de una conciencia previa que facilita la comprensión de la interrelación entre el mundo físico externo y la propia interioridad.

Solo a través de esta comprensión es posible establecer un vínculo con otras corporeidades, donde la imagen o representación existe tanto dentro como fuera de la persona, dando lugar a la identidad. En este proceso, la dimensión espiritual cobra relevancia, ya que no se rige por la esfera psíquica, implicando libertad, responsabilidad y procesos autónomos, construyéndose mediante la entropatía —trasferencia dentro del otro—, la estructura universal del yo-nosotros y las huellas epigenéticas que abarcan el presente y el pasado (Bertolini, 2016).

La sensorpercepción involucra una intrincada interacción entre lo interno y lo externo, desplegando diversas dimensiones. A través de la conciencia previa y la conexión con la dimensión espiritual se establece un vínculo entre la propia interioridad y el mundo físico, permitiendo comprender y relacionarse con otras corporeidades (figura 32).

Figura 32

La sensorpercepción como proceso relacional



Nota. Adaptado de Barraza, 2013; Bernstein, 1990; Classen, 2019; Erstes, 1976; Guyton y Hall, 2006; Hernández, 2005; Le Breton, 2011, 2013; Le Bretón, 1990; Levin, 2002; 2008; Luria, 1994; Merleau-Ponty, 1994; 2002; Rosental, 1981; Tomatis, 1989; Vargas, 1994; Zenteno, 2009.

Dimensiones psicoafectivas

Las emociones

El estudio de las emociones desde una perspectiva fisiológica tiene raíces en 1806 con Charles Bell, quien postuló que las expresiones faciales y los cambios fisiológicos corporales eran evidencia de los sentimientos internos o la conciencia, considerando estas expresiones como innatas o instintivas y, por lo tanto, universales (Darwin, 1872). Según Cannon-Bard (1927), las emociones van más allá de un estímulo específico, y no hay correlación entre la emoción y su expresión, ya que es la emoción misma la que desencadena la respuesta fisiológica. Esta respuesta implica la intervención del Sistema Nervioso Central (SNC) y el sistema endócrino, regulando el nivel de estrés y ansiedad, manifestándose a través del incremento de pulsaciones cardíacas, el ritmo respiratorio, la tensión muscular y la sudoración. En otras palabras, las emociones actúan como mediadores entre los estímulos externos y el análisis que otorga sentido a las reacciones corporales, preparando a la persona para enfrentar situaciones y generando respuestas a eventos emocionantes (Cannon, 2012).

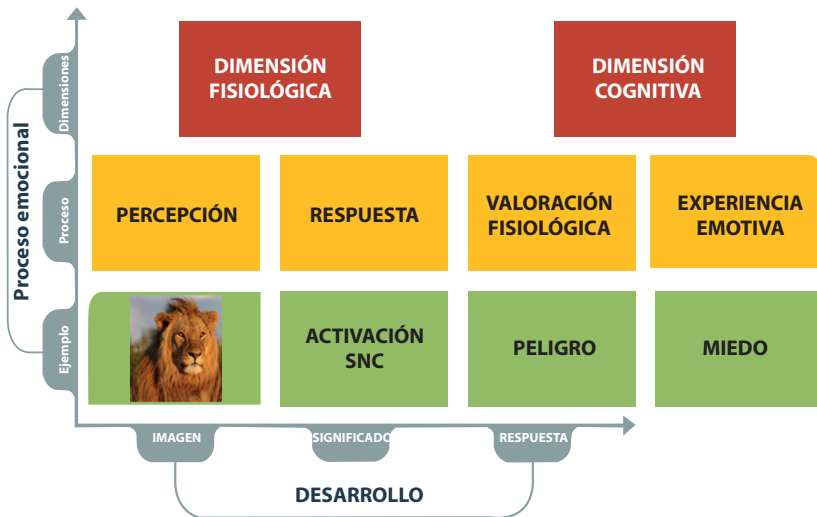
El ser humano se encuentra inmerso en un continuo fluir de emociones que lo conectan con el mundo, siendo impactado y afectado por los acontecimientos. Estas experiencias generan sentimientos, sensaciones y formas de afectividad que se traducen en cambios musculares y viscerales, definiendo así la tonalidad de su relación con el mundo. En este proceso se afirma la interioridad, y las respuestas emocionales se expresan a través del rostro y las posturas, que reflejan la sensibilidad personal en relación con los demás y responden a la cultura y el contexto en que se desenvuelven. Dichas respuestas están impregnadas de un tono afectivo; las emociones surgen tanto de experiencias del momento como de recuerdos, subrayando que no tienen una realidad independiente y no están arraigadas a la fisiología, que es indiferente a las circunstancias culturales o sociales (Le Breton, 2013).

La emoción es un fenómeno complejo que involucra interpretación, expresión, significación, relación y regulación de un intercambio. Su naturaleza se modifica según el público y el contexto; se diferencia en intensidad y manifestaciones, y se adapta a la singularidad de cada persona. De este modo, la naturaleza biológica de las emociones está condicionada por la naturaleza de la situación social en la que se experimentan, evidenciando un vínculo ineludible entre la subjetividad afectiva y la situación social objetiva (Bericat Alastuey, 2000b).

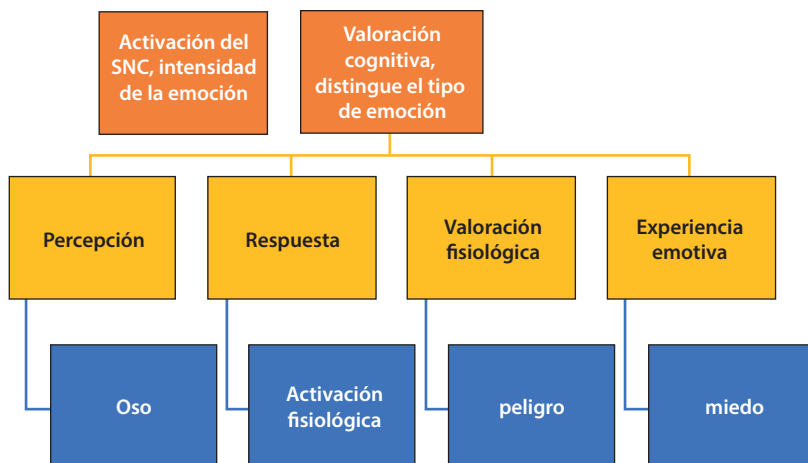
Sroufe (1996) da una visión de cómo las emociones, desde los primeros meses de vida, guían al bebé desde un estado de excitación indiferenciada a la acción, dando lugar a la aparición de la sonrisa y el llanto como sus precursores. A partir del tercer mes, según Sroufe, se manifiestan el placer y la alegría, la prudencia y el miedo, la frustración y la rabia, que muestran este proceso de desarrollo emocional (figuras 33 y 34):

Figura 33

Dimensiones del proceso emocional



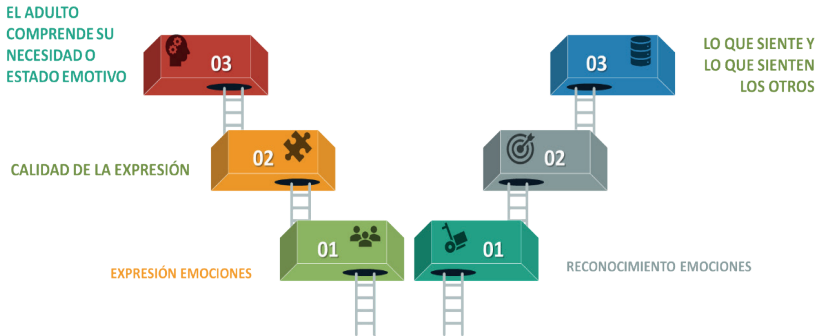
Nota. Adaptado de Sroufe, 1996.

Figura 34*Proceso emocional*

Nota. Adaptado de Sroufe, 1996.

Campos (1983), Ekman (1969), Schaffer (2009), Izard (1990) explican que existen nueve emociones fundamentales: alegría-placer, tristeza-dolor, miedo, disgusto, repulsión, sorpresa, interés, culpa y timidez. Se destaca que las expresiones primarias —disgusto, placer y dolor— son consideradas universales. El reconocimiento de las emociones precede a la comprensión afectiva con significado para el niño, ya que es el adulto quien atribuirá significado a sus respuestas emocionales.

Durante los primeros meses de vida, los precursores de las emociones se manifiestan de manera natural. Es en el contexto de las relaciones sociales donde el bebé comienza a desarrollar esquemas de expresión basados en el significado, que le sirven para regular su comportamiento y como formas de reconocimiento diferencial, todo ello como resultado de sus propias experiencias interpersonales (figura 35).

Figura 35*Reconocimiento de las emociones*

Nota. Adaptado de Sroufe, 1996.

Además de considerar las emociones como procesos fisiológicos, es esencial reconocer su carácter psicológico. Este aspecto permite a la persona adaptarse y responder a las experiencias una vez que los estímulos han sido procesados cognitivamente. Este proceso activa cambios fisiológicos que desencadenan secreciones hormonales —epinefrina, norepinefrina, adrenalina y noradrenalina—, que capacitan a la persona para afrontar situaciones y responder mediante agresión, evitación o curiosidad. Las emociones pueden generarse en función de los objetivos personales y la capacidad para enfrentar diversas situaciones.

Consideradas como uno de los procesos psicológicos más complejos, las emociones resultan difíciles de explicar. Desde la perspectiva psicoanalítica lacaniana, se perciben como expresiones de deseos y necesidades inconscientes que facilitan la interacción entre el individuo y su contexto sociocultural.

Estas reacciones fisiológicas adquieren significado por interpretación del adulto, cuyas expresiones cumplen funciones específicas con el propósito de establecer una relación con el mismo. El reconocimiento

de las expresiones de la comprensión psicológica, tanto propia como de los demás, requiere una competencia cognitiva sofisticada.

Algunas emociones provocan respuestas inmediatas y automáticas, mientras que otras se controlan basándose en experiencias pasadas, dando lugar a un comportamiento distinto para cada evento. Explicar el proceso esperable de las emociones es complicado, ya que los diferentes autores lo abordarán desde sus perspectivas epistemológicas. Sin embargo, para comprender hitos emocionales fundamentales es útil integrar elementos de diversas líneas paradigmáticas.

