

# El Trabajo Social y la conciencia

Carmen Ipinza Fernández\*

## Resumen

*El Departamento de Acción Social (DAS) del Hospital del Trabajador Santiago (HTS) tiene un programa de extensión para las Asistentes Sociales de empresas, cuyo objetivo es el perfeccionamiento profesional. En la reunión del 11 de Noviembre 2009, para el Día del Asistente Social, se analizó el tema “El Trabajo Social y la Conciencia”, con una exposición que enfatizó en el Bien Ser más que en el Bien Estar de las personas, seguida de su análisis, en una mesa redonda en la que participaron seis panelistas invitados. Este artículo informa de la exposición, realizada por Carmen Ipinza Fernández seguido de trozos de transcripciones de las intervenciones de los panelistas.*

**Palabras Clave:** Trabajo Social y Conciencia, Bienestar o bien-ser.

La humanidad, se encuentra en una crisis radical, que amenaza seriamente la sobrevivencia del planeta y está en la encrucijada de que o se produce un cambio radical de la mente, en que se han fundado y sostenido las actuales circunstancias, o se conduce directamente a su destrucción.

En el proceso de evolución, la conciencia se encarna en la dimensión de lo manifiesto, se hace forma. Abandona el hogar, en una continua expansión donde la conciencia se pierde y se identifica paulatinamente con la forma. La inteligencia permanece pero la conciencia pierde conciencia de sí misma.

El pensamiento, lejos de constituir la verdad, es un intento inconsciente de mantener la identidad. Es el contenido de la mente con el que nos identificamos (la forma). Es la voz de la mente, es decir, un torrente incesante de pensamientos involuntarios y compulsivos y las emociones que los acompañan.

La disfunción “egotista” de la mente humana, que ya fue reconocida por algunos maestros sabios de la antigüedad (Jesús, Buda, que insistieron en el camino del Amor y de la Compasión), se ve amplificada hoy con la ciencia y la tecnología y dificulta el florecimiento generalizado de la conciencia humana.

“Si no chocamos contra la razón, nunca llegaremos a nada”.<sup>1</sup>

El Ego, que puede ser individual o colectivo, vive en el desconocimiento de la conexión con el Todo. Es patológico. La infelicidad es una enfermedad mental y emocional creada por el ego y una disfunción mental que perpetúa la separación. Se identifica con una posición mental, punto de vista, opinión, juicio o historia.

El Ego genera un falso sentido de identidad, al identificarse con el contenido de

<sup>1</sup> Albert Einstein, Sabiduría.com. Citas y Frases célebres. Frases célebres de Albert Einstein. [www.sabidurias.com/autor/albert-einstein/es/318](http://www.sabidurias.com/autor/albert-einstein/es/318)

\* Chilena; Asistente Social PUC; Programa Máster en Educación de Adultos, Ontario Institute for Studies in Education, Universidad de Toronto Canadá; Master en Integración de Personas con Discapacidad, Universidad de Salamanca España; Jefe Departamento de Acción Social, Hospital del Trabajador Santiago; [cipinza@hts.cl](mailto:cipinza@hts.cl)

la mente y con determinadas posiciones mentales, puntos de vista, opiniones, juicios o historia. Mientras más se asocia la identidad con los pensamientos (creencias), más crece la separación con la dimensión de la Conciencia. El Ego también se identifica con el cuerpo dando valor proporcional al vigor, la apariencia, el estado físico y la belleza externa.

La estructura de la mente humana ha generado un desequilibrio, por la necesidad demente de tener más recursos, haciendo que las necesidades básicas (agua, alimento, otras) no se satisfagan para todos los seres humanos. Su expresión colectiva, las estructuras económicas de las grandes corporaciones, sustentadas por la sociedad de consumo, compiten entre sí para tener más y su objetivo cegador es tener utilidades.

“Hemos creado una sociedad que rinde honores al sirviente y ha olvidado al regalo”.<sup>2</sup>

Tener un Credo (creencias consideradas como verdad absoluta), no hace espirituales a las personas. La espiritualidad tiene que ver con el estado de Conciencia.

