



INTRODUCCIÓN

Somos analfabetos existenciales. Y no lo digo en sentido peyorativo ni crítico, sino para constatar una realidad, que simplemente se desprende de que –por ejemplo– apenas sepamos algo sobre nuestros sentimientos y emociones. Como ya indica el subtítulo añadido a la famosa obra del psicólogo, redactor científico del *New York Times*, profesor de Harvard y editor de *Psychology Today*, Daniel Goleman: *La inteligencia emocional. Por qué es más importante que el coeficiente intelectual*. Teniendo en cuenta, además y a este respecto, que contamos con varios tipos de inteligencias (hasta veinte); partiendo de las ocho famosas (lingüística, matemática, espacial, musical, corporal cinestésica, intrapersonal, interpersonal y naturalista) recogidas en la «Teoría de las inteligencias múltiples», del también psicólogo Howard Gardner, que asimismo señala que la vida humana requiere del desarrollo de varios tipos de inteligencia, mientras que lo que estamos haciendo, generalmente y hasta ahora, es supeditarla a una, la racional.

Existen muchas más excepciones a la regla de que el CI [Coeficiente de Inteligencia] predice del éxito en la vida que situaciones que se adapten a la norma. En el mejor de los casos, el CI parece aportar tan sólo un 20 % de los factores determinantes del éxito (lo cual supone que el 80 % restante depende de otra clase de factores) (Goleman, 2005, p. 50).

Por tanto, se puede decir que estamos en un estadio o situación similar a cuando tampoco sabíamos leer ni escribir –durante la mayor parte de nuestra existencia como especie– y lo que supuso ese hito tras-



cidental para nuestra especie, en divulgación, conocimiento, avances de todo tipo, etc. Siendo que, en este caso, me refiero a que nada ni nadie nos enseña a vivir, ya que –más bien– lo hacemos por inercia natural, imitación y alguna indicación. Pero así como hace unos seis mil años inventamos la escritura y, a partir de ahí, hemos podido expandir exponencialmente nuestra cultura; en cambio, existencialmente hablando resulta que hemos estado viviendo y todavía lo hacemos sin saber «leer» ni «escribir» los –sin embargo– llamados «renglones (torcidos) de la vida». Es decir y como ya escribí en el Volumen II de este Tratado, empleando otra expresión conocida, «no venimos al mundo con un manual de instrucciones»; pero lo que me interesa destacar ahora es que, aunque lo hubiese, tampoco sabríamos interpretarlo, asimilarlo y divulgarlo, tal y como venimos planteando y vivimos nuestra existencia, que es lo que expongo en este otro ensayo.

Sobre nuestra existencia apenas tenemos modelos o referencias educacionales y culturales, como sí ocurre en el caso de la comunicación y el lenguaje escrito. Pudiéndose hablar a este respecto prácticamente de los modelos religiosos y filosóficos; mientras que casi no hay propuestas ni tratamiento por parte de la ciencia. Algo que puede ser comparado con que no existiese gramática, semántica, semiótica, etimología y otros estudios sobre nuestra gran aptitud comunicativa, a través no solo del lenguaje sino también de la escritura, otras formas y medios.

En cambio, sobre nuestra existencia y vida estamos acostumbrados a evaluarnos con base en unos parámetros fruto de los valores sociales vigentes y de nuestro bagaje cultural; algo así como cuando, antes de la aparición de la escritura, la educación era transmitida –sobre todo– a través de la imitación y oralmente. De hecho y por ejemplo, si actualmente nos hacemos la pregunta de qué modelo o patrón es el mejor para un ser humano, muy posiblemente nos asaltarían, en primer lugar, los cánones de belleza física, pensando más concretamente en las pasarelas de moda o en los icónicos personajes que pueblan el llamado «papel couché», desde artistas a famosos. Muy posiblemente también, otro grupo de criterios para medir o indicar la optimización humana estarían



en torno al éxito: económico, empresarial, deportivo, artístico, etc. Pero si esa misma pregunta se refiriese al pasado o conjunto de la especie, los *sapiens idílicos* que se suelen señalar tendrían que ver, más bien, con los asuntos de creencias, sobre todo religiosas o ideológicas.

Por tanto, si preguntamos cuál o cuáles son las mujeres o los hombres «fetén» o «chapeau» en estos momentos, estaremos de acuerdo en que las y los modelos de pasarela, así como las y los artistas más populares coparían la lista, con alguna posibilidad también para casos de riqueza, éxito o poder. Mientras que, invocando a un ranking desde nuestros orígenes como especie, entonces las figuras que tendrían más opciones serían las de Jesucristo, Mahoma, Buda..., sobre todo para los creyentes religiosos; las del Che Guevara, Simón Bolívar, Lenin..., para los creyentes ideológicos; o las de carácter histórico, como Ciro el Grande, Alejandro Magno, Julio César, Cleopatra, Saladino o Gengis Kan, para los creyentes en el poder.