Las emociones se expresan en los bebés desde su gestación. En los primeros nueve meses predominan dos emociones: placer y displacer, que se manifiestan a través de movimientos y expresiones faciales; esas emociones persisten mediante el llanto, los cólicos y los movimientos cuando experimentan tristeza o displacer, y sonrisa y movimientos calmos cuando experimentan alegría.

A los tres meses, según Spitz, se produce el primer organizador psíquico: la sonrisa social; que tiene una función reguladora, pues busca generar una respuesta en el interlocutor. A partir de los cuatro meses la interacción se vuelve recíproca, les permite expresar miedo, inseguridad y decepción. A los seis meses, emociones como el enojo surgen cuando no se satisface un deseo, mostrando la bidireccionalidad de las emociones en función de los significados asignados y las experiencias vividas; lo que permite al bebé comprender las expresiones de los demás y regular sus propias respuestas, contribuyendo a su desarrollo emocional durante el primer año de vida.

En resumen, el reconocimiento de las emociones precede a la comprensión afectiva con significado, que conduce a desarrollar la capacidad de regulación; que implica asignar significado a eventos internos y estados mentales, diferenciándolos entre sí. Sin embargo, entender las emociones como estados internos no garantiza automáticamente la habilidad de gestionarlas.

Según Harter y Buddín, entre los tres y los 12 años, los niños experimentan cuatro niveles de ambivalencia emocional, que requieren la comprensión de la presencia simultánea de emociones contrastantes. A partir de la sonrisa social comienzan a experimentar felicidad o tristeza en presencia de sus referentes vinculares u objetos. A los seis años empiezan a diferenciar esta ambivalencia solo cuando las circunstancias son las mismas, y a los nueve años pueden comprender que una misma experiencia puede generar emociones opuestas.

Para comprender sus propias emociones, Pons sostiene que es esencial entender las causas que las desencadenan. A partir de los tres años, los niños relacionan sus emociones con experiencias pasadas, la interpretación de otras personas y sus deseos directos o reprimidos. Esta comprensión propia facilita la cognición o la resonancia con las emociones de los demás, aunque la interpretación de estas no siempre sea precisa, ya que se basa en experiencias personales particulares.

En este proceso, las emociones a menudo se ven influenciadas por la valoración personal y las experiencias pasadas. La depresión, por ejemplo, puede malinterpretarse, generando respuestas que desvalorizan los sentimientos del afectado. Además, los recuerdos y vivencias asociados en la memoria, tanto objetivos como subjetivos, intervienen en la interpretación emocional.

En la infancia y el pensamiento literal, la expresión verbal y no verbal de las emociones puede no diferenciarse fácilmente. Esto hace difícil comprender lo que siente la otra persona, ya que las expresiones faciales y gestos pueden no coincidir con la expresión verbal. Para abordar esto se pueden utilizar elementos como la minimización, la maximización, la máscara y el reemplazo, que modifican, controlan o regulan las emociones en la interacción social.

En síntesis, el afrontamiento de las emociones puede ser consciente, inconsciente o una vía de escape para lidiar con sentimientos distorsionados y fragmentados. Por lo tanto, es crucial comprender cómo

la persona está experimentando esas emociones, evitando considerarlas como universales y aplicar procesos y reglas predefinidas.

El carácter intersubjetivo de las experiencias emocionales destaca la importancia de la regulación emocional en la interacción. En la relación diádica entre madre e hijo, se establece un sistema de regulación mutua. La autorregulación comienza con la seguridad afectiva que permite al niño expresar sus emociones sin filtros sociales o culturales. Desdeñarlas puede llevar a que oculten las emociones por miedo al rechazo, mientras que respuestas ambivalentes de los referentes afectivos puede intensificar estas expresiones para captar su atención.

De debe respetar y acompañar los procesos de autorregulación emocional, evitando la imposición de procesos normalizadores que no consideran la singularidad de cada sentir. La autorregulación comienza en el primer año de vida y se desarrolla a lo largo de los años, siendo esencial el papel del “otro” para significar, autorregularse y comprenderse.

La dinámica y cambio de las emociones se evidencian en su interpretación, expresión, significación, relación y regulación en el intercambio emocional. Las emociones son influenciadas por el público, el contexto y la singularidad de cada persona, lo que impide analizarlas en términos absolutos y universales (Bateson y Mead, 1942, p. 191).

Además, las emociones están intrínsecamente ligadas a vivencias, experiencias y percepciones, no pueden separarse de ellas. Se destaca la relación directa entre sensopercepción y emociones, como es evidente en casos de esquizofrenia y depresión, donde se observan alteraciones en la percepción sensorial relacionadas con las emociones (Atanasova *et al.*, 2012).

Proceso energético

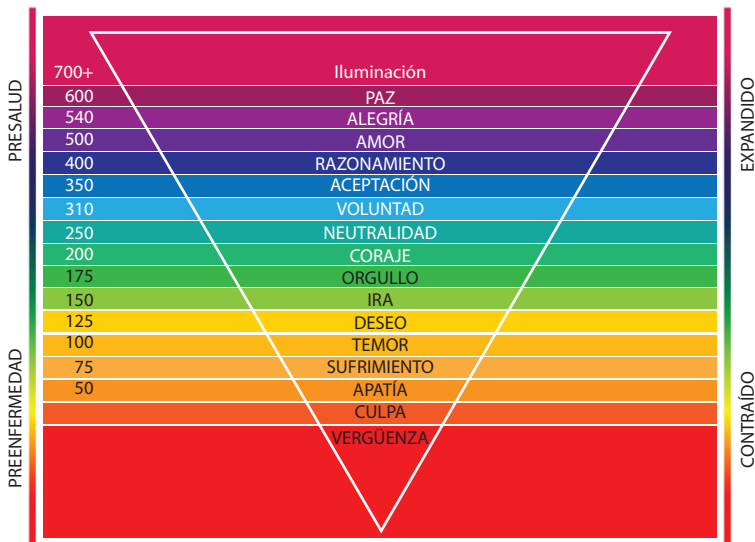
Desde la perspectiva de David Hawkins (2016), médico y psiquiatra estadounidense, las emociones son elementos de una relación sensoperceptual que se rige por la vibración energética e influencia la conciencia

sensorial. Según esta explicación, todos los objetos, personas y la naturaleza emiten energía que vibra en diferentes frecuencias, en un rango que va de 1 a 1000 Hz. Estas vibraciones están vinculadas al tipo de relaciones que se buscan establecer, de bajo o de alto nivel.

Las vibraciones de bajo nivel se sitúan por debajo de 175 Hz y están asociadas con ira, vergüenza, venganza, exigencia, orgullo, desprecio, culpa y remordimiento (figura 36). Las de alto nivel, que superan los 200 Hz, se relacionan con experiencias de satisfacción, sabiduría, neutralidad, confianza, revelación y trascendencia (Hawkins, 2016).

Figura 36

Escala de vibración de la frecuencia de las emociones



Nota. Adaptado de Hawkins, 2016.

Tanto las vibraciones altas como las bajas atraen energías similares del contexto y las personas. Así, si se desea encontrar más energía positiva, es necesario que la propia interioridad tenga una vibración alta, lo que

se transmitirá hacia afuera, generando una resonancia del mismo nivel y recibiendo energía positiva a cambio. Del mismo modo, si se emite energía negativa, es decir, una vibración de baja frecuencia, se obtendrá una respuesta energética similar, intensificando emociones como la tristeza, la culpa y la humillación. Hawkins ilustró este concepto mediante lo que denominó el “mapa de la conciencia” (figura 37).

Figura 37
Mapa de la conciencia



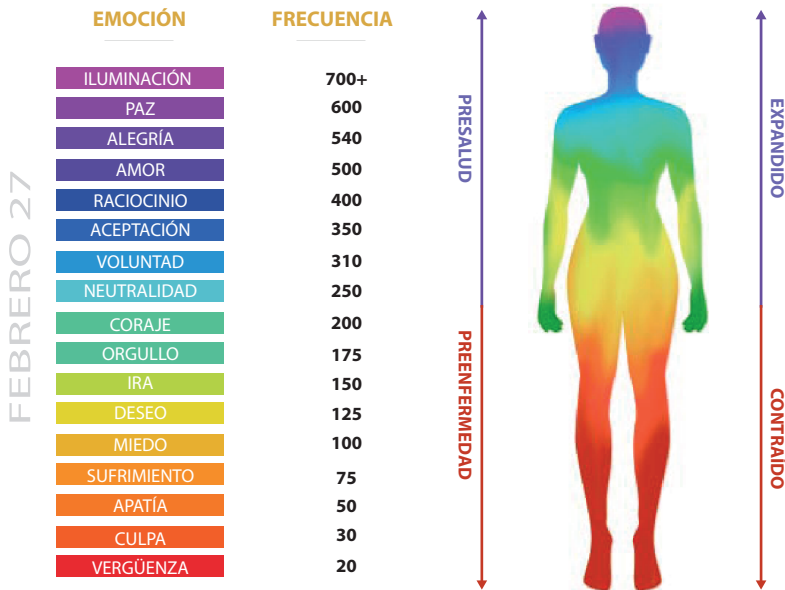
Nota. Adaptado de Hawkins, 2016.

La escala propuesta por Hawkins (2016) pretende explicar la resonancia que puede surgir en el ámbito emocional, reconociendo la influencia de factores neurobiológicos, pero yendo más allá de ellos. Se destaca la importancia de la decisión personal de experimentar o vivificar algo de

una manera específica, conectando mi experiencia y sentimientos con los de los demás. En este sentido, cada persona se conecta con otra según la resonancia que exista en ese momento, indicando que no es la influencia externa la que determina el cambio en mi energía, sino mi propia atracción hacia una vibración baja o alta (figura 38).

Figura 38

Escala vibracional



Nota. Adaptado de Hawkins, 2016.

Así, el cuerpo, la psique y el alma forman un ente vivo que reacciona a través de la corporeidad. Sin embargo, para que exista un verdadero vínculo integral, que englobe todas las dimensiones, se requiere una disposición psíquica y espiritual que fomente la comunidad, una conexión entre el yo y el nosotros. El conocimiento de la persona se alcanza mediante la interioridad, mientras que la comprensión del mundo físico,

que es externo, se logra al trascender la corporeidad, estableciendo una conexión con la naturaleza.