La Conciencia, como principio organizador que está antes que toda manifestación de la forma, se sitúa como Observador del torrente de pensamientos, dejando que estos fluyan, sin apegarse a la mente que los contiene.

“La mente intuitiva es un regalo sagrado y la mente racional es un fiel sirviente”.<sup>3</sup>

La Nueva Tierra es el despertar de la Conciencia, la libertad, que se logra sólo estando en el momento Presente, en Presencia.

“La diferencia entre el pasado, el presente y el futuro, es sólo una ilusión persistente”.<sup>4</sup>

<sup>2</sup> Ídem

<sup>3</sup> Ídem

<sup>4</sup> Ídem

La Nueva Tierra, no es una utopía entendida como una disfunción estructural de la vieja conciencia, que aspira a la “salvación” en el futuro. El futuro es una creación mental, del pensamiento, que nos atrapa en la forma.

“Nunca pienso en el futuro. Llego suficientemente temprano”.<sup>5</sup>

La Nueva Tierra la conforman personas que han despertado a su naturaleza esencial verdadera, que reconocen la unicidad con el Todo y la Fuente y esa esencia en todos los demás y en todas las formas de vida, y viven en estado de entrega.

“La alegría de ver y entender es el más perfecto don de la naturaleza”.<sup>6</sup>

El despertar incluye reconocer esa parte mía que aún no despierta: el ego con su forma de pensar, hablar, actuar y los procesos mentales colectivos condicionados que perpetúan el estado de adormecimiento.

“No podemos resolver los problemas usando el mismo tipo de pensamiento que usamos cuando se crearon”.<sup>7</sup>

Hay tres secretos para despertar a la verdadera Libertad y a la Vida Iluminada: no juzgar, no resistirnos y no apegarnos, es decir no identificarnos con nuestros pensamientos.

“¡Triste época la nuestra! Es más fácil desintegrar un átomo que un prejuicio”.<sup>8</sup>

Estamos llegando al fin de las mitologías, ideologías, credos donde las estructuras más rígidas y refractarias al cambio serán las primeras en caer. El cambio viene desde un nivel más profundo que el de la mente y los pensamientos, desde cuerpo interior que es energía vital, puente entre la forma y lo informe.

<sup>5</sup> Ídem

<sup>6</sup> Ídem

<sup>7</sup> Ídem

<sup>8</sup> Ídem

“Nuestra tarea es la de liberarnos... mediante la extensión de nuestro círculo de compasión hasta que contenga a todas las criaturas vivientes, la naturaleza entera y su belleza”.<sup>9</sup>

La involución y su proceso de contracción, contrario al de la expansión de la evolución, es el retorno a lo inmanifiesto, el regreso al hogar.

El Despertar comienza cuando dejo de identificarme con el que No Soy, es decir, con esa voz que llevo en la cabeza (mis pensamientos y emociones); con una función, un rol, un status, un personaje, un arquetipo social; con mis apegos; con la forma; con el Ego y su relación disfuncional con “un presente” en donde el ahora se convierte en un medio para una finalidad, un obstáculo, un enemigo. Por otro lado, comienzo a saber que Soy, una dimensión infinitamente más vasta que el pensamiento; el espacio en el cual sucede el pensamiento, la emoción o la percepción; la conciencia que está consciente que hay apegos; la conciencia que precede al pensamiento, es decir, un ser anterior a todas las formas e identificaciones; el Presente; el Observador que trasciende los pensamientos y la mente que los contiene.

El Despertar de la Conciencia nos abre la puerta para estar internamente alineados con lo que sucede, en el Ahora, que es lo único que existe; en paz con el momento presente, sin resistir lo que la vida hace a través de nosotros; en Presencia, es decir, en estado de alerta, quietud y unión con aquello que es, interna y externamente; anclados en el Ser y no perdidos en la mente.

