

EL COACHING Y LA ESPIRITUALIDAD

De qué estamos hablando cuando decimos “espíritu”

El espíritu y la demanda de plenitud y sentido

Un paréntesis sobre la limitada y frágil condición del ser humano

Cómo el coaching dialógico ayuda a vivir una vida espiritual, es decir, humana

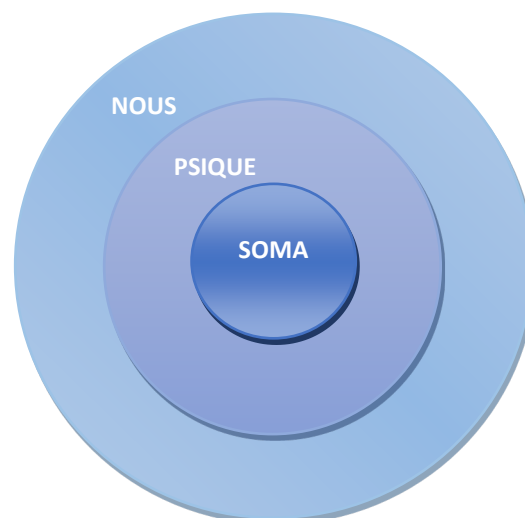
¿Qué relación hay entre la práctica del coaching y la espiritualidad? ¿Qué papel desempeña dentro de nuestro modelo de coaching dialógico esa dimensión de la persona que llamamos lo espiritual? ¿Qué aporta el coaching dialógico desde el punto de vista del cultivo de la vida espiritual, y viceversa? Son cuestiones que intentaremos abordar en el presente escrito, sobre la base de que un modelo de coaching bien fundamentado antropológicamente no debe soslayar ningún plano o dimensión de la persona.

El primer paso es aclarar qué entendemos por espiritualidad y por espíritu. La primera designa el universo de lo espiritual, de lo relativo al espíritu. La pregunta es, pues, en definitiva, qué es el espíritu. Y como este es una dimensión entre otras de la persona, empezaremos por esclarecer qué lugar ocupa el espíritu dentro del conjunto del ser humano y cómo se relaciona con el resto de dimensiones del mismo.

De qué estamos hablando cuando decimos “espíritu”

La persona es, en primer lugar, una unidad psicósomática, el “entreveramiento” de dos subsistemas: organismo físico y psique. Por lo primero (*soma*), la persona es un *ser corpóreo* (y no un ser que *tiene un cuerpo*); desde lo segundo -su psiquismo-, es un ser afectado por la realidad y capaz de responder a ella. Pero esta unidad no es aún lo propio de la persona, pues la encontramos también en los animales. En la persona hay un *plus* que hace de ese cuerpo y esa psique *realidades personales*¹. Ese plus es precisamente el espíritu.

Se podría representar así:



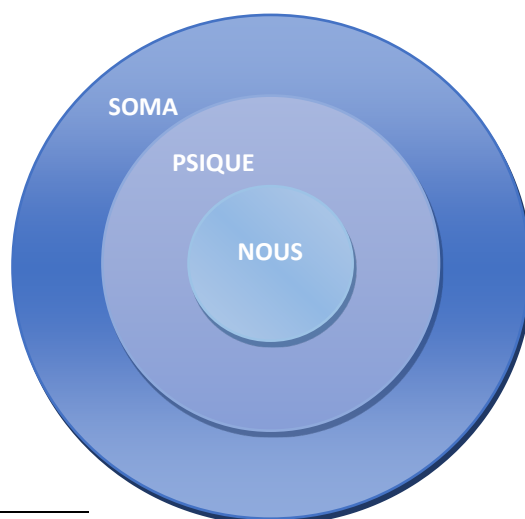
¹ Cf. Xosé Manuel Domínguez Prieto, *Psicología de la persona. Fundamentos antropológicos de la psicología y la psicoterapia*. Palabra, Madrid, 2011, p.54.

Queda expresado de esta manera cómo el espíritu (*nous*) abraza, unifica e integra las otras dos dimensiones, haciendo de ellas un cuerpo y una psique personales.

Por eso el cuerpo y la psique humanos son realidades espirituales o espiritualizadas, y no hay actividad realizada por la persona que no sea espiritual. Comer, por ejemplo, no es simplemente la consecuencia de una servidumbre biológica, que concerniría únicamente al nivel más básico de la persona -lo somático-. Por supuesto, también está presente lo psíquico, por medio, por ejemplo, del agrado que nos producen los sabores, o las diversas sensaciones que nos acompañan durante la comida. Pero, además, al comer nos comunicamos con aquellos con quienes compartimos mesa, nos sentimos unidos a ellos e incluso a aquellos otros que no estando físicamente presentes lo están sin embargo de alguna manera a través de los alimentos que sin su concurso no habrían llegado a nosotros. Todo el hecho de comer está abrazado, pues, por la vida espiritual. Claro que podríamos llenar nuestros estómagos sin pretender más que la satisfacción de una necesidad material; entonces realmente estaríamos comiendo como los animales, lo que hasta en la forma de hacerlo probablemente se haría patente. No digamos nada del terreno afectivo y sexual. Cultivar, por lo tanto, la espiritualidad es cultivar lo más humano que hay en el hombre, es hacer crecer su humanidad.