Con estos simples hechos, lo que ya asalta al razonamiento es por qué para establecer al hombre o mujer ideales, en el presente se eligen parámetros de belleza, éxito, fama o riqueza y, en cambio, si hacemos un balance diacrónico en el tiempo, entonces apelamos a criterios diferentes, que podríamos llamar o encuadrarlos en espirituales (líderes religiosos, ideológicos, históricos, científicos, literatos...). Precisamente, esta diferencia de criterio a la hora de señalar a nuestros modelos humanos es la que puede descubrir una distorsión, falta de criterios y de unanimidad a la hora de establecer cómo es el *ser ideal* o cuál es el *Sapiens Top Model*, que es lo que pretende abordar este Volumen IV del «Tratado Existencial sobre nuestra especie».

Haciendo otro repaso rápido, hasta ahora ha habido calificativos como «humano más inteligente» del mundo, que hasta hace poco correspondía a Stephen Hawking y diacrónicamente quizás a Albert Einstein; mientras que el hombre más atractivo suele andar entre actores (hasta hace poco George Clooney y antes Robert Redford) y la «Mujer 10» ha sido el título otorgado a Elle Macpherson, conocida co-



mo «supermodelo» y el apodo de «El cuerpo», o en la ficción a Bo Derek, en la película titulada precisamente *10 La mujer perfecta* (Blake Edwards, 1979). Por otra parte, los *sapiens* más ricos los suele recoger la lista de la revista *Forbes*, y el de las personas más influyentes del mundo la revista *Times*; mientras que el ranking del poder «oficial» se suele medir a escala política y de naciones, por lo que en estos momentos correspondería encabezarlo a los dirigentes de China, Estados Unidos o Europa.

Pero estas y otras referencias por el estilo no nos están diciendo ni orientado correctamente en cuanto a nuestra meta ideal, vital y existencial como seres humanos. Entendiendo aquí por «Ser», a efectos prácticos más que de definición exhaustiva, el conjunto de nuestras dimensiones básicas: la biológica –correspondiente al cuerpo–, la socio-cultural –o identidad (linaje, educación, roles...)– y la espiritual –referente a la mentalidad, cosmovisión, pensamientos.... Mientras que, en este planteamiento, «Existencia» (lo que es o existe) viene a suponer nuestra presencia y duración en el orden biológico; y «Vida» lo que pone en marcha y mueve el desarrollo de nuestra existencia biológica. Además, para no confundir y andar con especificidades de género, se trata de nuestra especie en general, procurando –por tanto– que la referencia resultante sea aplicable indistintamente tanto a mujeres como a hombres, ya que consiste en un modelo existencial general e igual para todos. Por eso que el título se refiera a los «sapiens», es decir, a nuestra especie; mientras que «top model» trata de ejemplificar qué tipo de Ser (humano) debería conformarse con base en las mejores características o más adecuadas en cada una de nuestras dimensiones vitales y existenciales fundamentales e interdependientes mencionadas. En pos de este objetivo, trato de ofrecer una *concepción integral del Ser humano*.

Comparativamente y ya de entrada, dos de nuestras dimensiones existenciales están más tratadas y atendidas, pues se sabe mucho sobre salud biológica y también respecto al ámbito social; por lo que no pretendo –como se suele decir– que «llueva sobre mojado» ni abordar estos asuntos en los que hay bagajes contrastados (con expertos, cono-



cimientos contrastados y experiencia). Lo que básicamente planteo es llamar la atención sobre la dimensión existencial que menos suele tenerse en cuenta ni aparece en los asuntos humanos mundanos; pero que, sin embargo, es la que posiblemente determina más nuestro Ser.

Sin pararnos a tratar aquí el número o las características de cada una de nuestras dimensiones existenciales, algo que se aborda más en profundidad en el Volumen V de este Tratado; se puede decir que, en resumen y dentro del escaso debate científico, hay más en común que disensiones o desacuerdos sobre la *conformación tridimensional de nuestro Ser*. Siendo precisamente el gran hándicap a este respecto la falta de atención por parte de la ciencia a nuestra dimensión menos tangible. Confiando, de todas formas, en que sea fácil o no cueste mucho admitir que somos biológicos –y por eso tenemos cuerpo–; que también somos individuos socioculturales –y por eso tenemos identidad (linaje, adscripciones, estatus, valores, creencias, etc.)–; y que también somos energía y otras cosas que aún no conocemos, pero que gracias a ello tenemos espíritu, consciencia, mente, personalidad, carácter y demás características propias, como son nuestros pensamientos, ideas, mentalidad, imaginación, sueños, ética, libre albedrío, etc.; eso sí, menos tangibles, visibles o notorias que las que operan en las otras dos dimensiones existenciales más reconocidas, pero que igualmente nos definen como seres. Este punto de partida, que insisto no debería suponer problemas de planteamientos o enfoques compartidos, resulta crucial para entender la siguiente exposición sobre el *modelo de sapiens* que estamos conformando, tanto a nivel de especie como individual.