“Un ser humano es parte de un todo, llamado por nosotros universo, una parte limitada en el tiempo y el espacio. Se experimenta a sí mismo, sus pensamientos y sentimientos como algo separado del resto... algo así como una ilusión óptica de su conciencia. Esta falsa ilusión es para nosotros como una prisión que nos restringe a

nuestros deseos personales y al afecto que profesamos a las pocas personas que nos rodean. Nuestra tarea debe ser el liberarnos de esta cárcel ampliando nuestro círculo de compasión para abarcar a todas las criaturas vivas y a la naturaleza en conjunto en toda su belleza”.<sup>10</sup>

El Despertar de la Conciencia nos permite ser uno con la vida, ser conciencia que ha tomado conciencia de sí mismo/a, ser esencia, no contenido.

Históricamente el Trabajo Social se ha abocado al Bien-Estar de las personas, enmarcado en una forma biopsicosocial y estudiado y concretado desde la razón. El Bien-Estar se orienta a la calidad de vida, al propósito externo, al apego, a vivir desde la mente, al rol, al estatus, a la resistencia, al miedo y la apatía, al stress permanente, a vivir desde el pasado y hacia el futuro, a vivir desde y para la forma. Generalmente, no se ha conceptualizado ni considerado, a lo menos en el mismo nivel, el desarrollo de la Conciencia, como dimensión espiritual interior que facilita el Bien-Ser.

Cada vez más personas se suman al despertar de la Conciencia, sin embargo, el despertar es individual y desde allí podremos como Asistentes Sociales facilitar el cambio.

Entender el propósito que orienta a las personas en esta manifestación, esclarece el Rol Profesional que queremos introducir. Las personas, mayoritariamente se mueven por propósitos externos, que y son secundarios, que varían en cada uno, y que se relacionan con el hacer. Para cumplirlos hay que encontrar el propósito interno y vivir en consonancia con él que es la base del éxito verdadero. El propósito interno, se relaciona con el Ser y es primario, es el propósito de la humanidad: lo compartimos con todos los seres humanos y es parte esencial del Todo, del universo y de su inteligencia. Es el despertar.

<sup>9</sup> Ídem

<sup>10</sup> Ídem

“Un hombre debe buscar lo que es y no lo que cree que debería ser”.<sup>11</sup>

El propósito interno está íntimamente relacionado con la quietud, el vacío, entendido como aquel espacio entre lo que vemos, oímos y el tiempo en que nos demoramos para darle una interpretación (percepción). Es la alegría de percibir sin la interferencia del pensamiento. El vacío nos permite la conexión interior con otros seres humanos y con la naturaleza. Determina nuestro grado de libertad frente al ego. Estar “quedados” es estar conscientes sin pensar.

“Estoy satisfecho con el misterio de la eternidad de la vida y con el conocimiento, el sentido, de la maravillosa estructura de la existencia; con el humilde intento de comprender, aunque más no sea una porción diminuta de la Razón, que se manifiesta en la naturaleza”.<sup>12</sup>

### **¿Hay algo que el Trabajador Social pueda hacer para acelerar esta conciencia que comienza a aflorar?**

Los Trabajadores Sociales de la Nueva Tierra podemos colaborar a hacer en el estado despierto, logrando la consonancia entre el propósito externo (lo que hacemos) y el propósito interno (despertar y permanecer despiertos). Debemos facilitar el traer a este mundo una nueva dimensión permaneciendo en unicidad consciente con la totalidad y en armonía consciente con la inteligencia universal. Nuestro estado de conciencia determina el cómo hacemos lo que hacemos.

“Sería posible describir todo científicamente, pero no tendría ningún sentido; carecería de significado el que usted describiera a la sinfonía de Beethoven como una variación de la presión de la onda auditiva”.<sup>13</sup>

<sup>11</sup> Ídem

<sup>12</sup> Ídem

<sup>13</sup> Ídem

Hay tres modalidades del quehacer del Trabajador Social despierto:

**Aceptación:** buena disposición para lo que el ahora me exige.

**Gozo:** disfrutar realmente lo que hacemos. La alegría del Ser no emana de lo que hacemos, sino que fluye hacia lo que hacemos desde lo profundo de nuestro ser, es la alegría de estar conscientes, disfrutar de cualquier actividad en la que estemos Presente.