La búsqueda constante del ser humano de su totalidad se manifiesta en el deseo de comprender la existencia de las cosas. Esta comprensión involucra la dimensión trascendental, que se expresa a través de actos de conciencia —intelectuales, racionales y morales— que dependen de la voluntad.

La personalidad

Se estudiaba la personalidad desde antes de Cristo, como temperamentos que eran influenciados por mecanismos fisiológicos y bioquímicos, y condicionados por procesos relacionales y contextuales que llevan a actuar de manera consciente o inconsciente.

Según la teoría de los temperamentos de Hipócrates y Galeno, estos reaccionaban según los cuatro elementos de la naturaleza. Por ejemplo, el aire, considerado caliente y húmedo, generaba un temperamento sanguíneo; la tierra fría y seca, se asociaba con una personalidad melancólica; el fuego, caliente y seco, se vinculaba con un temperamento colérico; y el agua, fría y húmeda, producía un temperamento flemático.

Edward Tolman, Albert Ellis, Albert Bandura, Jean Piaget, Lev Vygotsky y David Ausubel introdujeron diversos modelos cognitivos que superaron las limitaciones del paradigma mecanicista de la corriente conductual. Estos modelos incorporaron la motivación, las ideas y los pensamientos, dando origen a las teorías cognitivo-conductuales (Cloninger, 2002; Martínez y Bilbao, 2008; Rubinstein, 1969; Seelbach, 2013). Rubinstein (1969, p. 617) enfocó su estudio en la relación orgánica entre la personalidad y los procesos psíquicos, sustentado en que todos los procesos psíquicos ocurren en la personalidad y dependen de ella.

Desde la corriente fenomenológica, Schneider (1975) describió los trastornos de la personalidad psicopática, caracterizándola, por el sufrimiento tanto del individuo como de quienes lo rodean, como entidades coexistentes.

Adler (2000), por su parte, explica la personalidad a partir del poder, la sociedad, los sentimientos de inferioridad y los estilos de vida; en cómo las personas buscan superar esos sentimientos y alcanzar metas de poder y éxito influenciados por la dinámica social y familiar.

Jung concebía la personalidad como un conjunto en el cual la psique era su componente esencial—usaba el término “psique”, de origen griego, en su acepción de *espíritu* o *alma*—. Jung identificaba cuatro funciones psicológicas de la conciencia: pensamiento, sentimiento, intuición y sensación. Sostenía que estas determinan el carácter o tipo psicológico de la persona, clasificándola como intelectual, sentimental, intuitiva y sensorial. Estos tipos, a su vez, se dividían en dos clases —según la cualidad de las funciones—: racionales —pensamiento y sentimiento— e irracionales —sensación e intuición—. Además, estos tipos se definían por la actitud dominante del carácter: introvertido o extrovertido (figura 39) (Carrillo, 2015).

Figura 39
Psiquetipos de la personalidad



Nota. Adaptado de Carrillo, 2015.

Erich Fromm sobre los tipos de personalidad

Este autor aborda los tipos de personalidad en la interrelación de dos elementos: libertad y sociedad. Según Fromm, estos dos aspectos están estrechamente vinculados y pueden llevar a buscar o a escapar de situaciones particulares; y las clasifica en tres tipos de personalidad:

1. *Autoritaria*: existe codependencia entre quien ejerce el poder y quien lo recibe; ambos son responsables de su libertad.
2. *Conformista*: recibe de forma constante información externa sobre cómo debe vivir; cede su libertad en lugar de asumir su rumbo. Esto puede surgir desde la familia, donde los hijos son absorbidos por los padres, creando una relación simbiótica; o cuando existe poca afectividad, que los aleja de dicha experiencia.
3. *Bondadosa o malvada*: esta elección depende de los modos de vida familiar y social, si es *biofilia* (ama la vida) o *necrofilia* (ama la muerte). Sobre esta base pueden elegir poseer, rechazar o ceder su libertad. La biofilia impulsa hacia la libertad, la felicidad y la vida; la necrofilia hacia la destrucción, la violencia y la muerte.

Teorías humanistas sobre la personalidad

Carl Rogers (1997), en cambio, sostiene que el ser humano es bueno por naturaleza, parte de imágenes positivas del *ser* y de la proyección de la vida; y explica la neurosis como resultado de la incongruencia provocada por una sociedad incongruente; propone un enfoque centrado en la persona, resaltando su naturaleza intrínsecamente buena y saludable. En contraste con el psicoanálisis, que ve al individuo como patológico, Rogers considera que la plena funcionalidad se logra adaptándose a las circunstancias y con la capacidad innata de aprender de las experiencias, que conducen hacia la autorrealización y trascendencia.

Las teorías humanistas, como la Gestalt, proponen una perspectiva de la personalidad que difiere de las aproximaciones deterministas y con-

ductuales. Estas teorías sugieren que la personalidad no está rígidamente determinada por el pasado ni es inmutable, se desarrolla a través de una acumulación de experiencias de vida, y su percepción del contexto es crucial para formar la personalidad. Destacan tres elementos clave:

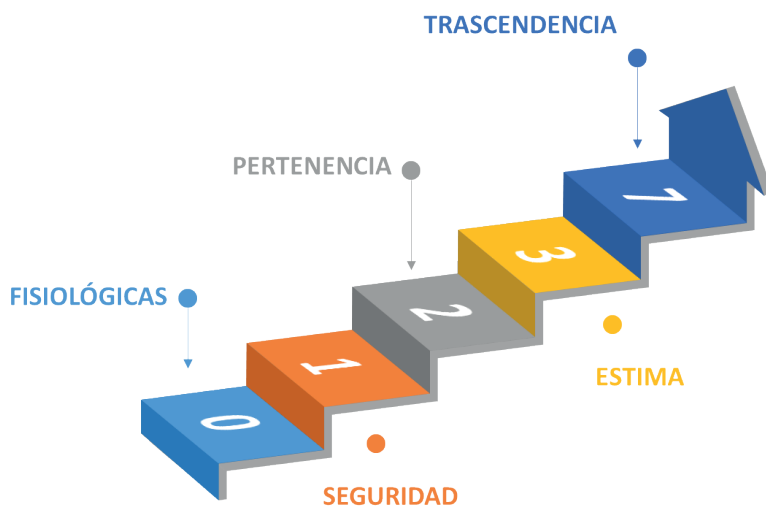
1. *Historia de vida*: la Gestalt enfatiza el contexto y las experiencias pasadas en la formación de la personalidad y el comportamiento. Esta historia es un conjunto de experiencias y eventos significativos que influyen en cómo percibe y responde al mundo. Los eventos pasados pueden ser interpretados de diferentes maneras, y la forma en que una persona integra y da sentido a su historia de vida afecta su bienestar psicológico y su capacidad de vivir el presente.
2. *Satisfacción de necesidades*: la Gestalt cree que las personas están en un proceso continuo de satisfacer sus necesidades —físicas, emocionales, sociales o espirituales—; que se logra a través del contacto genuino con el contexto y los demás. Sostiene que los problemas psicológicos surgen cuando hay interrupciones en este proceso, como cuando una persona no es consciente de sus necesidades reales o no puede satisfacerlas adecuadamente.
3. *Autoconcepto*: es la percepción que una persona tiene de sí misma, basada en sus experiencias y en la manera en que se relaciona con el mundo. La Gestalt promueve la idea de que el autoconcepto debe ser flexible y abierto al cambio. Una parte crucial del trabajo terapéutico en la Gestalt es ayudar a las personas a desarrollar una mayor conciencia de sí mismas y de sus patrones de comportamiento, lo que les permite vivir de manera más auténtica y satisfactoria. Y la explica mediante estas entidades:
 - *Yo falso*: conceptos alienados o separados de la propia imagen, que representan creencias infundadas sobre uno mismo.
 - *Yo real*: aquello aceptado o asumido como propio, aunque no siempre es real, a menudo aprendido a través de introyectos, que son comprensiones posiblemente falsas, pero consideradas verdaderas.

- *Yo ideal*: refleja la visión idealizada de lo que el individuo aspira a ser, que le sirve como motivador para satisfacer necesidades y a veces para evadir el presente. La falta de logro de este ideal puede resultar en una gran frustración e insatisfacción personal.

Abraham Maslow, dentro de la perspectiva humanista, introduce la pirámide de necesidades, categorizándolas en un modelo conocido como Jerarquía de Necesidades de Maslow; destaca que la personalidad se desarrolla a medida que se satisfacen estas necesidades, que incluyen las más básicas —fisiológicas y de seguridad— hasta las más elevadas —autorrealización y trascendencia— (figura 11).

Figura 40

Jerarquía de necesidades de Maslow



Nota. Adaptado de Feldman, 2010.

- *Fisiológicas*: son esenciales para el mantener la vida —alimentación, descanso, eliminación de desechos, equilibrio térmico y homeostasis general del organismo—.

- *De seguridad*: incluyen la búsqueda de protección, estabilidad, y refugio, por la necesidad de sentirse seguros y protegidos en el contexto.
- *De pertenencia*: abarcan la búsqueda de relaciones significativas, ya sea con amigos, pareja o familia, a menudo motivadas por el miedo a la soledad.
- *De estima*: incluyen la búsqueda de reconocimiento y el afecto de otros, así como la necesidad de sentirse importante, tener confianza en uno mismo y lograr metas y objetivos.
- *De trascendencia*: esta es la cúspide de la pirámide y no siempre es alcanzable. Implica la paradoja de sentir que no se tienen necesidades y llegar a la autorrealización. Alcanzar este nivel significa ir más allá de uno mismo y encontrar significado y propósito en la vida.

Maslow sugiere que alcanzar cada nivel de la pirámide llevará a la persona a la felicidad y a enfrentar las adversidades de la vida, contribuyendo a descubrir el verdadero sentido de la existencia. La satisfacción de estas necesidades proporciona una base para el desarrollo personal y la autorrealización.

MODELOS DE LOS CINCO GRANDES (BIG FIVE)

Robert Feldman (2010) propone una clasificación de la personalidad basada en cinco grandes procesos, que describen las características individuales en relación con el contexto en el que se desarrollan.

