

## **BEATITUD Y AUTORREALIZACIÓN: UN ESTUDIO SOBRE LA VIDA PLENA EN SPINOZA Y MASLOW**

### *BLISS AND SELF FULFILMENT: A STUDY ON FULL LIFE IN SPINOZA AND MASLOW*

**BELÉN BLESA ALEDO**

Doctora en Filosofía  
Profesora  
Facultad de Educación  
Universidad católica San Antonio  
Murcia/España  
bblesa@ucam.edu  
ORCID: 0000-0001-9731-4521

Recibido: 1/04/2022  
Revisado: 25/08/2022  
Aceptado: 12/09/2022

*Resumen:* ¿Qué conexión podemos hallar entre la *beatitud* en Spinoza y la investigación sobre la autorrealización en Maslow? Y, en términos más concretos, ¿en qué se parecen la persona sabia y la persona autorrealizada? Este trabajo intenta dar consistencia a estas preguntas. Para trazar el arduo recorrido que supone aproximar obras tan aparentemente distantes, adoptamos como hipótesis que ambos autores se remiten a un tipo de experiencia relacionada con la vida plena. Ésta se concibe como un proceso sin finalidad, centrífugo y articulado en un conocimiento de nuestra naturaleza. La vida plena nos sitúa en la realidad, es gratificante en sí misma y desafía diferentes modalidades de ignorancia. La experiencia de plenitud parte del esfuerzo natural por ser lo que somos y se expresa en el desarrollo de nuestra potencia vital, a la que acompaña un afecto edificante y alegre. El artículo no busca hacer una comparativa, algo fuera de lugar dadas las diferencias contextuales, conceptuales y de estilo entre los autores. Su aspiración es mostrar algunas sinergias sin crear una tensión innecesaria.

*Palabras Clave:* autorrealización; *beatitud*; *conatus*; ignorancia, realidad.

*Abstract:* What connections and synergies could we find between the concept of “bliss” in Spinoza and Maslow’s research on “self-realization”? And, more specifically, ¿what is the resemblance between the wise person and the self-realized person? This article tries to give consistency to these questions.

To tackle the arduous path of approaching works so apparently distant we have opted for taking as a departure point the fact that both authors refer to a kind of experience that has to do with “full life”. “Full life” is conceived like a process without finality, articulated around the knowledge of our own nature, that has a centrifugal character: it places us in reality; it is gratifying in itself and it challenges different modalities of ignorance. The experience of fullness departs from the natural impulse to be who are intended to be and expresses itself in the development of that vital power that is accompanied by an edifying and happy effect. This article does not seek to make a comparison between the two, which is out of place given the contextual, conceptual and style differences. Its aspiration is to show some synergies without creating unnecessary tensions.

*Keywords:* Self-realization, bliss; conatus; ignorance; reality.

## 1. INTRODUCCIÓN

Este ensayo versa sobre un encuentro discursivo, una suerte de sincronía intelectual y vital entre Spinoza y Maslow. Sería inapropiado hablar de un estudio comparativo, su carácter es aproximativo. La idea central es mostrar cómo los conceptos *beatitud* (Spinoza) y autorrealización (Maslow) conectan entre sí porque remiten a una forma de ser y de vivir que podemos denominar plena.

Como aclaración inicial, nos parece reduccionista ceñir las obras de cada uno de los autores a una o varias disciplinas concretas, ya que las visiones que proponen se mueven en márgenes o límites que desenfocaríamos si tratáramos de clasificar de una forma categórica. Por ello, hablar en términos de experiencia es lo más adecuado. Además, hemos de contar con las transformaciones en el conocimiento que tienen lugar entre los siglos XVII y XX. De esta manera, autorrealización y *beatitud* remiten a un tipo de experiencia relacionada con la plenitud, la libertad y la conciencia de la realidad. Cabe señalar que la *Ética*<sup>1</sup> de Spinoza, obra del filósofo en la que nos centraremos, abarca muchos ámbitos de conocimiento: metafísico, psicológico, natural, etc. En cuanto a Maslow, aun cuando se circunscribe a la psicología, ya independizada como ciencia a finales del siglo XIX y, dentro de ésta a campos temáticos como la motivación o la personalidad, las indagaciones acerca de la autorrealización le llevan a considerar una ciencia de los valores y de la ética. (Maslow, 1991, p.199)

En ambos autores hay un esfuerzo por pensar, conocer e instar a la vida plena, que no se puede entender sin relación a la realidad: vida plena es vida real porque la realidad no carece de nada y porque moviliza nuestras potencias.