**Entusiasmo:** gozar profundamente el hacer teniendo una meta que se persigue. A través del entusiasmo se entra en armonía perfecta con el principio expansivo y creador del universo. Es la puerta a través de la cual fluye la energía desde la Fuente inmanifiesta de toda la vida, para beneficio de todos.

Los Trabajadores Sociales de la Nueva Tierra ejercemos el Bien - Estar colaborando con el propósito externo de las personas y el Bien-”Ser” como propósito interno, despiertos a la naturaleza esencial verdadera, reconociendo esa esencia en todos los demás y en todas las formas de vida y recuperando el “Servicio” como actitud humanizadora, como meta.

“El problema del hombre no está en la bomba atómica, sino en su corazón”.<sup>14</sup>

El Bien-Ser se orienta a la presencia, al propósito interno, al desapego, al vivir anclados en el Ser, centrados, al Ser, a la aceptación, gozo y entusiasmo, a la práctica de la quietud y el vacío, a vivir el presente, el ahora y a vivir desde y para lo informe.

“Muchas son las cátedras universitarias, pero escasos los maestros sabios y nobles. Muchas y grandes son las aulas, más no abundan los jóvenes con verdadera sed de verdad y justicia”.<sup>15</sup>

<sup>14</sup> Ídem

<sup>15</sup> Ídem

En este contexto teórico se invitó a los panelistas a compartir sus experiencias:

PANELISTAS	ÁMBITO DE DESEMPEÑO	TEMA
Adriana Delpiano (AD)	ex ministra SERNAM, Bienes Nacionales, ex Intendente RM	Trabajo Social y Políticas Públicas
Angélica Pugno (AP)	Consultora SERBIEN	Trabajo Social y venta de Servicios de Bienestar
M. Angélica Giroz (MAG)	Empresa privada y tarotista	Trabajo Social y Metodologías alternativas de la Profesión
Jaime Valderrama (JV)	Consultor	Trabajo Social y Consultoría
Mónica Castillo (MC)	Jefe Programas Calidad de Vida Banco de Chile	Trabajo Social y Empresa privada
Malvina Ponce de León (MPL)	Académica Universidad Santo Tomás, Universidad Autónoma, Universidad de Valparaíso	Trabajo Social y el mundo académico
M. Teresa Sepúlveda	Moderadora	

### Nueva dimensión centrada en la Conciencia

Los panelistas invitados, viajeros, en constante búsqueda de consistencia en la vida, algunos con más de una profesión, con más de 50 años dedicados al trabajo social, con experiencia en el servicio público, privado, político, en el mundo académico, en la consultoría y el bienestar, en este contexto se autodefinen como:

“Un viajero que va de la cultura del Ego a la cultura del alma”, “soy espiritual, parte de mi rutina la lleno con la experiencia espiritual: amo, medito, reflexiono”. (JV)

“Mi esencia nace con el interés de educar, mi vocación la he orientado al servicio público y político”. (AD)

“Soy mediadora gestáltica, terapeuta floral, tarotista y tengo estudios de astrología”. (MAG)

“Por características de personalidad, por estructura, por trabajo, tengo un

manejo más bien de la forma, académico, estructurado, y esta invitación me ha significado un desafío profesional bastante grande en cuanto a reflexionar sobre el TS y la Conciencia”. (MC)

“Me remonto a la adolescencia, en un colegio católico donde me invitan a participar de un evento en una población, y para mí conocer la pobreza fue super impactante y me prometí que en algún momento de mi vida iba a tener que hacer algo para revertir esa situación”. (AP)

“Yo nací en el TS, en los trabajos de verano, los trabajos comprometidos, las tomas de terreno, muchas actividades que daban sentido al por qué y para qué trabajábamos. Tenemos que preguntarnos no solamente cómo trabajamos, sino para qué trabajamos”. (MPL)



## Armonía Conciente con la Inteligencia Universal

1.- ¿Qué hito/s de sus vidas, gatilla el despertar de la Conciencia y cómo esta nueva mirada, reorienta la práctica profesional?