Pero también se podría invertir el orden, para situar el cuerpo (*soma*) en la parte más externa y el espíritu en el núcleo más recóndito de la persona, pues efectivamente en esta hay exterioridad e interioridad, *fuera* y *dentro*. El cuerpo es ese “fuera”, es lo primero de mí de lo que tiene experiencia el otro: ve mi cara, oye mi voz, estrecha mi mano... Pero *dentro* de esa persona que se nos presenta por medio de su cuerpo están ocurriendo cosas: pensamientos, deseos, miedos, esperanzas, decepciones, ilusiones, recuerdos... Todo un mundo interior riquísimo cuyo centro unificador es el espíritu; ese núcleo misterioso que mentamos cada vez que decimos “yo”, “me”, “mí”² y que nos permite también decir, en un ejercicio de solidaridad desconocido para cualquier animal: “nosotros”

El cuerpo, conviene advertirlo, no funciona como una carcasa, ni como un habitáculo en el que estaría alojado el espíritu. Todas las dimensiones de las que estamos hablando se entrelazan formando una unidad compleja que es la persona. En este sentido, el cuerpo no es el vehículo en el que viaja la persona, sino la persona misma en su visibilidad. Por eso, a través de esa dimensión más exterior de mi persona que es mi cuerpo, se manifiesta mi interioridad a los que me rodean. En la palabra, en la mirada, en las acciones, se hace presente toda mi persona. Como dice Levinas, el rostro es la manifestación del otro, su epifanía.



² Lo que en el lenguaje bíblico se denomina como el corazón.

Por eso, el cuerpo humano no es un cuerpo animal más; es un cuerpo personal, cuyo sentido y valor no puede esclarecerse desde la biología. Si pretendemos entender, por ejemplo, el fenómeno profundamente humano de la sonrisa, no podemos quedarnos en una descripción - por pormenorizada y exacta que sea- de los músculos de la cara involucrados, de su fisiología, e incluso de lo que sucede en el sistema nervioso cuando sonreímos. Eso no nos permitiría comprender lo que ha pasado a un nivel antropológico profundo cuando, por poner un caso, una persona se vuelve hacia otra que acaba de tratarla injustamente, y de un modo inesperado, le devuelve una sonrisa franca y sin doblez³.

Y tampoco la psicología tiene la última palabra sobre el psiquismo humano, que es un psiquismo personal⁴. Continuando con el ejemplo de la sonrisa, seguiríamos sin comprender el hondo sentido de lo sucedido si no fuéramos más allá de los mecanismos psicológicos que sin duda están implicados pero que son solo una parte de la historia. Solo si entendemos que esa sonrisa es mucho más que la respuesta a un estímulo, mucho más que el efecto de una serie de causas escondidas en los vericuetos del psiquismo humano, y mucho más que el resultado de mover de una determinada manera un conjunto de músculos de la cara (muchos menos, por cierto, según dicen, de los que son necesarios para manifestar enojo), solo entonces habremos captado un poco de la esencia de lo que es sonreír. Para empezar, no es mi cara la que sonrío, sino yo quien te sonrío, y al hacerlo te acojo, te abrazo, te acepto, te transmito mi disponibilidad, mi apertura a ti, incluso aunque no lo merezcas, incluso aunque la respuesta psicológicamente más esperable hubiera sido una mueca de desprecio y la apertura de hostilidades. Todo este conjunto de acciones realizadas al sonreír nos introduce en el mundo del espíritu, que no prescinde de lo somático ni de lo psíquico, sino que por el contrario lo incluye y va más allá.

Por eso, la falla en que incurren muchos de los que hablan de inteligencia emocional, tema tan en boga en los ámbitos empresarial y educativo, es precisamente explicar lo afectivo desde la psicología y la neurofisiología -psique y soma-, dejando a un lado lo espiritual. La misma falla que encontramos en muchos modos de entender y practicar el coaching.

La dimensión espiritual unifica a la persona, como se aprecia en el ejemplo de la sonrisa (“no es mi cara la que sonrío, soy yo quien te sonrío”), y hace que se posea a sí misma. Permite a la persona distanciarse de lo psicofísico, salirse o separarse de sí y enfrentarse a sí misma, dominando su propia realidad. Es el reino del señorío de sí, de la libertad, en donde por muchos condicionamientos físicos y psicológicos que haya -y los hay- existe la posibilidad de optar, de autodeterminarse, de elegir y de elegirse, de escoger el rumbo de la propia existencia.

Así se comprende bien el papel determinante que la espiritualidad juega en cualquier modelo de *coaching*, aunque sólo si lo hacemos explícito y nos ajustamos a la lógica de la vida del espíritu podremos ejercer un *coaching* a la verdadera altura del ser humano. Pulsamos de lleno los resortes de la espiritualidad al invitar al *coachee* a tomar conciencia de sí, a distanciarse de sí

³ Ocurre otro tanto, por ejemplo, si tratamos de explicar el sentido y valor de la sexualidad desde una descripción puramente biológica, incurriendo en una visión reductiva y miope de la misma, que conseguimos superar conectándola con el significado antropológico profundo que tiene en la vida de cada cual: el cuerpo sexuado nos habla de que somos seres hechos para amar y ser amados, y para vivir y dar vida. Esto es, nos habla del sentido profundo de nuestras vidas situándonos en el plano de la espiritualidad.