1. *Apertura a la experiencia*: creatividad, curiosidad, originalidad, imaginación, apreciación del arte y la belleza y apertura a nuevas ideas.
2. *Responsabilidad*: organización, diligencia y fiabilidad.
3. *Extroversión*: sociabilidad, energía y asertividad.
4. *Amabilidad*: compasión, cooperación, amabilidad, cordialidad y empatía.
5. *Neuroticismo*: tendencia a experimentar emociones negativas, como ansiedad y depresión.

Esta clasificación proporciona un marco para comprender la personalidad desde múltiples dimensiones, reconociendo la diversidad de rasgos y cómo estos se expresan en diferentes situaciones y contextos.

Personalidad tecnológica

La sociedad contemporánea ha dado paso a nuevas personalidades, como la del tipo tecnológica. La vida acelerada, el dominio de la tecnología y las redes sociales han transformado la forma en que las personas interactúan y perciben el mundo. La sobrecarga de estímulos digitales y la falta de tiempo para la reflexión pueden llevar a trastornos como el déficit de atención, la hiperactividad y los síndromes de agotamiento, impactando la esfera social y emocional de las personas.

Estas transformaciones muestran la complejidad, pero también la adaptabilidad del ser humano a diferentes contextos y cambios socio-culturales, en lo que hay que considerar los aspectos cognitivos, emocionales y sociales para comprender la personalidad de manera integral (Stivers, 2004).

Pensamiento o lenguaje interior

Desempeña un papel fundamental en el sistema del lenguaje. Según Wittgenstein (1945), tiene la capacidad de exteriorizar lo que yace en el pensamiento, nuestra concepción de la realidad. Contribuye como acto individual y entidad social a la construcción de la conciencia colectiva, pues es un evento comunicativo tanto en su origen como en su acción.

Como parte del sistema del lenguaje abarca diversos elementos: sistemas sensoriales, huellas del pasado, experiencias personales y procesos cognitivos. Jaspers destaca que el pensamiento va más allá de los procesos cognitivos, revela la existencia y expresa lo más profundo de la persona. Este pensamiento existencial, más amplio que la lógica y la

razón, se consolida a medida que las personas utilizan diversos modos de interpretar la realidad.

El pensamiento abarca los registros semánticos primarios, donde se genera un sentido personal o de significado que es solo accesible al sujeto, transformándose luego en un sistema de significados sociales comprensible para otros. Además, incorpora información tanto interna como externa procedente de los sistemas senso-perceptuales.

Wazlawick (1993) afirma que todas las actividades de razonamiento tienen su base en el lenguaje interior, donde se lleva a cabo la actividad analítico-sintética. Bajtín (1998) considera el lenguaje interior como un proceso interno y subjetivo de relación consigo mismo y con la sociedad. Vygotsky (1995) asigna al pensamiento un sentido y un significado en el contexto de la interacción social y la construcción colectiva del conocimiento.

En resumen, el pensamiento o lenguaje interior implica una progresión en niveles de representación que se desarrollan a medida que la persona adquiere mayor diferenciación e independencia en la interpretación de estímulos y experiencias. Cada estímulo o experiencia es percibido y significado de manera única, dando lugar a representaciones simbólicas personales, donde el significado atribuido a las palabras no es necesariamente universal, sino resultado de la experiencia y el contexto de cada persona.

Para comprender estas diferentes formas de percepción hay que conocer el tipo de pensamiento subyacente en cada persona. La literatura aborda diversos modos de pensar, y en este libro se hace referencia a los tipos de pensamiento más comunes en personas autistas: en imágenes, vertical y lineal o lógico matemático.

Pensamiento en imágenes

Francis Galton (2004), describe que existen personas que experimentan el mundo a través de imágenes mentales vividas; otros

lo perciben como signos de algo, que son incapaces de representar o decodificar. Charles Hart (1993), padre de un hijo autista, dice que el pensamiento de su hijo no es lógico ni lineal, sino asociativo, lo que a veces resulta en respuestas detalladas que no se ajustan al contexto presente (Galton, 2004).

Este tipo de pensamiento en imágenes se contrapone al altamente generalizado y abstracto, especialmente cuando el razonamiento se expresa mediante palabras como símbolos. Las personas que adoptan este enfoque tienden a centrarse en descripciones visuales y experiencias, incorporando la imaginación visual. Por otro lado, algunas personas analizan el mundo desde una perspectiva de cálculos y reglas matemáticas imaginarias, aunque esto no implica necesariamente que utilicen este tipo de pensamiento para operaciones simples. Las raíces de este pensamiento se remontan a 1882, donde había jugadores de ajedrez capaces de hacerlos con los ojos vendados, con un éxito notable gracias a operaciones mentales.

Las personas que usan el pensamiento visual muestran gran interés por los contornos, la precisión, la cuadratura, entre otros detalles; sus fantasías visuales pueden superar en intensidad a la experiencia presente, manifestándose en risas exageradas o llanto sin razón aparente.

La persona cuyo fuerte es la percepción en imágenes —o comprensión geográfica— es capaz de realizar un barrido mental al entrar en un lugar, identificar elementos, colores, la distribución espacial e incluso recrear el interior del espacio. Un ejemplo destacado, en este sentido, es Stephen Wiltshire, capaz de representar escenas detalladas luego de una visión rápida.

Hay que distinguir el pensamiento o percepción en imágenes del pensamiento visual; en el primero se utilizan imágenes que representan algo y permiten formar conceptos mentales. En el segundo, la capacidad de percibir la profundidad y discernir el tamaño y la posición espacial de los objetos va más allá de la materialidad directa, incorpora aspectos que para otros son invisibles.

Muchas personas autistas almacenan cada experiencia como una imagen específica; hacen una descodificación literal y la expresan a través de imágenes. La habilidad de mantener la constancia de la forma proviene de la superposición de unidades separadas, donde la distribución de los colores sugiere un orden basado en unidades. Es una forma de abstracción de los elementos contextuales, que capta la forma de manera organizada en lugar de registrarla como una combinación de diversos componentes. Esta percepción apunta a una operación más elevada, capaz de percibir la forma en el espacio tridimensional (Arnheim, 2004). Lo que antes parecía una visión incomprensible, ahora es posible gracias a las técnicas que pueden representar imágenes en 3D.

El pensamiento de muchas personas autistas almacena cada experiencia como una imagen específica. Cuando enfrentan situaciones similares, recurren al “cofre de imágenes”, asociando la experiencia actual a la totalidad de lo vivido. Esto se interpreta como una descodificación inadecuada para el presente, porque no responde al momento o al contexto en el que se desarrolla la experiencia.

Temple Grandin, en su libro *Pensamiento en imágenes*, dice que cada nueva percepción es asimilada en su mente como un *software*, que enriquece el repertorio de conceptos y categorizaciones de significados. Por ejemplo, el concepto “perro” no se limita a una única imagen; al pensar en este animal, automáticamente emergen en su mente todos los perros que ha conocido a lo largo de su vida. Se despliega un catálogo, que recuerda incluso el lugar donde vio a cada uno, en un orden cronológico. Este tipo de pensamiento implica decodificar en mucho más tiempo: debe encontrar la imagen específica asociada a cada elemento.

Las personas con esta percepción tienen dificultades para comprender conceptos abstractos que carecen de imágenes específicas. Para facilitar el aprendizaje se usan sustantivos, pues estos se vinculan directamente a imágenes. En algunos casos, los significados asociados a imágenes reales resultan útiles; en otros, es necesario que estas imágenes estén acompañadas de letras de plástico, que les permita la experiencia táctil.

El pensamiento en imágenes inicia en lo particular y avanza hacia lo general. Y requiere una secuencia lógica, lo que genera inflexibilidad y rigidez en la persona, ya que modificar las imágenes formadas a lo largo de la vida es un gran desafío.

Este tipo de pensamiento es común en el aprendizaje de las matemáticas en culturas asiáticas. En este contexto, el uso del ábaco sirve como punto de partida para desarrollar habilidades en cálculos mentales avanzados. Una vez que dominan esta herramienta, los cálculos se realizan internamente, mediante imágenes creadas con el ábaco, prescindiendo de su uso físico.

Figura 41

Percepción o pensamiento en imágenes



Nota. Después de volar solo una vez sobre la Ciudad de México, el artista Stephen Wiltshire dibujó de memoria todo el paisaje urbano en un lienzo de 13 pies. Fotografía de Paolo Woods, *National Geographic*.

Pensamiento vertical

El pensamiento, para interpretar la realidad de manera continua, a menudo se ve moldeado por información preestablecida. Estos modelos nacieron bajo el influjo de antiguos métodos de enseñanza, caracterizados por promover una única manera de resolver problemas, la repetición incesante y resultados predefinidos; en una relación obligatoria entre el cumplimiento de reglas y el éxito académico.

Esta forma de enseñar afirma que un estudiante es bueno cuando es obediente, cuando no expresa lo que piensa, cuando no se mueve. El estudiante inquieto, que no cumple las reglas impuestas, es un mal estudiante.

Este adiestramiento, tanto en el ámbito escolar como familiar, limita el potencial de la mente al imponer modelos preestablecidos, espacios inmutables y programas determinados, que conducen a un pensamiento vertical, memorístico, cuya progresión está predeterminada externamente. Este enfoque, además de restringir el desarrollo individual, acarrea diversas problemáticas: rigidez de pensamiento, resistencia a los cambios, reduce las perspectivas y comprensiones de la vida, alimenta el desequilibrio entre el modelo impuesto y la comprensión individual; que generan ansiedad e impiden el florecimiento de la creatividad y la comprensión de las transiciones.

El pensamiento vertical también da lugar a percepciones fragmentadas, ya que la persona elige solo un elemento de análisis; la falta de apertura a diferentes perspectivas dificulta la comprensión de absurdos, metáforas y bromas; carece de consideración por la variabilidad contextual, se centra en lo específico, pierde la riqueza de lo diverso, desvincula el contexto, dificulta la exploración de alternativas, conduce a momentos de aislamiento o soledad; la persona tiende a seguir siempre el mismo camino. La falta de preparación para eventualidades e imprevistos convierte cualquier obstáculo en un problema emocional.

Pensamiento lineal o lógico matemático

El pensamiento muestra el modo propio de sentir, crea una realidad subjetiva, alejada de la realidad objetiva, que se visualiza solamente en la mente de quien lo piensa. Existen dos planos: el que se siente a través de los sentidos; aquel que se representa, donde intervienen emociones, experiencias, rasgos de la personalidad.