“En mi vida lo que gatilla esto son las crisis, no cuando funciona todo bien. Las claves son tres: primero, cuando me ha tocado una situación, en que la realidad me supera totalmente, y uno dice “no sé qué hacer”; la segunda, ha sido “el querer cambiar”, es decir, salir del miedo, la soberbia y la ceguera, aceptar que uno no sabe no más; la tercera clave, es tratar de desarrollar prácticas nuevas, en donde al conocimiento cognitivo y al manejo de las emociones, hay que agregar la inteligencia intuitiva o espiritual”. (JV)

“De pronto, te hace ruido el incorporar nuevos conceptos para analizar tu experiencia, me dejé ir y sentir... la propuesta que nos han hecho, es bastante contracultura. Hemos vivido un siglo XX profundamente racionalista, que para las mujeres tiene un doble significado, porque tuvimos que subirnos al carro de un mundo gobernado por los hombres, casi anulando algunos elementos nuestros para poder movernos. A los hombres les es más natural este mundo de la razón. Después de haber dado muchas peleas por una mayor igualdad, mayores niveles de equidad, de pensar que en todos los ámbitos podíamos tener los mismos logros, uno va llegando teóricamente a mayores cuotas de sabiduría, encuentros con uno mismo. Despejar cierta cáscara que muchas veces nos está aprisionando, tiene que ver con muchos elementos: uno de ellos, son los rasgos personales. Yo me incluyo dentro de la gente, que se toma poco en serio a sí misma, creo que el sentido del humor ayuda mucho a circular por la vida. Qué bueno tener la oportunidad de servir en cargos de responsabilidad, soy una enorme agradecida de

las oportunidades. Uno tiene que sobrevivir y en ese sentido los afectos, el sentido del humor y la reflexión colectiva son importantes. Yo soy parte de una generación en que lo colectivo era mucho más importante que lo individual, lo marcaba todo. Yo nací a la vida laboral, me formé y fui parte de lo que eran los proyectos colectivos, éramos parte de una gran cadena humana que iba a cambiar el mundo y yo estoy agradecida de eso. No por nada hay un período en el que el caso social estaba desprestigiado, el caso individual, la persona con sus características, la problemática como expresión única de un mundo más amplio, era casi una pérdida de tiempo. Había que trabajar con las grandes estructuras, los grupos, las comunidades, con los cambios sociales, con los cambios políticos. Creíamos que el mundo era injusto y la persona, expresión de ese mundo injusto, y por lo tanto pensábamos genuinamente, que el mundo se cambiaba, que no era una cosa impuesta, inamovible; era cosa de aunar voluntades. Yo diría que el primer golpe en mi vida, de crisis más general, fue claramente el golpe del 73, cuando eso que me daba confianza, que me hacía sentir que tenía sentido mi vida, que le dio sentido a mi relación de pareja, al nacimiento de mis primeras hijas, de repente se nos fue de entre los dedos y fue por primera vez mirarse y ver qué capacidades, qué talentos, cómo íbamos a sobrevivir en un mundo que nos era adverso”. (AD)

“Estudié siempre en un colegio católico y por lo tanto creía que mi misión en la vida era servir a otros y ayudar y ahí es cómo elijo esta carrera, cuando yo tuve que postular a la Universidad no postulé a ninguna otra carrera, Y empiezo a trabajar como AS primero en Bienestar del Personal, tiempo de mucha formación, de mucho idealismo. También pertenezco a esa generación que queríamos cambiar el mundo, pero también había una parte mía que necesitaba el reconocimiento de otros. Mucho de lo que hice los primeros años fue esperando que

me dijeran “qué bien lo hiciste”. En los años 80 ocurre una tragedia en mi vida, sentí que nada me respondía, que no encontraba respuestas y ahí comienza una búsqueda diferente, empiezo a ver que había otras dimensiones que yo no había visto. Despierto a otros conocimientos: me encuentro con el tarot, con la astrología, en donde realmente tu empiezas a descubrir quién eres, por qué estás aquí o para qué estás, empiezas a darte cuenta que cada cosa que te ocurre en la vida es para algo, hay algo que tú tienes que aprender ahí”. (MAG)