⁴ Cf. Xosé Manuel Domínguez Prieto, *Psicología de la persona*, cit., p. 58.

mismo para poder observar lo que le pasa, lo que hace y quién es. También cuando insistimos en la libre asunción de aquellos valores que deben orientar sus decisiones. Y sobre todo cuando le planteamos la pregunta por el sentido, por un sentido que unifique, integre y dé plenitud a su vida. La búsqueda de plenitud y sentido es quizá lo más propio de la vida espiritual y ahondamos en ella a continuación.

El espíritu y la demanda de plenitud y sentido

Gracias a su espíritu, la persona es capaz de necesitar, pretender y buscar una plenitud que está más allá de la mera satisfacción de sus necesidades corporales y psicológicas. Esto es, más allá de sus deseos o querencias concretas, la persona es en sí querencia, anhelo de una plenitud que no se alcanzaría ni siquiera cumpliendo cada uno de aquellos deseos. Este anhelo de existir en plenitud, esta voluntad de ser, este anhelo de cumplimiento pleno de aquello que se es, esta sed espiritual, en definitiva, se expresan en varias direcciones⁵:

- a) La persona desea vivir en unidad y armonía todas sus dimensiones -cuerpo, inteligencia, afectividad, voluntad-: *anhelo de unidad* e integración personal.
- b) Busca la verdad en la vida y la vida en la verdad: *anhelo de verdad*.
- c) Desea la integridad moral, tanto en sí misma como en los demás: *anhelo de bien*.
- d) No podría vivir -al menos una vida humana- sin contemplar y gozar de las cosas hermosas: *anhelo de belleza*.
- e) Desea relacionarse y encontrarse con los demás: *anhelo de amor* y unidad.

El coaching dialógico conecta con todos estos anhelos: busca una mayor verdad invitando a penetrar en la realidad de la persona, en sus vivencias más profundas, y a explorar el territorio saliendo de los prejuicios o marcos de referencia que nos ocultan información importante; busca un mayor bien y mayor sentido al discernir nuevos caminos y objetivos más acordes con la plenitud de la vida del *coachee*; busca, mediante el juego, las metáforas, los símbolos y la dramatización, explorar la realidad y la propia interioridad del *coachee*, así como inventar alternativas y posibilidades insospechadas pero ilusionantes y fecundas; y acompaña al *coachee* en su camino como ser de encuentro para dotar del mayor sentido posible cada una de las situaciones de su vida.

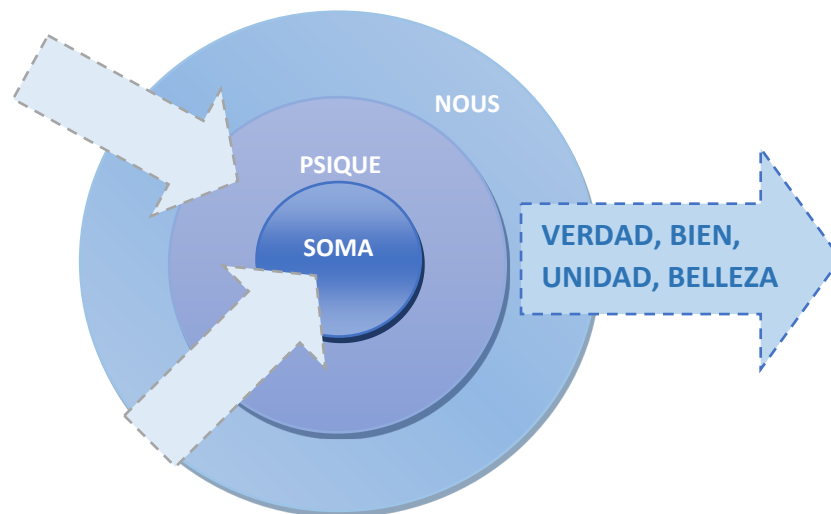
MÓDULOS	DIÁLOGOS ANTROPOLÓGICOS	ANHELOS
1. Bases del CD	Cosmovisión del hombre actual	PLENITUD, UNA VIDA GENUINAMENTE HUMANA
2. Desvelar el sentido	El asombro y la búsqueda de sentido	VERDAD/BIEN/UNIDAD/SENTIDO
3. Desvelar el ser	Facultades y dimensiones de la persona.	VERDAD
4. Desvelar las relaciones	La dimensión relacional de la persona y el encuentro	UNIDAD
5. Transformar límites en orillas	El coaching y los valores. El sujeto logrado	BIEN

Por otra parte, también la *experiencia del límite y la vulnerabilidad*, que el coaching dialógico afronta, espolea el anhelo de plenitud y sobre todo la exigencia de un sentido, hablándonos de esta dimensión espiritual. Un límite que se hace presente a través de:

⁵ Cf. Xosé Manuel Domínguez Prieto, *ibid.* p. 66.

- a) La experiencia del desencuentro.
- b) La experiencia del fracaso, la fragilidad física, la enfermedad y la muerte.
- c) La experiencia del error, la mentira, la injusticia y la fealdad.
- d) La necesidad de perdón para poder asumir los propios errores.
- e) La exigencia de una justicia que resarza a las víctimas de la historia.