Cuando nos centramos en el pensamiento vertical, basado en patrones, surgen formas específicas de comprender la realidad (Bono, 1994, pp. 47-54); una de ellas se conoce como pensamiento matemático (Jara, 2012), que se apoya en lo establecido y se centra en la programación, la lógica y la memoria; parte de la construcción de nociones numéricas, geométricas y probabilísticas (Fuertes y Balaguer, 2022).

Esta mentalidad puede llevar a la distorsión o fragmentación de la realidad, como se observa en niños autistas que, en lugar de juegos simbólicos, tienden a realizar actividades funcionales, como alinear u ordenar objetos. Si alguien intenta interferir en él, desestabilizará al niño, porque no está obstaculizando un juego, sino destruyendo la forma en que está tratando de asimilar sus experiencias y comprender la vida.

Cuando la percepción se guía por el pensamiento matemático, la persona puede ejecutar procesos complejos, como establecer relaciones entre longitudes, áreas y volúmenes desde temprana edad. La capacidad para comprender patrones le permite aprender eficientemente horario, nombres de ciudades, datos históricos relacionados con deportes. No obstante, tendrá dificultades para aprender operaciones matemáticas básicas, pues estas van más allá de los patrones establecidos.

Las personas con pensamiento matemático pueden mostrar habilidades excepcionales en áreas específicas, como la música o la resolución de rompecabezas, pero también experimentar ansiedad y tener dificultades en situaciones donde no se cumplen patrones establecidos. La inflexibilidad y la perseverancia surgen de aferrarse a estructuras lógicas predefinidas.

Aunque el pensamiento lineal o lógico matemático facilita la coordinación de reglas y secuencias, con patrones que ayudan a alcanzar objetivos específicos, su enfoque lineal limita la exploración de nuevas formas de resolver los problemas o de percibir la vida.

Dimensión cognitiva de la sensopercepción

Empatía

En su estudio sobre la empatía, Edith Stein resalta la importancia de este proceso relacional para entender los estados de conciencia de los demás. Según Stein, la sensopercepción no solo implica la capacidad de percibir el mundo a través de nuestros sentidos y experiencias individuales, sino también la habilidad de ponerse en el lugar del otro y comprender sus experiencias subjetivas. La empatía, esencial para una comprensión más profunda de la sensopercepción, nos permite relacionarnos con los demás y apreciar su perspectiva.

En este enfoque, la sensopercepción trasciende la experiencia individual aislada y se convierte en un proceso relacional en el que interactuamos con nuestro contexto y con otras personas. Nuestra percepción del mundo se ve influenciada por experiencias pasadas, creencias, cultura e interacciones sociales.

La empatía implica la capacidad de comprender y compartir las emociones y experiencias de otra persona, poner en práctica nuestra habilidad de imaginar cómo se siente el otro y entender su perspectiva desde dentro; involucra una conexión interna y una resonancia emocional con la experiencia del otro. Para ser empáticos, se requiere haber experimentado sentimientos similares para comprender y sentir por el otro. Cuando identificamos en otra persona una experiencia similar a la nuestra, somos capaces de personificarla y vivenciarla desde nuestra propia interioridad. Esta presentificación crea un acto unitario entre el pasado y el presente, permite transferir y recomponer la vivencia trascendiendo la mera cognición.

La presentificación difiere del recuerdo mediante la memoria, implica revivir una situación de manera nueva, entrelazando la experiencia actual con un bagaje significativo anterior. La empatía, al basarse en la experiencia pasada, tiene un contenido original influido por los recuerdos. Para lograrla, es necesario sumergirse en el vivido, comprenderlo y objetivarlo de manera comprensiva. A través de este proceso de inmersión, explicación y comprensión se establece una conexión empática con el otro.

Según Edith Stein, la empatía es principalmente un proceso cognitivo, no emocional. No implica sentir exactamente lo que otra persona siente, sino comprender su experiencia desde un punto de vista cognitivo. La comprensión de la situación puede diferir, lo que se interpreta a veces como una incapacidad para experimentar lo que el otro siente, según la teoría de la mente.

En el ámbito relacional, hay que considerar la complejidad de las experiencias en las que se involucran diversas dimensiones —la espiritual en relación con la psique y la corporeidad—. Estas dimensiones, únicas en cada persona, requieren comprensión y respeto hacia la diversidad de las experiencias individuales.

Memoria

Se define como el mecanismo que permite almacenar información proveniente de experiencias y percepciones construidas en un contexto, territorio y sociedad determinadas. Estos recuerdos se evocan en nuevas experiencias y contextos, presentándose como modelos o estructuras de análisis que se reproducen (Ardila, 2003).

Los procesos de la memoria se abordan desde diversas perspectivas, pero generalmente se centralizan en dos categorías de análisis: la estructural permanente y los procesos de control, susceptibles de modificación y reprogramación a voluntad. Considerando que los eventos ocurren en circunstancias sociales y psicoafectivas distintas, las respuestas deben ajustarse al contexto experiencial del momento.

Atkinson y Shiffrin (1968) identifican tres componentes estructurales de la memoria: registro sensorial, memoria a corto plazo (MCP) y memoria a largo plazo (MLP). El estímulo sensorial, que ingresa a este registro, se descompone y se pierde rápidamente; conclusión a la que llegan también Moray (2017), Neisser (1985), Treisman (1964), quienes sostienen que la información inicial captada por los sentidos es efímera y no se marca en la memoria. En contraste, para Craik y Lockhart (1972), la memoria depende de la profundidad del procesamiento de la información; un procesamiento más profundo resulta en una retención más prolongada del recuerdo.

La MCP o memoria de trabajo es el registro sensorial e información que se almacena en la MLP. Los datos en la primera son efímeros, pero los procesos de control permiten que parte de la información perdure según la necesidad y el deseo del sujeto que la evoca. Se ocupa solo de almacenar impresiones momentáneas, filtra el material que recibe —tiene una duración de 20 segundos aproximadamente—, ya que al seleccionar la información se sobrecarga (Lavilla Cerdán, 2011).

En la MLP, evocar la información ocurre una vez que cesa la percepción del estímulo. La información se almacena brevemente y luego se desplaza, dependiendo de la atención prestada, o se pierde si se considera irrelevante. Este almacenamiento es generalmente inconsciente, pero si la conciencia interviene, el proceso se torna más complejo y la información perdura más tiempo. En la codificación y retención de una cantidad ilimitada de información por tiempo indeterminado interviene gran cantidad de estructuras cerebrales. La memoria tiene tres características o sistemas:

- *Episódica*: recuerda lugares, eventos y experiencias, mediante funciones asociadas a los diversos sentidos. En esta destaca el componente de la experiencia personal, por ello también se denomina memoria autobiográfica. Este sistema tiene la capacidad de almacenar episodios vividos por el sujeto por largo tiempo. Sus huellas mnésicas abarcan tanto la codificación como la recuperación del contexto espacio-temporal en el que ocurrió el suceso. Abarca información

autobiográfica y datos recientes de conocimiento público. Quien la usa es consciente de que ese recuerdo corresponde a una experiencia de su pasado personal. A esta particularidad Tulving (1987) llamó conciencia autooética.

- *Procedimental*: almacena y recupera la información sobre habilidades motoras; es decir, el aprendizaje relacionado con saber cómo hacer distintas tareas.
- Sensorial: conserva y recuerda las impresiones adquiridas por medio de los sentidos, y reproduce las imágenes con conocimiento de su percepción anterior —sabor del limón, superficie rugosa, olor de una colonia...— (Lavilla Cerdán, 2011).

Sistemas de memoria procedural

Tulving (2002) identifica otros sistemas de memoria:

- *Procedural*: engloba habilidades motoras y cognitivas no declarativas, así como aprendizaje asociativo y no asociativo; es de largo plazo.
- *De representación perceptual*: se relaciona con el aprendizaje y la memoria de información perceptual —conexión con el fenómeno de *priming* o efecto de facilitación— almacena representaciones de formas y estructuras de palabras y objetos; es de largo plazo.
- *Semántica*: codifica y organiza información general y específica sobre hechos del mundo; se relaciona con adquirir conocimientos lingüísticos y culturales sin referencia personal; es de largo plazo.
- *De trabajo*: único sistema de corto plazo y capacidad limitada, proporciona un espacio operativo para llevar a cabo actividades cognitivas que mantienen la información por un breve período mientras se procesa.

Funcionamiento

Baddeley (1992) introdujo el concepto de memoria de trabajo, bajo el argumento que la información se retiene en la mente mientras se utiliza o se actualizan los datos almacenados en la MLP. Esta interviene en la resolución de problemas y en realizar operaciones mentales, que permiten recordar planes, instrucciones, considerar alternativas y establecer conexiones entre ideas o datos, tanto presentes como pasados. Facilita la recombinación de elementos de manera novedosa, analizarlos desde perspectivas diferentes y utilizar conexiones aparentemente no relacionadas.

La MLP almacena información por mucho tiempo y hace transferencias constantes con la memoria de trabajo, sin perder información. Funciona fuera del momento en que ocurrió el evento, permite que la atención de la persona se enfoque en nuevas experiencias y vivencias. Los recuerdos almacenados en la MLP pueden ser evocados en cualquier instante. Sin embargo, su evocación puede verse afectada por interferencias, como la sustitución de información anterior por datos más recientes, que hacen temporal o permanentemente irrecuperable la información previa (Atkinson y Shiffrin, 1968).

Una vez almacenada, la información debe ser recuperada de la MLP al estado consciente de la memoria de trabajo, mediante la evocación que busca mediante elementos clave: sonidos, olores, palabras o imágenes; o a través del reconocimiento, que se basa en asociaciones específicas.

Sohlberg y Mateer (1989) señalan posibles problemas en este proceso, ya sea por dificultades en el registro de información o por su tipo de análisis. En el uso continuo de la memoria de trabajo se puede perder cantidades significativas de información, lo que resultaría en dificultades para recuperar u organizar la evocación, como se observa comúnmente en casos de Alzheimer.

En la MLP, se distingue entre semántica y episódica (figura 42). La primera se refiere al conocimiento sobre el mundo y el significado de las palabras; la segunda, a las experiencias específicas vividas en un tiempo y espacio particulares (Tulving, 1987). La amnesia puede ilustrar estas distinciones, ya que algunas personas afectadas por ella tienen dificul-

tades para recordar eventos recientes —memoria episódica— mientras mantiene la memoria semántica (Sohlberg y Mateer, 1989).