“Es la invitación más difícil que he recibido en los últimos años. Estuve, mirándome a mí misma, durante estos días, recopilando información al respecto... un poco en qué estamos, en qué está la literatura... y en qué está la empresa hoy día. Y reflexionando, me doy cuenta que el primer hito, fue estudiar Trabajo Social, porque uno cree que tiene la vocación para estudiar eso, la capacidad de servicio, de dar, de entregar. Estudiar TS, significa tener un enfoque distinto del concepto de “persona”, “trabajo” y “empresa”. (MC)

“Trabajé en el área privada donde llevaba una vida paralela, por un lado trabajaba intensamente y por otro yo tenía un hijo muy enfermo que luego falleció. Fue un período muy largo, con una enfermedad muy dolorosa, muy desconocida, en que yo recibí mucho, de mi familia, en ayuda generosa, en acercamiento, acompañamiento y cuando murió el niño a mi me cambió la vida y fui otra. Yo decía “yo sé que de alguna manera debo responder a todo esto”. Eso gatilló mucho mi personalidad, en ponerme en el lugar del otro, a entender mucho más el sufrimiento. Yo creo que la emoción aquí juega un papel importantísimo, el detalle, el cariño, el estar siempre presente”. (AP)

“Yo comencé como docente el año 69, el 68 como ayudante de una gran TS de la U de Chile, cuando una colega, una mujer dedicada 100% al TS, con una sabiduría muy grande, después de haber andado y reco-

rrido tanto juntas, me invitó a trabajar con ella, y ella contrae un cáncer y a los 2 años de trabajar juntas, muere. Yo decía qué hago, se me va la amiga, se me va la persona que me ha impulsado. En ese momento dije “bueno, ahora cobra más sentido mi vida”, porque ella me invitó y yo tengo que continuar y ese paso, de la muerte de una colega, me dio este impulso y hoy tengo 51 años de profesión y 40 de docencia. Siempre traté de unir docencia con trabajo de terreno y ese fue también un legado de ella. No se hace la docencia desde los libros, se hace desde las personas, se hace desde el servicio que estás dando”. (MPL)

2.- ¿Ves posible integrar el Presente con Aceptación, Gozo y Entusiasmo?

“Hay que aprender de los niños y yo estoy aprendiendo de mis hijos. Los niños no se enganchan ni con el pasado ni con el futuro, los niños viven el presente, el ahora. Además están abiertos a todas las cosas, tú los puedes invitar a jugar, a pasear, a ver una película... Y una cosa muy sabia, los niños cuando tienen pena, lloran y cuando están contentos, ríen. Escuchan el lenguaje del cuerpo. Los niños juegan y cuando se cansan se detienen y nosotros trabajamos y trabajamos y estamos convencidos que nos van a dar el premio al mejor trabajador. La mayoría de nuestros problemas sólo existen en nuestra cabeza, nuestros agobios, miedos y ansiedades, nunca llegan a ser realidad. Yo he vivido 59 años, gran parte de mi existencia, con problemas que jamás se han dado. La fábrica del sufrimiento está en la cabeza de cada uno. El problema es cómo yo interpreto la realidad. La mente es un imán, todo lo que uno piensa, lo atrae. Desde mi propia experiencia “todo pasa”, lo que yo estoy viviendo va a pasar, todas las crisis son cíclicas, no hay ninguna crisis que sea eterna. No hay nada que sea permanente, todo lo que está sucediendo hoy va a pasar, va a terminar”. (JV)