Se ve rápidamente que en las esferas somática y psíquica el ser humano vive para sí y tiene su centro en sí. Tiene hambre y come; se siente solo o herido y busca afecto y consuelo en la compañía de los otros, y así sucesivamente. No ha salido de su yo, y no hay por supuesto razones para reprochárselo. Mas en la esfera del espíritu nacen impulsos o movimientos en el sentido inverso, que llevan a la persona a ponerse entre paréntesis a sí misma, a poner el centro de su existencia fuera de sí misma, a salir de sí. Esta es la dinámica del espíritu. Una dinámica de éxodo⁶, esto es, de abrirse a lo que no soy yo. Es lo que sucede en todos los ámbitos que pertenecen al reino del espíritu: en la búsqueda del conocimiento, en las experiencias ética y estética, etc.



Buscamos la verdad, el bien, la belleza y la unidad dentro de nosotros mismos y con los demás no porque a través de ellos satisfagamos alguna necesidad nuestra, sino por ellos mismos, por el magnetismo que ejercen sobre nosotros, sobre nuestro espíritu. Buscamos, por ejemplo, la verdad, no solo porque los conocimientos nos sean útiles y nos ayuden a cumplir alguno de nuestros fines, aunque sea así, sino porque la verdad es en sí misma deseable, es una de esas realidades que tienen en esta vida la categoría de fin en sí⁷. La verdad despierta en nosotros una curiosidad constante que nos hace penetrar cada vez más en la realidad tratando de desentrañarla y comprenderla. Buscamos no solo verdades parciales como las que nos ofrecen las ciencias llamadas precisamente particulares, sino una verdad totalizante, sobre las relaciones de todas las cosas entre sí, sobre el significado de la realidad como un todo. Por eso nació esa otra formidable iniciativa del espíritu humano, junto con la ciencia empírica, que es la filosofía. Sin embargo, ya sus primeros promotores se dieron cuenta de que cuanto más ahonda el espíritu en el conocimiento de la realidad, con tanta mayor lucidez se percibe la magnitud de lo que se ignora y lo inacabable de ese esfuerzo.

⁶ Del lat. exōdus, y este del gr. ἔξοδος, salida.

⁷ Ya Aristóteles señalaba que todos los hombres “apetecen naturalmente saber”.

Lo dicho de la verdad podría decirse también de los otros anhelos, aunque de un modo particularmente claro en el caso de la belleza. Se advierte con especial nitidez cómo en la contemplación de una realidad bella -un paisaje natural, el rostro de una persona, un acto heroico de bondad, una pieza musical, una poesía, un relato literario...- nos olvidamos de nosotros mismos, nos quedamos *extasiados*, como a veces se dice quizá sin saber que se está describiendo rigurosamente la situación. Se aprecia también cómo la belleza no tiene relación directa con la utilidad, con nuestros fines; es un fin en sí. Y cuando nos dejamos arrebatados por ella experimentamos una alegría muy honda, una cierta sensación de plenitud... eso sí, pasajera e inasible.

Así que parecería que estos anhelos apuntan a una plenitud que sin embargo nunca llegamos a alcanzar total y definitivamente. Una de dos: o estas exigencias son la puerta a la mayor frustración que pueda experimentarse y el signo de estar desastrosamente constituidos, una broma macabra sin ninguna gracia, o son la rampa de lanzamiento a una trascendencia, a algo que está más allá de nosotros mismos y en donde estas exigencias hallarían su cumplimiento. Pues, en efecto, nada en la realidad que nos circunda, y ni siquiera la realidad entera, parece estar en condiciones de satisfacerlas. Nada que pueda apagar, como hemos visto, nuestras ansias de verdad, bien, unidad, belleza.

Por supuesto, siempre es posible asumir la primera de esas dos posibilidades; y como es imposible vivir así, bajo la premisa de que aquello que más ansío no me será concedido, la única salida es la alienación. La alienación radical en forma de suicidio físico, o el suicidio incruento en forma de renuncia a la vida espiritual, mediante el cercenamiento de eso que hemos llamado el *nous*. Es a lo que equivale reducir la propia actividad y aun nuestro proyecto vital a la satisfacción de las necesidades primarias (*soma*) y a la consecución de un puro bienestar afectivo y emocional (*psique*). Sin llegar a ninguna de estas dos radicales y definitivas opciones, la tentación de dar la espalda siquiera temporalmente a nuestros anhelos espirituales nos ronda a todos en muchos momentos.

La vida espiritual consiste en aventurarse más allá de esa realidad que de entrada parece negarnos la plenitud que nuestro corazón ansía, pero que si nos fijamos mejor es un signo de que hay algo en otra parte en donde esa ansia puede quietarse.