De este modo, la cuestión e *hipótesis* principal que planteo aquí es que nuestro ideal existencial vigente se centra en dos de nuestras dimensiones y obvia a la otra. Por lo que, sin ir más lejos y con lo comentado hasta ahora, ya se puede decir que *el modelo actual de ser humano tiene carencias o no está completo, no es integral, es parcial y, por tanto, sesgado, no objetivo sino subjetivo*, hablando sobre todo en este caso de subjetividad (mejor dicho, no objetividad) grupal y cultural.



Por tanto, este otro ensayo sobre nuestra especie viene a constatar que, tanto colectiva como individualmente, *tenemos un desequilibrio y desajuste importantes a la hora de conformar nuestro respectivo ser, vida y existencia*; ya que, contando que estamos conformados por esas dimensiones básicas –la biológica, la sociocultural y la espiritual–, resulta que esta última está menos desarrollada y considerada que las demás. De hecho, mientras que la llamada Revolución científica ha supuesto «un antes y un después» en nuestra historia y existencia como especie, afectando positivamente a nuestro estado en materia de salud y bienestar social (es decir, a dos de nuestras dimensiones básicas); en cambio, apenas se ha encargado de la parte etérica del mismo, aunque también sea fundamental. Por lo que, sobre todo, esta exposición trata de ser una llamada de *atención para que nos (pre)ocupemos del (sub)desarrollo de nuestra dimensión espiritual, tanto a nivel particular, colectivo y científico*. Dicho de modo alegórico, como especie –lo que también repercute a los miembros de la misma– experimentamos una «bulimia» en las dimensiones de nuestro Ser correspondientes a lo biológico y sociocultural; al mismo tiempo que una «anorexia» con respecto a nuestra dimensión espiritual. Siguiendo con la alegoría médica, también se podría decir que padecemos un «estreñimiento» en nuestro desarrollo existencial que, de continuar así, puede afectarnos gravemente; por lo que este trabajo también se postula como un posible tratamiento (a modo de «laxante») para dicha afección humana.

Con base en todo ello, trato de desarrollar un sencillo *modelo de análisis integral* de nuestra existencia, que procura el equilibrio en cada una de sus dimensiones y entre las mismas. Así como también *otra cosmovisión existencial*, la cual comparo con un *giro platónico-copernicano*, atendiendo directamente a nuestra fuente de energía vital y no a sus sombras o proyecciones, logrando además que nuestras vidas dejen de girar en torno a las modas imperantes, basadas en los dimensionamientos actuales más acusados, tanto en lo biológico como en lo sociocultural; proponiendo que sea nuestro espíritu (individual e intransferible) el eje sobre el que se integra y desarrolla más adecuadamente el Ser humano, su vida y existencia.



Empleando otra alegoría, en esta ocasión con el cuento de *Aladino y la lámpara maravillosa*, pretendo indicar la forma de poner en valor nuestras principales esencias, hoy en día «enfrascadas» o encerradas en nuestra «zona de confort» como especie; para lo cual, solo hace falta percatarse de que la dimensión espiritual forma parte de nosotros y que, por tanto, tiene su función y desarrollo propios, que no podemos obviar como hasta ahora. sino «frotarla» (atenderla) y se manifestará en cada uno de nosotros y también a nivel o escala general.

Más en el ámbito real, concretamente de la enseñanza, a la que me dedico profesionalmente, en este ensayo pretendo ofrecer una especie de «catón existencial», con el objetivo de alfabetizarnos también un poco más en algo tan básico como es nuestro modo de vivir. Así que, en las siguientes páginas, espero ofrecer un «abc» o unas líneas básicas para que cualquier persona pueda hacer alguna lectura existencial y, también, «escribir» mejor (o menos torcidos) los «renglones» de su vida.

La vida está sembrada de altibajos, pero nosotros debemos aprender a mantener el equilibrio. En última instancia, en las cuestiones del corazón es la adecuada proporción entre las emociones negativas y las positivas la que determina nuestra sensación de bienestar (Goleman, 2005, p. 77).