“Después viene el período de vuelta del exilio. Volver y descubrir que de esta generación heroica que cambiaba la vida, éramos la marginalidad misma y vivir con miedo, fue encontrarse con elementos más personales y la mirada va de lo colectivo al mundo más pequeño, los afectos. Luego se abre la democracia que fue una gran utopía el conquistarla y armarla. En esta dimensión que se nos ha planteado yo hecho un poco de menos, cómo los cambios personales, no se dan sólo a través de la propia introspección, sino también tienen que ver con el entorno social, con los otros. Esta búsqueda más personal, girar desde lo colectivo a lo individual, se ha ido dando a partir de mi propio reloj biológico. El colectivo y el reloj biológico han sido determinantes en este viajar. Lo que viene por delante para lograr mayores grados de bien ser, creo que es algo más equilibrado entre la mirada introspectiva y el entorno. La intuición es un don muy importante que tenemos que trabajar. ¿Cómo podemos ser realmente un agente de generación de espacios más amorosos, más amables, más agradables?, porque nos hacen falta. Creo que se van a lograr cosas muy importantes en este país, en cuanto ser sujetos de derechos, la gente está más empoderada. (AD)

“Si yo no me transformo y no soy capaz de ver qué tengo que hacer con mi vida, qué le voy a enseñar al otro... lo que yo empecé a hacer son verdaderas terapias, porque la gente a través de los oráculos (el tarot y otros), descubre muchas cosas y a veces en situaciones de conflicto muy fuertes, es una herramienta más de contención. La terapia gestáltica también ayuda a contener a otros, partí conteniéndome a mí misma, lo que fue una catarsis realmente impresionante. También estudié terapia floral, porque creo que todas las dolencias físicas son consecuencia de una desarmonía en lo emocional y en la vida, que te va enfermando físicamente. Durante mucho tiempo yo me preparé para la etapa de la jubilación, siempre

supe que iba a ser una etapa muy plena y lo está siendo. Ahora tengo mucho más tiempo disponible para hacer lo que quiero, disfrutar, gozar. La vida te va llevando a otros espacios, a otros tiempos. Es importante ubicarnos en cada etapa y disfrutar lo que la vida nos está entregando. Estoy viviendo una etapa de mucha plenitud, con una conciencia bastante más despierta y muy consciente de disfrutar el momento presente”. (MAG)

“Pasé mucho tiempo mirándome en el sentido de cómo lo estoy haciendo, si estoy cumpliendo, si las cosas se están haciendo, siendo absolutamente trabajólica... hasta que me pregunté si esto de ser trabajólica, era tan importante para lo que yo quiero en mi vida... y la respuesta por supuesto que fue NO y pasé de este mundo condicional del trabajo, relaciones condicionadas por los roles, por las tareas, a un mundo incondicional que es la familia, donde están nuestros afectos. Hay muchas cosas que uno tiene que las puede potenciar. El trabajo que yo realizaba en ese momento era de atención individual, con un enfoque asistencialista y fui variando hacia un enfoque más de desarrollo. Nosotros las AS tenemos fortalezas: tenemos credibilidad, tanto de parte de las jefaturas como de parte de la gente con la que uno tiene que trabajar. Podemos hacer volver la mirada hacia el servicio humanizador, humanizar las relaciones. Podemos ayudar a trabajar las emociones, para que las personas puedan estar mejor trabajando y puedan producir más. También es importante generar espacios de espiritualidad al interior de las organizaciones, lo que no tiene que ver con las religiones. El trabajar con alegría, con entusiasmo y serenidad, se contagia. Si miramos todo lo que pasa desde el exterior, lo más probable es que no hagamos nada, que nos mantenemos en los roles para los cuales fuimos contratadas. Si somos capaces de mirarnos a nosotros mismos, de ver nuestras competencias, fortalezas, qué puedo aportar, el



nivel de satisfacción que yo pueda lograr va a ser mucho más amplio, no va a depender si me entregan un recurso más o un recurso menos, de si mi jefe me miró o no me miró. Va a depender, de que yo, con lo que tengo y poseo soy capaz de hacer, crear y desarrollar”. (MC)