Giussani pone un ejemplo clarificador⁸: imaginemos, como si de un argumento de película se tratara, un niño pequeño que fuera a parar después de un naufragio a una isla desierta en la que consiguiera sobrevivir a base de comer frutas y plantitas. Pasa el tiempo y el niño se convierte en adolescente, y comienza a experimentar la exigencia de algo que no es capaz de imaginar. “¿Será que hay una piedra más grande que estas, una fruta más jugosa y más dulce, un pez más imponente, una estrella más luminosa...?”— se pregunta. Puede que aquello que sacia el vehemente deseo que ha surgido en él se parezca a esas cosas que ve en torno: “Lo que yo quiero son todas estas cosas, pero más grandes, más imponentes, más... más... ¡No...! ¡Es otra cosa lo que quiero!”. Por supuesto, es otra cosa... Una mujer... Pero cómo imaginarla si jamás ha visto nada más que esas piedras, esas frutas... Siendo lógico debería deducir que hay algo en alguna parte que corresponde a esa exigencia y que no coincide con ninguna cosa de las que tiene a su alcance. Que ese algo existe está implícito en el dinamismo que se ha desatado dentro de él. La realidad que el muchacho capta se revela incapaz de satisfacer su anhelo, pero al mismo

⁸ Cf. Luigi Giussani, *El sentido religioso*, Encuentro, Madrid, 1998, p. 166.

tiempo es signo que remite más allá de sí misma, fuera de la isla, donde existe aquello a lo que apunta ese deseo.

La persona espiritual es la que no acalla el anhelo, la que no se anestesia administrándose la morfina de una existencia centrada en la satisfacción de sus necesidades más básicas, o sea, centrado en sí mismo, mirándose al ombligo⁹. Por eso, está en búsqueda, a la expectativa, abierta al misterio y, por lo tanto, con su capacidad de asombro intacta¹⁰.

Algo, por cierto, sí puedo inferir acerca de la naturaleza de esa realidad más allá de las cosas que veo y que sería capaz de colmar mi deseo de plenitud. En este mundo, "... nunca percibirá y vivirá el hombre una experiencia de plenitud como puede hacerlo frente al *tú*. Algo distinto, por naturaleza propia diferente de mí, *otra* cosa, me llena y me realiza más que cualquier experiencia de posesión, de dominio, de asimilación"¹¹. Esta experiencia es lo que llamamos el encuentro o, en otros términos, la experiencia de amar y ser amados. Si hago memoria, todos los momentos de felicidad más intensa que he podido paladear en esta vida son momentos en los que he salido de mí, he puesto el centro de mi existencia fuera de mí, me he trascendido; momentos, en definitiva, de encuentro con lo que no soy yo, con *lo otro*, y especialmente con *el otro*, el *tú*. Por lo tanto, aquello donde se puede satisfacer mi anhelo de plenitud, mi ansia de vida plena, debe de ser también una experiencia de encuentro con un *tú*, pero no un encuentro cualquiera, sino un Encuentro con mayúsculas. Un encuentro como los de aquí, pero mucho más verdadero, más intenso, más profundo, más pleno...

Los encuentros que experimento, en efecto, son como un bellissimo pero fugaz destello; son una plenitud maravillosa que rozo con las yemas de los dedos antes de que se escape otra vez; son, en suma, muy vulnerables; están muy expuestos a circunstancias y acontecimientos que los erosionan. Al "éxodo" o salida de mí que implica todo encuentro con el *tú* se opone pendularmente en el instante siguiente el movimiento contrario de repliegue sobre el ego, por lo que nuestros encuentros con los otros se tornan a veces con mucha facilidad en desencuentros. Por no hablar de la amenaza de absoluta disolución que pesa sobre nuestros encuentros por el hecho ineluctable de la muerte, la de aquellos que amamos y la nuestra propia.

Así que intuimos que la plenitud y el sentido están en el encuentro y el amor, pero experimentamos al mismo tiempo la insuficiencia de nuestros encuentros y la limitación de nuestro amor. Es como si en cada relación o encuentro verdaderos con un *tú* humano estuviéramos anhelando un *Tú* infinito, un Encuentro capaz de colmarnos. Así lo piensa Martin Buber, para quien toda experiencia de encuentro con un *tú* finito está atravesada por una "noble nostalgia del *Tú* eterno"¹². Ernesto Sábato, que experimentó dramáticamente la extrema

⁹ "La pérdida espiritual consiste en que en el hombre muere todo amor (...) El yo rompe toda relación con el *tú* y se empeña en hacer consistir su existencia exclusivamente en sí mismo" (Ferdinand Ebner, *La palabra y las realidades espirituales*. Caparrós, Madrid, 1995, p. 114).

¹⁰ La forma en que se suele manifestar corrientemente la vida espiritual es la religiosidad. Por supuesto, también la persona que busca el sentido último de las cosas a través de la reflexión filosófica o de la experiencia estética vive la vida del espíritu. Pero en todo caso, en la búsqueda de respuestas para sus preguntas fundamentales el ser humano choca con un límite que sus capacidades naturales no saben o no son capaces de atravesar. A partir de ese punto comienza la búsqueda religiosa de la humanidad, bajo todos sus multiformes aspectos y variedades. El ser humano, en las religiones, busca la trascendencia, el infinito, lo Absoluto.

¹¹ F. Ebner, *ibid*, p. 167.