En Spinoza y Maslow la plenitud tiene que ver con un proceso que conlleva su propia recompensa. Éste consiste en un esfuerzo por ser uno mismo, acom-

1 Hemos tomado como referencia la Edición de la *Ética* de Vidal Peña en Alianza, tercera edición, sexta reimpresión de 2018.

pañado de una forma de autoconocimiento<sup>2</sup>. A este esfuerzo-conocimiento es inherente una dimensión centrífuga e inspiradora: en la medida en que te conoces y tu experiencia vital se articula en ese conocimiento, contribuyes activamente a la salud y utilidad de la vida social.

El estudio sobre la autorrealización y la *beatitud* contiene en los dos autores una reflexión crítica sobre los procesos de socialización en los contextos históricos de los que forman parte<sup>3</sup> y una relación entre individuos libres y sociedad sana.

A Spinoza (1632-1677) y Maslow (1908-1970), les separan casi tres siglos, pero las sintonías y el parentesco entre sus visiones nos han parecido poderosos. La finalidad de este estudio es apuntar ciertas sinergias sin crear una tensión innecesaria. No aspiramos a mostrar equivalencias entre los conceptos que se ponen en juego, ya que existe una diferencia de lenguaje, contexto y estilo entre un autor y otro que no admite una traducción exacta. El esfuerzo del texto se orienta a argumentar la proximidad de experiencia entre quien vive de manera feliz y sabia y la persona autorrealizada.

Para finalizar esta introducción ponemos de manifiesto que la génesis de este estudio halla su desencadenante más explícito en *Motivación y personalidad*, obra de Maslow en la que Spinoza aparece como sujeto de investigación. Abraham Maslow tuvo en cuenta al filósofo, entre otros personajes históricos y contemporáneos, para investigar sobre la autorrealización como proceso de desarrollo que identificó con la salud psíquica. Centraremos los siguientes apartados del trabajo en un recorrido por los conceptos de *beatitud*, autorrealización y su conexión con una forma de ser y de vivir.

## 2. AUTORREALIZACIÓN Y BEATITUD

### 2.1 AUTORREALIZACIÓN

La autorrealización es un proceso en el que uno da alcance a quien es. Literalmente, Maslow alude a un continuo *ser-llegar a ser*. La motivación de desarrollo transita el proceso.

2 Para Maslow la mayor aportación de Freud será relacionar el miedo al conocimiento propio con la enfermedad mental, en *El hombre autorrealizado*. 12ª Ed. Barcelona: Kairós, 1998 p. 91. F. Lenoir ha relacionado a Spinoza con la psicología profunda de Freud, en cuanto a la búsqueda de causas que son inconscientes.

3 Para Spinoza en la sociedad se trata de obedecer (control social) y la mejor sociedad sería aquella en la que no se agoste la potencia de pensar. Véase Deleuze (2009) *Spinoza. Filosofía práctica*. 2ª Ed. (Traducción Antonio Escotado). Barcelona: Tusquets, p. 12.

Maslow considera que contamos con una naturaleza interna de base biológica, heredera de los instintos, que es positivamente buena<sup>4</sup>. Esa naturaleza tiene la potencia del instinto, pero es débil ante las presiones externas y susurra más que grita.

Esa naturaleza es un material en bruto que requiere escucha activa y trabajo con uno mismo. Experimenta la necesidad de autorrealización quien no ahoga ese susurro y lleva a cabo una explotación total de su talento. Ese talento o potencia tiene que ver con el dominio del ser, es decir, la autorrealización no versa sobre talentos específicos para el arte o cualquier otro ámbito cultural, sino con ser uno mismo.

Maslow se sitúa en el funcionamiento de nuestras necesidades básicas como seres naturales y en el movimiento hacia su satisfacción para comprender ese impulso a la plenitud en que consiste la autorrealización. El psicólogo hace una lectura de nuestros estados motivacionales de una manera integrada, a modo de una jerarquía que no genera un reposo en el organismo al satisfacer una necesidad, sino que abre el campo de conciencia a otra necesidad superior (Maslow, 1972, p.56). Concibe dos tipos de motivación: por déficit y por desarrollo. La primera requiere una satisfacción externa, evita la enfermedad y es compartida por todos los miembros de la especie; la segunda implica una satisfacción interna, genera salud, evolución continuada y es idiosincrática. Esta diferencia entre motivación por déficit y por desarrollo nos evoca el doble sentido que tiene en Spinoza la afirmación acerca de lo bueno y lo malo frente al bien y al mal, a saber: una dimensión objetiva, por la que hay cosas que afectan a todos los seres humanos por igual; otra subjetiva que se relaciona con la experimentación, y que apunta a la singularidad del individuo.