“Estamos constantemente reinventándonos, ¿qué ha hecho que nuestra empresa de autogestión haya logrado subsistir todo este tiempo.? Yo creo que gran parte se debe a la aceptación, el gozo y el entusiasmo puesto en el proyecto, y si yo le agrego a eso la excelencia, la constancia y la responsabilidad, creo que están los elementos dados. Las que dirigimos la empresa somos las primeras que debemos estar así. Con gozo en el alma, con entusiasmo y convencidas de que lo que lo que estamos haciendo, lo estamos haciendo bien. La vida me ha puesto cosas difíciles pero también cosas maravillosas, como conocer este mundo laboral de la empresa desde otra mirada, a la cual están todos invitados”. (AP)

“Es difícil porque a uno le cuesta entrar en uno mismo y desde ahí es mi primera reflexión... si uno no entra en uno mismo es muy complicado poder pedir a los otros que entren en lo que uno está y hacer ese tejido social que nos invita a estar unidos. Para mí, no es fácil, estar hablando de mí y esto sinceramente lo confieso, nunca lo había hecho, nunca me había dado el tiempo para quedarme en silencio y poder decir “bueno, 51 años de TS, dónde has estado, cuánto has

hecho, al acción te ha movido, cómo ha perdurado lo que has hecho, cómo has acompañado ese quehacer”. El conocimiento de las personas: del alumno que uno recibe, la colega que está al lado, el conocimiento de lo que sabe cada uno, es mucho más interesante que todos los libros que uno lee y es inútil tener muchas teorías, si uno no tiene cómo trabajar con ellas y por lo tanto no es solamente saber el cómo uno trabaja, cuál es la metodología, cuál es la técnica o cual es la competencia sino para qué es esta competencia, para qué es lo que estoy haciendo, a dónde nos lleva”. (MPL)

“El rol está en prestarle los ojos a otros para que vean aquello que no ven. Las metodologías y nuevas técnicas de los que trabajamos con personas son aquellas que integran al cuerpo humano, la mente, los afectos y el espíritu. Hoy hay una gama de actividades que se pueden realizar: yoga, biodanza, tai chi, pilates, meditación trascendental, acupuntura, reiki, reflexología, flores de bach, prácticas chamánicas, pranayama, cosas que se están haciendo en las organizaciones y de ahí tenemos que nutrirnos. Hoy día, el ser humanos necesita cada vez más controlar las 3 emociones más fuertes: la ira, el miedo y la pena, que son las que nos llevan al sufrimiento. Por lo tanto, hoy lo que tenemos que hacer es aprovechar este conocimiento que está al alcance de todos”. (JV)

## Bibliografía

- Eckhardt Tolle, 2003. “El Silencio Habla”. Gaia Ediciones. Buenos Aires, Argentina.
- \_\_\_\_\_, 2005. “La Nueva Tierra”. Grupo Editorial Norma. Bogotá, Colombia.
- \_\_\_\_\_, 2008. “El Poder del Ahora”. Grupo Editorial Norma. Bogotá, Colombia.
- May Patricia, 2001. “Todos los reinos palpitan en ti”. Editorial Grijalbo. Santiago, Chile.
- \_\_\_\_\_, 2006. “Vivir Concientes”. Empresa El Mercurio S.A. Aguilar Chilena de Ediciones. Santiago, Chile.
- \_\_\_\_\_, 2007. “De la cultura del ego a la cultura del alma”. Serpa consultores Asociados. Editorial Catalonia Ltda. Santiago, Chile.
- Referencia electrónica. Citas de Albert Einstein, Sabiduría.com. Citas y Frases célebres. Frases célebres de Albert Einstein. [www.sabidurias.com/autor/albert-einstein/es/318](http://www.sabidurias.com/autor/albert-einstein/es/318)