¹² Cit. por Juan Luis Lorda, *Para una idea cristiana del hombre: aproximación teológica a la antropología*, Rialp, Madrid, p. 160. Cf. Martin Buber, *Yo y Tú*, Caparrós, Madrid, 2005: "Las líneas de las relaciones,

vulnerabilidad de nuestras relaciones personales en la muerte de su hijo Jorge, describe la búsqueda espiritual que emprendió después de ese acontecimiento justamente como la búsqueda de un Tú eterno: “no buscaba a Dios como una afirmación o una negación, sino como a una persona que me salvara, que me llevara de la mano como a un niño que sufre”¹³.

Algo parecido manifiesta el poeta Rainer M^a Rilke; él se refiere al amor entre hombre y mujer, pero lo que describe está de alguna manera en la entraña de cualquier relación humana profunda: “Dos infinitos se encuentran con dos límites; dos infinitamente necesitados de ser amados se encuentran con dos frágiles y limitadas capacidades de amar. Y sólo en el horizonte de un amor más grande no se devoran en la pretensión, ni se resignan, sino que caminan juntos hacia una plenitud de la cual el otro es signo”. Es hacia este horizonte hacia donde se mueve el espíritu impulsado por la dinámica del signo¹⁴: las realidades con las que me relaciono, incluidas las personas, despiertan en mí anhelos que no son capaces de colmar, pero hacen que el espíritu busque algo más consistente que ellas y de donde reciben lo que tienen de verdaderas, buenas y bellas.

Profundicemos ahora un poco más en el límite y la fragilidad a las que alude Rilke.

Un paréntesis sobre la limitada y frágil condición del ser humano

“La persona no solo consiste en capacidades puestas en marcha hacia su plenitud desde un sentido, sino también en falibilidad, labilidad, menesterosidad: junto a la *poética* de la persona es necesaria una *pathética* de la persona”¹⁵. Esto, una rigurosa y profunda *patética de la persona*, es capítulo esencial en la fundamentación de nuestro modelo de coaching dialógico.

Si en el ser humano encontramos ese anhelo de plenitud es porque no está lleno, terminado o completo. No tiene, como los animales, un ser ya acuñado y estable, sino que es posibilidad siempre abierta. Esta, la apertura, es una categoría fundamental para comprender a la persona. Justamente por eso la inseguridad y la labilidad¹⁶ son sus compañeras de viaje, y signo de su condición de persona. ¿Sientes constantemente el peso de la incertidumbre, y te viene a ratos una sorda nostalgia de que la vida tiene que ser algo más...? Pues no te preocupes: eres persona; estás bien hecho. No son síntomas patológicos, sino indicios de tu condición espiritual. Lo insano

prolongadas, se encuentran en el Tú eterno. Cada Tú singular es una mirada hacia el Tú eterno. A través de cada Tú singular la palabra básica se dirige al Tú eterno” (p. 69). “El sentido del Tú no puede saciarse hasta que encuentra el Tú infinito” (p. 73).

¹³ E. Sábato, *Antes del fin*, Seix Barral, Barcelona, 2005, p. 159.

¹⁴ “Una cosa que se ve y se toca, y que al verla y tocarla me mueve hacia otra cosa, ¿cómo se llama? Signo. El signo, por tanto, es una experiencia real que me remite a otra cosa. El signo es una realidad cuyo sentido es otra realidad distinta; una realidad experimentable que adquiere su significado al conducir a otra realidad diferente” (L. Giussani, *op. cit.*, p. 161).

¹⁵ Xosé Manuel Domínguez Prieto, *Psicología de la persona*, cit., p.83. En otros modelos de coaching o en ciertos programas de desarrollo de liderazgo se observa a veces un excesivo énfasis en la *poética de la persona* (del gr. ποιήσις -creación, producción-, y este a su vez de ποιέω: hacer o crear), esto es, en lo que el sujeto es capaz de hacer, sus talentos o dones personales, con vistas a alcanzar una vida lograda, como si todo dependiera de él y de movilizar adecuadamente sus fuerzas y potencias naturales. En dos palabras, lo que le hace sentirse grande y capaz. Lo que lo hace excesivo es su unilateralidad o parcialidad: falta incluir aquello que la persona no hace o elige, sino que le pasa, lo que le toca sufrir. Todo aquello que no puede controlar y que le hace vulnerable; lo que le hace sentirse pequeño y limitado. Por eso hablamos de “*patética*” de la persona (del gr. πάθος, pasión, sufrimiento).

¹⁶ Lábil (Del lat. labīlis): 1 adj. Que resbala o se desliza fácilmente. 2 adj. Frágil, caduco, débil. 3 adj. Poco estable, poco firme en sus resoluciones. 4 adj. Quím. Dicho de un compuesto: Inestable, que se transforma fácilmente en otro (DRAE).

es aspirar a una vida sin tensiones, que no sería la vida de una persona, tal vez la de una vaca: tener la barriguita llena y pastar tranquilamente, sin otras incomodidades ni preocupaciones que unas pocas moscas que apartar con la cola¹⁷. Una de esas tensiones la suscita experimentar los límites; por supuesto, no es agradable, pero es positivo, es preciso saber leer en esa experiencia una llamada a buscar la plenitud. Y se choca con el límite en las experiencias de la muerte, el dolor, la insatisfacción... Pero también en la experiencia del mal moral, en la capacidad de hacer el mal y en la incapacidad para hacer todo el bien que deseáramos.