Cuando alcanzamos la motivación de desarrollo ésta va en aumento. Esto significa que el desarrollo es un proceso gratificante en sí mismo que no se rige por las mismas leyes que las necesidades básicas, aunque las presuponga.

El objetivo de Abraham Maslow se centra en recoger información relativa a cómo piensan y qué motiva a las personas sanas psíquicamente. Esta investigación conecta con un trabajo previo en el que asoció la conducta dominante en monos con un tipo de confianza interior. Esa observación le condujo al estudio del dominio y la servidumbre en humanos.

4 Esta idea que Maslow sitúa en la biología humana guarda relación con la concepción de la evolución en un sentido optimista de la que habla Popper en *En busca de un mundo mejor*. Frente a la influencia malthusiana que daría lugar a que una competición entre fuertes por la supervivencia limita la libertad, el móvil de la evolución es “un mundo mejor” entendido como una mayor libertad y unas mejores condiciones de vida. Dice Popper que la competencia favorece el descubrimiento de nuevas formas de vivir, nuevas posibilidades que suponen elegir entre varias opciones: *Todos los organismos son activos, buscan solucionar problemas y el fin principal es la supervivencia. Pero, además, buscan mejores condiciones de vida, mayor libertad, un mundo mejor.*

En la década de 1930 a 1940 Maslow conoció a destacados psicólogos europeos como Wertheimer o Adler, ambos exiliados de la Alemania nazi, y en torno a ellos y otras personas que se mostraron sanas psíquicamente en entornos hostiles inició su estudio sobre la autorrealización (Hergenhahn, 2009, p. 601). Maslow sitúa las claves de la salud en la naturaleza interior de los individuos. Básicamente, su planteamiento consiste en afirmar que aquellas personas que hacen prevalecer ese impulso interior sobre el control social propio de una sociedad enferma<sup>5</sup>, consiguen desarrollarse. Para él existe una diferencia entre ausencia de enfermedad y salud. La primera no da lugar automáticamente a la segunda. Sin desarrollo -etapa cualitativamente distinta- no hay salud. De hecho, esa modalidad de desarrollo es propiamente la salud.

Para Maslow el estudio de personas saludables psíquicamente resulta relevante, ya que aporta información acerca del desarrollo humano en el seno de un contexto socio-cultural complejo y caracterizado por la emergencia de problemas relativos a los valores. El psicólogo humanista va más allá de las categorías clínicas existentes y diagnostica enfermedades relacionadas con los valores como anhedonia, anomia, apatía, amoralidad, desesperanza o cinismo. Los valores son una necesidad cognoscitiva de comprensión y son necesarios, al igual que la luz solar o el calcio, para vivir. (Maslow, *Ibid.* P.254).

La mirada de Maslow sobre Spinoza es atractiva porque se centra en él en tanto que persona autorrealizada. En este trabajo damos un paso más y proponemos como hipótesis que la *Ética*, en tanto que obra sobre la felicidad y la libertad, es una obra en la que podemos encontrar una conexión con la autorrealización.

## 2.2 CARACTERÍSTICAS DE LAS PERSONAS AUTORREALIZADAS

Dice Maslow que su interés con respecto a la autorrealización:

No era una aventura social sino privada, motivada por mi propia curiosidad y con la intención de solucionar diversos problemas científicos, éticos, morales y personales. Yo sólo pretendía convencerme y enseñarme a mí mismo, más que probar o demostrar algo a los demás. (Maslow, 1991, p.193).

La investigación le resultó tan esclarecedora y necesaria que, pese a las dificultades metodológicas decidió darla a conocer, ya que cualquier información en torno a la salud mental, por mínima que sea, tiene un valor heurístico.

En el sugerente capítulo “El problema de los medios y los fines” de *Motivación y Personalidad*, expone que hay una confusión entre ciencia y método, y

5 El adjetivo *enfermo* alude a problemas con los valores.

cuestiona que se centre el valor de la ciencia más en los instrumentos y la parafernalia que la rodea que en los problemas que plantea.