Figura 42

Diferencia entre los tres estados de memoria

Rasgo	Registrador sensorial	Memoria a corto plazo	Memoria a largo plazo
Entrada de la información	Pre-ativa (con o sin atención)	Requiere atención continuada	Reciclaje y repetición
Formato de la información	Copia literal del IMPUT	Reciclaje	Organización semántica, auditiva, visual
Capacidad	Grande	Pequeña	Sin límite
Pérdida de información	Deterioro	Posible deterioro	Posiblemente sin pérdida. Pérdida de accesibilidad por interferencia
Duración del trazo	1/2 segundos	Hasta 30 segundos	Minutos años
Recuperación	Lectura en voz alta	Automática-conciencia señales temporales	Señales de recuperación. Proceso de búsqueda

Nota. Adaptado de Sohlberg y Mateer, 1989; Tulving, 1987.

Procesos de la memoria

- **Codificación:** la información ingresa y se organiza en la memoria. La calidad de este proceso perceptivo y la profundidad de la codificación influyen en la formación de una huella mnésica más o menos estable.
- **Almacenamiento:** retiene la información codificada a lo largo del tiempo, preservándola y evitando el olvido.
- **Recuperación:** se actualiza la información almacenada para su utilización. El acceso a las huellas amnésicas durante la recuperación se lleva a cabo mediante:

- Evocación libre: busca y actualiza la información recordada.
- Ayuda de claves de recuperación: facilita la evocación al proporcionar pistas que guían la memoria.
- Reconocimiento: confronta con el material almacenado para determinar su familiaridad (Lavilla Cerdán, 2011).

La atención

Es estar consciente tanto de los eventos externos —observar, escuchar, oler, etc.— como de los procesos internos —pensamiento—; la capacidad de concentrar el pensamiento en un objeto específico para activar y poner en funcionamiento los procesos de selección, distribución y mantenimiento de la actividad psicológica (Santalla, 2017).

Este aspecto de la percepción facilita posicionarse de manera más óptima para percibir un estímulo particular y asigna un orden de importancia y prioridad temporal a las ideas y operaciones intelectuales.

La calidad de la atención se ve influenciada por estos factores específicos:

- *Número de estímulos*: mayor cantidad de estímulos puede resultar en menor precisión o éxito en una tarea.
- *Canales perceptivos múltiples*: la inclusión de más canales sensoriales afecta el rendimiento, a menos que sus señales se sincronicen eficientemente.
- *Eficacia y rapidez*: depende del estado de alerta o vigilancia que se ejerce en el momento.

La atención no es un recurso limitado, y diferentes tipos de atención se utilizan en momentos específicos o para actividades particulares. No es posible mantener la atención constante en todos los estímulos que ingresan por los sentidos, ya que sobrecargaría el procesamiento y generaría situaciones estresantes.

Tipos de atención

- *Sostenida*: mantiene el enfoque y permanece períodos prolongados, con la colaboración de diversas áreas cerebrales (García Sevilla & Fuentes Melero, 2008).
- *Dividida*: facilita la respuesta simultánea a dos actividades e involucra uno o más canales sensoriales, destacando la selectividad y capacidad de focalización sensorial (García Sevilla & Fuentes Melero, 2008).
- *Selectiva*: elige la información relevante, procesa la acción adecuada y suprime la atención a estímulos presentes simultáneamente, con alta concentración.
- *Alternante*: cambia el foco de atención entre tareas con diferentes requisitos cognitivos, exhibiendo la capacidad de flexibilidad mental para cambiar voluntariamente el enfoque (Mateer *et al.*, 1987)

Sensitividad y espiritualidad

En el contexto de la percepción, es significativa la interrelación entre sensitividad y espiritualidad. Cuando se habla de espíritu se alude a una apertura trascendente: este atraviesa la materia, el cuerpo que existe en un espacio y tiempo determinados; un reino de libertad donde se logra la unidad plena entre lo material y lo espiritual; la conciencia de actuar hacia la verdad, el bien, la bondad y la belleza; la experiencia que Stein denomina “estado del alma”, donde se reconoce lo valioso y se evocan sentimientos positivos —alegría, elevación, entusiasmo— (Bello, 2011).

Para Edith Stein, la noción de espíritu se relaciona con la “estructura personal”⁹ que se manifiesta en la conciencia del propio ser y en la capacidad de abrirse a otro, a lo diferente de uno mismo, en un sentido intencional. El cambio en el estado interior se refleja también en el cuerpo humano, que está lleno de significado y revela la naturaleza espiritual de cada persona. Al hablar del espíritu nos referimos a la interioridad del ser humano, necesaria para enfrentar el objeto como un acto de autotranscendencia. Esto se logra a través del cuerpo material, que está abierto a sí mismo y al resto, dejando su huella en el mundo y generando relaciones (Bello, 2016).

El cuerpo físico está intrínsecamente vinculado a un sujeto, a la conciencia que proviene de las sensaciones y que forma parte de su vida sensible. Al interactuar con otros establece una relación más profunda consigo mismo, trascendiendo los límites de autorreferencialidad para descubrir la belleza del otro y acoger su voz y su cuerpo. Esto conduce a experimentar una relación de respeto y mutua aceptación, en una conexión genuina (Husserl, 2004).

El yo, con sus pensamientos, experiencias y su forma de estar en el mundo, está íntimamente ligado a su *ser* corpóreo y su psiquis, que se manifiesta a través de emociones, sentimientos y voluntad, desenvolviéndose en un tiempo y espacio relacionales.

Este espacio es el núcleo, la unidad sustancial que conecta a la persona con su integralidad y abre la interioridad del externo. En la interacción, cada persona acoge en sí algo del otro a través de la unidad sustancial del alma, donde convergen el ser naturaleza-tierra-vida y el yo-nosotros, comprendiendo el mundo (Stein, 1994).

La interioridad espiritual, psicofísica y relacional posibilita comprender y transformar el cuerpo, cuyas huellas propias y ancestrales deben ser sanadas o presentificadas. Los modos de ser, los rasgos de la personalidad, la vida afectiva y emotiva, la decisión y los valores se transforman en voluntad y acciones que llevan a comprenderse y a un actuar coherente. Así se puede entrar en el dinamismo de la vida, en una constante transformación que otorga la libertad de vivir y potenciar el ser, sin temor al juicio externo, ya que uno se ha aceptado (Bello, 2011).

Aunque existe un bagaje genético que proporciona la partitura inicial, el autoconocimiento y la autoaceptación actúan como el combustible para comprender y aceptar el pasado vivencial y los aprendizajes de la vida. A través de la interioridad el ser corpóreo trasciende lo vivido y vive realmente. Establece un contacto vital mediante el intercambio de energía vital, la comunicación no verbal que permite conocer al otro y comprenderlo, sin fusionarse sino encontrarse. El “yo” existe solo a partir del “tú”, y “yo” y “tú” generan el “nosotros”, una dimensión comunitaria.

Sin autoconocimiento y autoaceptación no se produce el encuentro y, en lugar de crear una relación, se construyen muros que encierra a cada individuo en el miedo a ser auténtico, a vivir una dualidad, una especie de esquizofrenia, donde la falta de identidad hace que el comportamiento sea diferente al pensamiento y la percepción de uno mismo.

Aunque la interioridad y la trascendencia pueden parecer ausentes en el autismo, estas dimensiones son fundamentales para comprender mutuamente los cuerpos comunicantes, los gestos expresivos cargados de significado, donde la palabra es solo una forma de expresión. Las dimensiones sensorio-perceptivas están ligadas y trabajan en un dinamismo continuo que les permite dar significado a los sentidos, que facilitan el autoconocimiento y preparan la interacción.

Sensitividad

Según Shafica Karagulla (1972), es la capacidad de percibir más allá de lo sensible y tangible. Las personas sensitivas tienen un don natural para sentir, percibir y ver colores, energía, ondas, vibraciones y conexiones. Esta capacidad se manifiesta de manera extraordinaria, con una gran apertura para recibir la realidad.

Karagulla sugiere que la sensibilidad puede ser heredada, y sus estudios indican que esta capacidad se encuentra principalmente en personas con el síndrome de Savant, el del sabio, que tienen talentos asombrosos. La literatura ha destacado casos de genios en el arte, como el de Tony DeBlois, un niño ciego y autista con habilidades musicales extraordinarias. Empezó a tocar el piano a los dos años de edad, sin haber recibido nunca clases o instrucciones; toca más de ocho mil piezas musicales, con más de 20 instrumentos; interpreta de memoria y aprende música únicamente a través de la escucha (Rivera Guiral, 2017).

Merleau-Ponty y Richir la abordan desde la perspectiva del cuerpo como el órgano de la percepción del mundo. Richir destaca la importancia de comprender las sensaciones, la afectividad, las pasiones, los pensamientos, la perspectiva psíquica desde el alma. El cuerpo percibe de forma desvia-

da, ya sea en un estado ordinario y contraído o en un estado dilatado y extraordinario. Subraya que hay sentimientos como el amor que dilatan al cuerpo y otros como el miedo o el odio que lo contraen (Richir, 2015).

Jill Taylor, una doctora en neuroanatomía, experimentó una transformación personal después de un ictus que la llevó a perder el habla, la locomoción, los recuerdos. A través de esta experiencia llegó a un estado de lucidez, un viaje personal hacia la superación, en el que pasó del abismo del silencio de la mente hacia la esencia del ser, que le producía paz (Taylor, 2009).

La doctora Aron (2006), especializada en personas altamente sensibles (PAS), afirma que aproximadamente una de cada cinco personas nace con una elevada sensibilidad. Para manejarla propone cuatro aspectos clave: conocimiento de sí mismo, reestructuración del modo de ver la vida, sanación de las propias heridas y conciencia de la intensidad en la percepción de los sentimientos. Esto ayuda a percibir el mundo de manera equilibrada y evitar formas excesivas de percepción.

En resumen, la sensibilidad, según estos autores, es la capacidad especial de ciertas personas. Para comprenderla hay que explorar la conexión entre el cuerpo, la mente y la percepción del mundo.