La experiencia del mal moral hace presente el límite de modo agudo y particularmente doloroso: manifiesta una especie de ruptura interior, de falta de unidad dentro de cada cual. Lo decía Pablo de Tarso: “no entiendo lo que me pasa, no me entiendo: quiero actuar bien, pero me sale el mal”. Es una experiencia universal, que resumió de modo parecido Ovidio, poeta latino muerto unos veinte años antes de que Jesucristo comenzara su vida pública, al escribir en *Las Metamorfosis*: «Veo lo mejor y lo apruebo, pero sigo lo peor». Todo esto es “muestra de un profundo desequilibrio que anida en la persona humana, en su corazón...” y que origina la “«enfermedad mortal»: no poder ser sí mismo, no poder realizarse en plenitud, introducir el desorden en sí y en el mundo”¹⁸. Esta enfermedad mortal, mortal para la vida del espíritu, esta “muralla china” como la llamaba Ebner, es la imposibilidad de encontrarme con el otro, el confinamiento en la soledad de mi yo. Es tener conciencia vívida y plena de que me realizo saliendo de mí, amando al otro, teniendo un verdadero encuentro con el tú, y al mismo tiempo experimentar dolorosamente que algo me cierra el paso hacia ese encuentro. Eso que se interpone entre tú y yo es una ingobernable tendencia a utilizarte, a forzarte injustamente a ser como creo que debes ser desde mi pequeño punto de vista, a defenderme y separarme de ti desde el momento en que algo de ti me molesta, me agrede o no me construye... Quisiera pasar al *tu*, pero por todas partes se interpone el *ego*.

Es una experiencia real pero difícil de entender y de encajar¹⁹. En ocasiones, incluso, nos cuesta reconocer que esa es nuestra realidad. Normal: es nuestra parte más fea y el punto donde se nos revela una impotencia radical. Es un misterio, el misterio del mal. *Mysterium iniquitatis* lo llaman los clásicos. Pero no se trata de utilizar este concepto como pretexto fácil para no tener que hacer el esfuerzo de desentrañar el enigma. Los misterios no son una coartada, sino una invitación. Nos invitan, en contra de lo que pueda parecer, a abrirnos a ellos, a adentrarnos en ellos, penetrando cada vez más en su espesura interminable. Eso es el misterio: no una realidad impenetrable, opaca, oscura. Sino todo lo contrario: exceso de luz, realidad inagotable, sin fondo. Si el misterio es eso, se comprende que dentro de él puedan aguardarnos sorpresas inimaginables y se comprende también que haya quien prefiere vivir en la seguridad de las orillas, sin aventurarse en el sugerente al tiempo que inquietante océano.

Por lo que respecta a nuestro modelo de coaching dialógico, la antropología que lo sustenta quiere bucear en el misterio de la limitación, la fragilidad y el mal, en el que está inmersa la realidad humana.

¹⁷ «No poder estar satisfecho por cosa terrena. Ni siquiera, por el mundo entero. Considerar la inmensidad inabarcable del espacio, el número y la mole de estrellas y encontrar que todo es poco, pequeño para la capacidad del alma. Imaginar el número de mundos infinitos, y el universo infinito y sentir que nuestro ánimo y nuestro deseo son más grandes que el universo; y acusar siempre la insuficiencia y nulidad de las cosas, y padecer carencia, vacío, y aburrimiento, paréceme el mayor signo de grandeza y de nobleza que se puede ver en la naturaleza humana» (Giacomo Leopardi, *Pensamientos*, LXVIII)

¹⁸ Xosé Manuel Domínguez Prieto, *Psicología de la persona*, cit., pp.91s.

¹⁹ Por eso dedicamos un apartado específico a la *fenomenología del desencuentro*.

Cómo el coaching dialógico ayuda a vivir una vida espiritual, es decir, humana

Cultivar la espiritualidad es eso: no aceptar vivir epidérmicamente, no conformarse con bogar cerca de la costa, afrontar el riesgo de la búsqueda, preferir la profundidad a la superficie. Lo contrario, tan característico de nuestro tiempo, es la diversión (*divertissement*) pascaliana: ocupar el tiempo con actividades incesantes -viajes, deportes, lectura del último *best seller*, conversaciones superficiales, trabajar hasta el *workaholismo*, etc.- para evitar estar a solas con nosotros mismos, para no tener que enfrentarnos a esos aspectos oscuros y desagradables de nuestro ser, y para evitar pensar a fondo sobre nuestra vida y sobre nuestro destino²⁰.

Es la misma actitud que lleva a lo que Josef Pieper llama el “totalitarismo del mundo del trabajo”, cuando el trabajo llega a convertirse en *toda* la vida del hombre. Las personas viven entonces para trabajar, absorbida toda su atención por metas inmediatas impuestas por necesidades materiales, como si una bóveda sobre sus cabezas les impidiera asomarse a horizontes más amplios, preguntarse y aspirar a metas más lejanas²¹. De hecho, el ser humano vive así «sin saber dar a su vida una meta, corre y se afana con velocidad cada vez más acelerada, precisamente para no caer en la cuenta de que no va hacia ningún sitio»²².

