



Manolo Guallart

Recuperemos nuestra humanidad

Por Mariano Iavarone
Asistente social y
psicólogo

Desde hace muchos años se viene dando cierta unanimidad cuando describimos en clave negativa el actual contexto socio-cultural de Occidente. Se pone muy de relieve una fragmentación generalizada y un progresivo empobrecimiento de las relaciones. Tal escenario no rechaza sino que, al contrario, valoriza las experiencias de solidaridad subsistentes, pero no se puede negar que la calidad de vida, individual y comunitaria, está en declive. De aquí o allá llegan gritos de alarma por la crisis de identidad o por los daños psíquicos y relacionales que se derivan de la tendencia al aislamiento o el «miedo al otro». Al mismo tiempo cada vez más se difunde la convicción de que hay que cambiar de estilo de vida.

Avances neurocientíficos relativamente recientes dicen que la persona está genéticamente predispuesta a las conexiones sociales. Entablar relaciones es una necesidad evolutiva irrenunciable, igual que lo es nutrirse. Tenemos constancia de que el cerebro es un órgano relacional: «las conexiones humanas plasman las conexiones neuronales, ambas contribuyen al desarrollo de la mente» (Siegle, 2013). Y para confirmar las varias teorías psicológicas sobre la necesidad que tiene el recién nacido de un adecuado desarrollo físico-sensorial como base de su desarrollo, hoy sabemos –gracias al concepto de neuroplasticidad– que el

impulso a la relacionalidad es una necesidad que perdura durante toda la vida, ya que las modificaciones de las conexiones cerebrales son continuas, bajo el influjo de las experiencias de relación (Doige, 2007).

En el frenesí consumista que está caracterizando la época hipermoderna, que tiende a medicalizar el malestar y hacerlo objeto de terapias farmacológicas, cabe decir que la soledad es la matriz o el acelerador de los trastornos mentales y la desorientación existencial. Según datos de la OMS de 2019, la depresión es la primera causa de incapacidad a nivel global, y detrás de la depresión siempre está el fracaso de las relaciones como causa aparejada a otra.

Hoy, más que nunca, es necesario preparar e invertir en lugares de agregación afables para reactivar el potencial relacional propio del ser humano, porque si lo descuidamos, traicionaremos su misma esencia al despersonalizarlo y aniquilarlo. Para que recuperemos humanidad, es necesario arremangarse y construir una sociedad de confianza organizando lugares y estrategias donde podamos experimentar relaciones positivas, recordando que «la puerta de acceso a modalidades más humanas, íntegras y lúcidas en el modo de ser y vivir las relaciones son los eventos de acogida» (Mancini, 2017).