Sensitividad en el mundo andino

El estudio de la sensibilidad ha revelado una perspectiva única en la cosmovisión andina, que está arraigada en las creencias ancestrales y su espiritualidad. No hay separación entre el adentro y el afuera, el alma y el espíritu, lo natural y lo sobrenatural, que se expresa simbólicamente a través de la cruz andina o chakana (figura 43), que representa su interconexión y unidad.

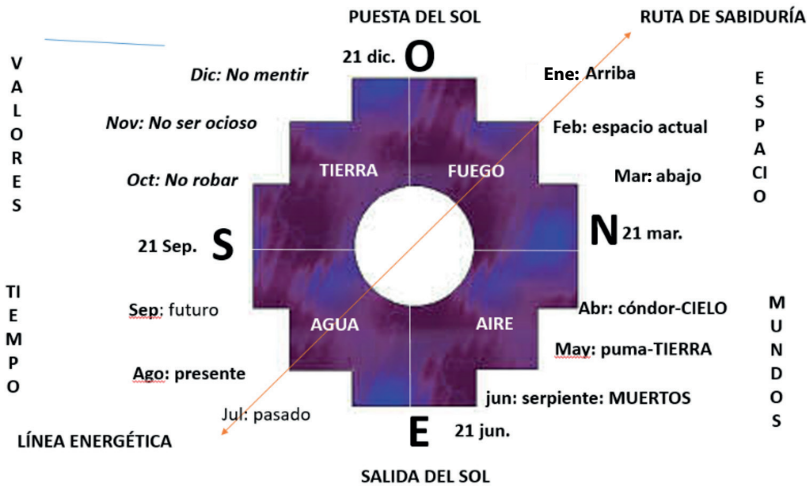
En la cosmovisión andina, el alma se fusiona con el cuerpo y el cuerpo se considera la materialización del espíritu. Este espacio se llama “vividio”, donde el presente y el futuro se entrelazan en formas de continuidad. Este vividio es posible solo dentro de una totalidad, donde pasado,

presente y futuro coexisten, y sintetizan la historia actual, conocida como la “actuabilidad”, y donde se hace presente la aprehensión, el espacio espiritual que impulsa y rige la vida.

Desde esta perspectiva, la percepción capta las cosas y los eventos sin juzgarlos, sin afirmar ni negar. El tiempo —que también significa espacio y se dice *pacha* en quechua—, se representa en círculos concéntricos habitados por seres espirituales, que rompen la estructura lineal occidental. El futuro, el presente y el pasado coexisten como espacios tridimensionales a los que los seres humanos pueden acceder en cualquier momento.

La *pacha* refleja la fluidez de un sistema de mutualidad entre el mundo material y la espiritualidad. La conexión intrínseca de las percepciones singulares lleva a una síntesis dinámica entre lo que precede y el presente, entre el yo individual y el yo colectivo —conocido como el “yo-nosotros”— (López *et al.*, 2021).

Figura 43
La chakana



Nota. Adaptado de chakana andina. Licencia GNU.

En el contexto andino existe un sistema relacional dinámico de motivación, entendido como sentido, contenido y motivo. Se denomina “relación motivacional”, se manifiesta de manera explícita o implícita y genera conexiones entre la persona, el motivo y la acción.

En este marco, se experimenta una percepción integral y unitaria. En el mundo andino, nada existe de manera aislada; todo está en una relación intrínseca y complementaria, no en el sentido de completud, sino en el de unidad. Los actos y sus motivaciones se originan en el reino del sentido y la razón, pero el impulso del yo se da en libertad.

Las características de bondad, pureza y finitud diferencian una psiquis de otra en este contexto. Estas cualidades se manifiestan y se relaciona con el mundo de los objetos a través de la inteligencia, el dinamismo, la justicia y el espíritu de sacrificio. La aceptación y comprensión del mundo externo requieren habilidades sensibles, ya que cada percepción externa se fundamenta en la sensibilidad.

Para la cosmovisión andina, la persona —*runa*— se concibe como un yo que es simultáneamente colectivo, comunitario y espiritual. Y la capacidad de percibir lleva a la persona a alcanzar la sabiduría, que se considera el motor y el punto de llegada de cada proceso. En resumen, en el mundo andino, la vida, la percepción, la motivación están intrínsecamente interconectadas en una comprensión holística del ser humano en su relación con el contexto y la espiritualidad.

Sabiduría andina

Es la experiencia vivencial dentro del mundo, donde la teoría, el ser y el conocer se encuentran estrechamente vinculados. En esta cosmovisión se perciben las vibraciones de los grandes espíritus de la *Pachamama* —Madre Tierra— y del *Pachacamac* —espíritu creador y cuidador del universo—. Estas energías espirituales son vitales en la cotidianidad de los pueblos ancestrales andinos; guían la práctica de los legados y sus conocimientos sobre la vida, la naturaleza y el cuidado.

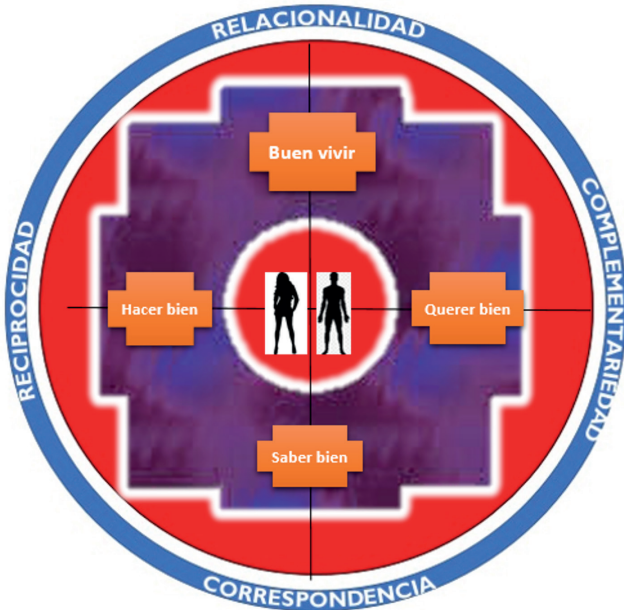
La sabiduría andina integra la vida y el tiempo, organizándose desde el equilibrio, la reciprocidad y la correspondencia con el cosmos. El *runa* ha asumido el legado de Pachacamac en el cuidado del mundo visible y no visible. La relación entre el *hanan pacha* (mundo de arriba) y el *runa* refleja la correspondencia entre la claridad y la luz interior entregada por el mundo espiritual y la claridad y luz exterior proporcionada por el *Inti* —Sol—. Todo en el mundo andino se mueve por correspondencia entre lo macro y lo micro, entre lo interno y lo externo, entre cada cosa creada y lo no creado, como la naturaleza y el cosmos, concebidos como un todo.

La naturaleza ya no es vista como un objeto a socializar, sino como un sujeto en una relación social, que es el modo de relacionarse en el que humanos, plantas, animales y espíritus se encuentran como semejantes; una convivencia marcada por la reciprocidad, la correspondencia y la complementariedad en un equilibrio integral, que va más allá de la objetivación de la naturaleza y la separación del ser humano de su contexto.

La sabiduría andina abarca todos los campos vitales, incluido el espiritual, e implica despertar nuestras sensibilidades para experimentar el amor. Se basa en la integración, la cooperación, la reciprocidad y la hermandad, lo que lleva a la común-unió y consolida a la colectividad como el espacio de la vida. En la comunidad andina, el aprendizaje sucede en la consejería y con la observación; el conocimiento se adquiere a través de la coexistencia, el ir y venir, donde no hay oposiciones antagónicas, sino complementariedades: humanos, tierra, animales y plantas se construyen en coexistencia, donde unos permiten la existencia de los otros.

Para Achig (2015) la construcción colectiva en la sabiduría andina implica la interrelación entre pueblos y culturas, generando reconocimiento mutuo y espacios que construyen una nueva realidad común. En resumen, la sabiduría andina es una filosofía de vida que integra lo espiritual y lo material, promoviendo la armonía, la reciprocidad y la unidad en la relación con el mundo creado y lo increado.

Figura 44
Principios andinos



Nota. Adaptado de chakana, principios andinos. Licencia GNU.

La riqueza de las formas de expresión en el contexto andino se manifiesta mediante elementos icónicos, etnomodelos y toponimias que revelan la construcción simbólica de la realidad y sirven como fuentes de almacenamiento de información. En la cosmovisión andina, un pensamiento de tipo axiomático que se expresa en una sola palabra puede tener múltiples acepciones simultáneas, no se reduce a la dialéctica del “sí” y del “no”.

El modo de relacionamiento persona-comunidad-naturaleza se sustenta en los principios andinos: el de complementariedad destaca que fenómenos distintos y aparentemente opuestos están asociados para per-

mitir la vida de otro; la reciprocidad implica que cada acción se corresponde con otra, siguiendo el principio de dar y recibir, tanto entre seres humanos como con la Pachamama y el cosmos.

Figura 45
Pawkar Raymi



Nota. Comunidad de Gualapuro, Otavalo.

En el mundo andino se busca generar procesos de interaprendizaje y armonización de energías, encapsulados en el paradigma del Buen Vivir, *Suma Qamaña* o *Sumak Kawsay*. Vivir bien, en armonía integral, es integrar tiempo, espacio y vida. La sabiduría andina se construye a partir de vínculos afectivos y espirituales arraigados en el corazón, reflejados en la interrelación entre la tierra y el cosmos, la vida hospitalaria y el contacto constante del *runa* con los animales y plantas.

Aplicar el conocimiento en el diario vivir de la comunidad comprende participar en el ritmo cíclico de la Pachamama y prioriza las percepciones sensoriales a las utilitarias-abstractas. La sabiduría andina no separa el conocimiento de la vida subjetiva, considerando que este saber da cuenta de la tierra y la naturaleza como un todo viviente.

La integralidad no implica la negación o síntesis de cada parte, sino la existencia de un tercer elemento que surge de la relación entre lo diverso e incluso opuesto. Nada está aislado y todo converge en una coexistencia que incluye opuestos, complementarios y contrapuestos. La sabiduría andina se basa en la comprensión profunda de la interconexión y la armonía entre todas las cosas.