Un problema que está tratado satisfactoriamente desde el punto de vista metodológico es raramente criticado. En cambio, un problema audaz, que rompa moldes, a causa de que puede ser “fallido” es criticado incluso antes de que se plantee por completo (...) No recuerdo haber visto entre los escritos que me son familiares ni un solo artículo que criticase a otro por ser trivial, poco importante o carente de consecuencias. (Maslow, *ibid.* P.286).

El resultado de este trabajo le condujo a una serie de impresiones totales respecto a las personas autorrealizadas que pasamos a indicar: percepción de la realidad, tolerancia, espontaneidad, centrarse en los problemas, soledad, autonomía, apreciación fresca, experiencias límite, afinidad humana, humildad y respeto, relaciones interpersonales, ética, fines y medios, humor, creatividad, resistencia a la enculturación o socialización, imperfecciones, valores, resolución de dicotomías.

Este conjunto de características que comentaremos a continuación configura el perfil de las personas psíquicamente sanas. Procederemos de una manera interconectada, ya que unas características remiten a otras y las relacionaremos con pasajes de la *Ética*, objetivo de este trabajo, pero también con algunos aspectos biográficos de Spinoza que nos parecen especialmente reseñables. Dice Unamuno en *El sentimiento trágico de la vida* que la biografía de un filósofo no es algo secundario, sino que ese espíritu es lo que da consistencia y vida a su propuesta filosófica. No entendemos esta idea como una correspondencia entre vida y obra, pero sí consideramos que, aun en su estilo geométrico de la *Ética*, hay en ella inquietudes de Spinoza hombre a las que da una expresión filosófica.

Somos conscientes de iniciar este entramado de relaciones entre la *Ética* y las características de las personas autorrealizadas antes de haber acometido la obra de Spinoza, pero por cuestiones metodológicas hemos considerado oportuno hacerlo así. La lectura de este artículo no es lineal, sino que requiere una integración de apartados que conducirán al lector hacia adelante y hacia atrás. Insistimos en que no perseguimos una correspondencia entre cada característica y algún pasaje de la *Ética*, sino un aire de familia al que nos ha conducido nuestra intuición.

*Percepción de realidad:* Es una captación eficaz de la realidad que deviene en una capacidad superior para razonar y percibir la verdad (Maslow, *ibid.* P.199). Las personas autorrealizadas viven en el mundo real de la naturaleza no en la construcción mental que hacen de él. Su percepción es desinteresada y esto permite acceder a la naturaleza intrínseca de lo percibido. Se trata de una percepción más concreta y objetiva porque no está en función de las necesidades. Hay una atracción por lo ambiguo, desconocido, desestructurado:

El método más eficiente para percibir la naturaleza intrínseca del mundo, consiste en ser más receptivo que activo, determinado hasta donde sea posible por la estructura intrínseca de lo percibido y lo menos posible por la naturaleza del perceptor. (Maslow, 1998, p.69)

A lo largo de la *Ética* hay una resonancia de esta característica con las ideas adecuadas, que no tienen que ver con juzgar las cosas o servirte de ellas en función de tu necesidad, sino según su naturaleza. Se trata de esa percepción que capta el valor o perfección de algo:

La perfección de las cosas debe estimarse por su sola naturaleza o potencia, y no son más o menos perfectas porque deleiten u ofendan a los sentidos de los hombres ni porque convengan o repugnen a la naturaleza humana<sup>6</sup>.

Esta característica guarda una íntima relación con la *resistencia a la enculturación*<sup>7</sup>. En la medida en que un individuo se resiste a la enculturación es capaz de captar de manera más libre e independiente. Actualmente hay estudios en humanos que relacionan un funcionamiento neuro-sensorial más desarrollado con una percepción de las características de un estímulo frente a su significado cultural. Esto se traduce en que su modelo perceptivo propicia una reflexión más independiente.