El mundo se ha llenado de ruido y prisa, y las personas han perdido la dimensión de profundidad (la “dimensión perdida” de Paul Tillich²³). Para dejar de llevar una existencia plana, en dos dimensiones, los hombres de hoy deberíamos cultivar la espiritualidad ejercitándonos en la contemplación y el silencio. Lo que suele llamarse la vida interior. En el silencio volverían entonces a resonar las preguntas últimas, las personas nos haríamos más lúcidas y sabias, y nuestras vidas ganarían densidad e interés. Cambiaríamos una vida plana por una vida más plena.

Por este motivo, la persona espiritual dista mucho de ser alguien que se aparta del mundo, como a menudo se tiende a imaginar. No es alguien que metido en sus sueños piadosos da la espalda a la realidad. Tal angelismo es incompatible con una espiritualidad verdadera. Antes al contrario, la persona espiritual abraza la vida y la realidad, marcha por el mundo con los ojos bien abiertos y vive cada segundo de su vida con intensidad. Alguien que sabe vivir a fondo el *hic et nunc*.

En este sentido el paradigma de hombre espiritual, ese hombre al que repugna vivir una vida superficial, que huye de los lugares comunes donde los mediocres encontramos refugio y calorcito, ese hombre es Calígula, al que todos creen un loco y una amenaza para sus tranquilas existencias, que por cierto lo es. Sin embargo, Camus le hace decir, en diálogo con su antiguo amigo Helicón²⁴:

Calígula: Pero yo no estoy loco, y aún más: nunca he sido tan razonable como ahora. Simplemente sentí en mí, de pronto, la necesidad de lo imposible. Las cosas, tal como son, no me parecen satisfactorias.

Helicón: Es una opinión bastante difundida.

²⁰ Cf. B. Pascal, *Pensamientos*, 139.

²¹ Cf. J. Pieper, *El ocio y la vida intelectual*, Rialp, Madrid, 1962, pp. 80-87.

²² V. E. Frankl, *Psicoanálisis y existencialismo*, FCE, México, 1978, p. 181.

²³ Paul Tillich, *La dimensión perdida. Indigencia y esperanza de nuestro tiempo*, Desclée de Brouwer, Bilbao, 1970

²⁴ Albert Camus, *Calígula*, Alianza, Madrid, 1981, pp. 17-18

Calígula: Es cierto. Pero antes no lo sabía. Ahora lo sé. El mundo, tal como está hecho, no es soportable. Por eso necesito la luna, o la felicidad, o la inmortalidad, algo descabellado quizá, pero que no sea de este mundo.

Calígula tiene una enorme hambre de plenitud que no es capaz de saciar persiguiendo y logrando los pequeños objetivos con los que la sociedad de su época le invita a conformarse. No está dispuesto a acomodarse cínicamente a la imperfección del mundo en que vive -lo cual, por cierto, según Gregorio Marañón, es la quintaesencia de la rebeldía: "La generosa inadaptación a lo imperfecto de la vida, que es casi la vida entera"²⁵. Calígula es, en efecto, un rebelde, como tantos otros que han desafiado los planteamientos acomodaticios y rácanos en los que los hombres de todas las épocas tendemos a deslizarnos. Calígula no está dispuesto a reducir su deseo ni a empequeñecer una existencia que intuye proyectada a algo más grande. Podría decirse que, así como la agilidad o la flexibilidad son indicios de un cuerpo en forma, la rebeldía -como la define Marañón- es la agilidad del espíritu, el signo de una buena forma espiritual.

Calígula, por supuesto, se mete en un callejón sin salida en el que, en lugar de experimentar la ansiada plenitud de sentido, se verá abocado al sinsentido de la soledad total y el desencuentro. Por eso le habría ayudado un buen coach, un coach dialógico, es decir, un coach que no deje fuera toda esta dimensión central de la persona que es la espiritualidad, y que tenga en cuenta sus demandas. Un coach que sitúe en el puesto central que les corresponde las exigencias de verdad, bien, belleza y unidad que laten en el corazón de su cliente. Que le ayude a bucear en su propia interioridad, a buscar dentro de sí con asombro. Que cuente también con su voluntad de sentido y con su búsqueda de trascendencia. Que sepa generar encuentro. Que no pase por alto la vulnerabilidad, la limitación y la inseguridad constitutivas que experimenta, como todo ser humano -también, como es obvio, el propio coach- su cliente.

De hecho, las personas por lo común acuden al coaching cuando experimentan alguna forma de insatisfacción con sus vidas o, en todo caso, un deseo de darles un rumbo nuevo en busca de una mayor plenitud profesional o personal. Justamente lo que hemos señalado como la dinámica más característica de la vida espiritual. Nuestro modelo de coaching parte de esa dinámica como lo más nuclear del cliente, la comprende desde las claves que se han delineado aquí y busca potenciarla y darle cauce, ayudándole a hacerse las grandes preguntas, a plantearse grandes objetivos vitales, a buscar el sentido profundo de la propia existencia. Sabiendo que ese sentido profundo y esa plenitud, tanto para el coachee como para el coach, están siempre más allá del logro de objetivos en las esferas del soma y de la psique, y nos lanzan a la esfera del espíritu.

²⁵ Cf. Gregorio Marañón, *Ensayos liberales*, Austral, Madrid, 1966, pp. 79 y ss.