La chacana

La cruz andina, también conocida como chacana, es una expresión simbólica que representa la interrelación entre el cosmos y la creación. Sus referentes astrales se vinculan con la Cruz del Sur y las Tres Marías o el cinturón de Orión. Desde la perspectiva terrestre, simboliza la división de la tierra en cuatro partes, ya sean en forma de *ayllus* (para los aymaras), *suyos* (para los incas), o lugares de la tierra (para los mapuches).

Esta cruz, denominada también cruz andina indoamericana, es un campo de transición en la conexión entre lo celestial y lo terrenal. Representa la relación arriba-abajo, derecha-izquierda, macro-micro, que destaca la complementariedad de los opuestos: sol/luna, hombre/mujer, día/noche, invierno/verano, entre otros (Morales, 2011, p. 98).

En esta cosmovisión, lo celestial (arriba) se asocia con la luna y la noche, mientras que lo terrenal (abajo) se relaciona con el agua, los animales y el suelo. La izquierda, tanto en la dimensión celestial como terrenal, está vinculada con el conocimiento femenino; la derecha, con el conocimiento masculino.

Este símbolo refleja el diálogo constante con los ancestros, que promueve la ética del cuidado de uno mismo y de los demás, así como la corresponsabilidad colectiva, y actúa como un puente entre la relacionalidad y la complementariedad cósmica, fundamentales para la comprensión de la vida y el orden.

En este contexto, sus ejes vitales —*wantas*— son la organización espacio-temporal y la polaridad sexual. La concepción del tiempo en la cosmovisión andina es geocéntrica, cíclica y reversible, alejándose de la linealidad y dualidad cronométrica (Grebe, 1996).

Existe una interrelación entre presente, pasado y futuro: el pasado —*ñaupa*— y el futuro —*quepen*— se construyen juntos, es lo no materializado, un movimiento elíptico eterno entre los dos, ya que el futuro no existe si no hay un pasado; el futuro se ubica en el antes y el después. El presente —*kunan*— está constituido por tiempos-espacios, compuestos por elementos de lo femenino y masculino, que a través de la ritualidad conectan lo existente con lo inexistente y lo sagrado con lo profano; principios interrelacionados que buscan el equilibrio cosmogónico o divino. Este modo de ver el mundo es de tipo espiritual, basado en las relaciones consigo mismo, con la otredad diversa e igual, con el cosmos y la naturaleza, con los objetos y lo creado.

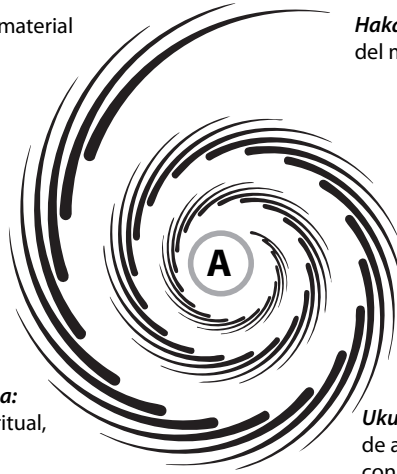
El principio de correspondencia pone de relieve la necesidad de la otredad, es en ese encuentro con lo creado e increado que se genera el significado y el sentido. La persona constituye un nudo dentro de la red de interrelación social y cósmica. El universo está compuesto por dos fuerzas: Pachacamac o *Pachatata*, que es la fuerza del cielo, y la Pachamama, que es la fuerza de la tierra. Estas dos energías se encuentran en todos los procesos vitales. La unión de estas dos energías —*pa* que

significa dos y *cha*, fuerza— equilibran los opuestos que se encuentran en el espacio-tiempo y se articulan de manera cíclica hasta alcanzar la totalidad cósmica.

Figura 46

El tiempo circular

Pacha: espacio-material
tiempo-espíritu
origen de todas
las cosas



Hakaq Pacha: el mundo
del más allá

Kay Pacha: el mundo
de aquí

A. Hanan pacha:
el mundo espiritual,
celestial

Uku Pacha: el mundo
de abajo y la comunicación
con el *kay Pacha*

Nota. Adaptado de Estermann, 2017.

El tiempo es circular, fluye desde adentro y hacia afuera y regresa de afuera hacia adentro, en ciclos permanentes. No hay nada estático; nada “es” porque todo se “está haciendo” (figura 46).

El *Kay pacha* es uno de los tres mundos creados por Pachacamac: es el ámbito del presente en el que los seres humanos se desenvuelven. Este mundo representa tanto el tiempo como el espacio habitado por hombres y mujeres, fungiendo como un lugar de transición y puente cósmico en constante actualización. Todo lo que origina en el *Kay pacha* guarda correspondencia con los mundos superiores e inferiores, evidenciando la importancia del cuidado y la preocupación en las relaciones

con los demás. El equilibrio que se establece en este mundo resulta de la convivencia con los otros mundos.

El *Kay pacha*, conceptualizado como el mundo de las mediaciones, se manifiesta en la existencia del ser humano a través de los actos de los hombres y las mujeres. Todas las interacciones buscan relacionarse, complementarse y corresponder al cosmos. Por consiguiente, es imperativo que los humanos adopten una ética de cuidado y protección del presente, ya que esto irradia sobre los demás tiempos y mundos (Zenteno, 2009).

Estos mundos coexisten tanto en el macrocosmos como en el microcosmos, donde se fusionan la relacionalidad, la correspondencia, la complementariedad y la reciprocidad. Estos principios se entrelazan en el encuentro, que implica armonía, pero también conflictos. La relacionalidad, entendida como un encuentro con el otro, conlleva orden y desorden que interactuarán en el espacio y el tiempo, en busca de la sabiduría del buen vivir y la armonía con la Pachamama.

La relacionalidad también refleja la idea de multidimensionalidad, presente en los tres mundos, donde la interacción profunda entre las partes y el todo es esencial. Todos los elementos se integran, articulan y conectan en este entendimiento andino. Siguiendo la perspectiva de Pérez (2011), se comprende que a partir del principio de relacionalidad surgen los de correspondencia, complementariedad y reciprocidad, que actúan de manera coordinada en cada acto, momento y pensamiento, reflejando el pensar-sentir y el estar-hacer andino que atraviesa los tres mundos.

Dentro de esa concepción interconectada de la vida en el mundo andino, la realidad espiritual y sensitiva se revelan como dos facetas indisolubles, siendo dos caras de una misma moneda. Ambos elementos expresan la unión inquebrantable con la profundidad de la existencia, concebida por un único creador cuyo pensamiento de amor cósmico sin límites trasciende límites y fronteras, manifestándose en la materialidad.

En la cosmovisión andina, la espiritualidad constituye la base de la vida auténtica que va más allá de las barreras, propiciando el encuentro

entre lo tangible y lo intangible en la cotidianidad infinita. La espiritualidad se transforma en ternura y en un encuentro consigo mismo y con la otredad, donde el cuerpo actúa como expresión y mediación entre una historia pasada que persiste en el presente y proyecta hacia el futuro como una experiencia vital. Este espacio se define por el acto generoso de dar para que a nadie le falte, una acción que genera la circularidad del equilibrio, impulsada por la responsabilidad y la conciencia de que nada es posesión, sino un regalo que se recibe y, por ende, debe circular sin detenerse.

La visión andina, simbolizada en el agua como signo de vida, se representa en círculos concéntricos que denotan dos únicas *pachas* o extremos, conectando mundos interdependientes a través de un flujo constante que va y viene. En el *chawpi*, o punto de encuentro y equilibrio, se crea el momento sublime de nuestra existencia, también entendido como “el estado de nuestra conciencia”. Este espacio es una puerta a la sensibilidad, permite percibir lo que otros, al cerrarse a la espiritualidad, dejan de experimentar. Un escenario sagrado de plenitud conocido como *Sumak Kawsay*.

En esta filosofía se reconocen tres espacios fundamentales: Dios, la persona y la naturaleza, esta última considerada una expresión divina. La comunidad emerge como un espacio vital de encuentro y convivencia espiritual, donde estos distintos ámbitos interactúan. La espiritualidad se convierte en el punto de convergencia entre la vida y la muerte, la bondad y la maldad, la luz y la oscuridad, lo femenino y lo masculino.

La vida, concebida como una semilla —*muyu*—, muere para dar paso a una nueva etapa, fusionando la muerte con la vida. La espiritualidad actúa como el vínculo que une la vida terrenal y la eterna, representando un proceso relacional donde la *percepción unitaria* corresponde a la integralidad, unidad y diversidad de una entidad. En el mundo andino, la existencia no se presenta de manera singular, sino en una relación intrínseca y complementaria; no en busca de completitud, sino de unidad.

Cada elemento, ya sea creado o increado, recibe algo que debe ofrecer; romper este equilibrio da origen a la enfermedad, el dolor y la soledad.

Analizar la espiritualidad desde la perspectiva andina implica sumergirse en la interioridad exterior, reconocer que la vida plena solo puede alcanzarse mediante el Buen Vivir, la equidad y el encuentro tangible con la divinidad presente en cada Jesús de la calle. En el encuentro cotidiano se manifiesta constantemente la presencia de un Dios vivo que camina en nosotros y con nosotros, comunicándose de manera continua. Solo al vencer el miedo de entregarse, la persona puede percibir y comprender esta conexión espiritual.

La visión andina expuesta destaca una concepción holística e interconectada de la vida, donde la realidad espiritual y sensitiva son intrínsecas y representan dos aspectos indisociables. En este enfoque, la espiritualidad se erige como la base de una vida auténtica, trascendiendo barreras y propiciando el encuentro entre lo tangible y lo intangible. Este paradigma se manifiesta en la cotidianidad a través de la generosidad, la circularidad del equilibrio y la conexión con lo divino simbolizada en el agua y sus círculos concéntricos. La espiritualidad, entendida como un encuentro con la otredad y consigo mismo, se convierte en el vínculo entre la vida terrenal y la eterna. La integralidad, unidad y diversidad de la existencia se reflejan en una percepción unitaria, donde cada elemento contribuye a un equilibrio que, al romperse, genera desequilibrio y sufrimiento. La espiritualidad andina es un proceso relacional y multidimensional, donde la interacción profunda entre los distintos elementos busca la sabiduría del Buen Vivir y la armonía con la naturaleza. Este enfoque esencialmente espiritual se manifiesta en el encuentro cotidiano, presentificando la presencia divina en la vida diaria y abogando por una entrega sin miedo para percibir y comprender esta conexión espiritual.