La *percepción de realidad*, en personas dedicadas a la ciencia y al mundo intelectual, guarda relación con otra característica que es la *Solución de dicotomías*, muy significativa en el *corpus* filosófico de Spinoza y en su propia vida<sup>8</sup>. Dice Maslow que:

No sólo toleran lo ambiguo y lo desestructurado es que les gusta (...) Es cierto que estas personas son intelectuales, investigadores y científicos de modo que, quizás, el mayor determinante aquí es el poder intelectual. Y sin embargo, todos sabemos cuántos científicos —con un alto cociente de inteligencia (C.I.)— por timidez, convencionalidad, ansiedad u otros defectos del carácter, se ocupan exclusivamente de lo conocido, de pulirlo, ordenarlo y reordenarlo, clasificarlo y de darle vueltas sin hacer nada en particular, en vez de descubrir, como se supone que es su obligación. Puesto que a las personas sanas no les atemoriza lo desconocido, no tienen que malgastar el tiempo derribando al fantasma, silbando al pasar por el

6 *Ética*, Parte Primera, Apéndice. p. 118.

7 Elisabeth Roudinesco alude a la coincidencia que se da entre Freud y Spinoza al concebir la cohesión de la unidad histórica del pueblo judío, no por la doctrina sagrada sino por el odio que suscitaba en las otras naciones.

La autora menciona entonces la resistencia a los conformismos en este pueblo, y esta característica que señala Maslow, bien tiene que ver con ello. Véase Roudinesco, E. (2015). *Freud en su tiempo y en el nuestro*. (Traducción Horacio Pons). Barcelona: Debate, P. 62.

8 Sobre esas dicotomías versa el artículo de Espinosa, L. (2012). "Spinoza: parejas conceptuales y otras paradojas fecundas". *Fragmentos de filosofía*, nº 10, pp. 1-31.

cementerio o, dicho de otro modo, protegiéndose de peligros imaginarios (...) No se aferran a lo familiar, ni es su búsqueda de la verdad una necesidad catastrofista de certidumbre, seguridad, definición y orden (...) (Maslow, 1991, p.200).

En la *Ética*, el filósofo relaciona de manera integrada perspectivas diferentes de lo mismo: cabe destacar cuerpo-alma; existencia-esencia; finito-infinito; tiempo-eternidad; afectos-ideas y, como indica Luciano Espinosa:

Ahora bien, lo interesante a la par que problemático es que nunca desaparece la tensión primera y es imposible establecer una relación simple entre ellos, algo que obliga a remitirse a un más allá de las categorías (...) No se trata de tomar un poco de cada lado y unirlo, valga la expresión, sino de apreciar cómo la bipolaridad es algo inherente y no una antinomia a superar. (Espinosa, 2012, pp. 2, 3).

Las personas autorrealizadas se *aceptan a sí mismas* de manera estoica, con sus dificultades, aceptan en ellos la obra de la naturaleza sin discutir con ella. Dice Maslow:

Uno no se queja del agua porque sea húmeda, o de las rocas porque sean duras, o de los árboles porque sean verdes. Igual que los niños miran al mundo con ojos grandes e inocentes, ni críticos ni exigentes, simplemente percibiendo y observando lo que sea, sin discutirlo o exigir que sea de otro modo, así tienden las personas autorrealizadas a ver la naturaleza humana en sí mismos y en los demás. (Maslow, 1991, p. 201).

La lucha contra la ignorancia, en la *Ética*, se erige como reconocimiento de nuestra naturaleza, de ahí la necesidad de comprender nuestros afectos y desmontar una idealización que es, al mismo tiempo, acusación del ser humano y que provoca el afecto de la tristeza y sus derivados. La idealización es un mecanismo defensivo que siempre abre una brecha respecto a aquello con lo que tratamos de relacionarnos.

Esa aceptación, que es conocimiento y comprensión, es lo que permite iniciarse en el proceso de transformar lo inadecuado en adecuado, lo pasivo en activo. Ahí se opera sobre un problema real y no hay mecanismos defensivos, hay conciencia de los límites, pero también del carácter dinámico que tienen. Límite no hay que confundirlo en ningún caso con la noción de impotencia en Spinoza. Al reconocimiento de la naturaleza limitada de nuestra potencia añade el filósofo la serenidad ante la potencia de causas exteriores que la contrarían. Eso es no neurotizarse un problema, sino abordarlo como problema real, es decir, si tenemos conciencia de los límites hay conocimiento, comprensión y contento de sí.

Obviamente, hay diferencias contextuales en el caso de un autor y otro, pero consideramos que ambos se remiten a un entorno que promueve ignorancia. El



paso de los siglos no ha evitado la re-territorialización de viejas ignorancias y la reaparición de otras nuevas formas.

*Espontaneidad*: no se trata tanto de que adopten comportamientos no convencionales en sociedad como que sus impulsos, pensamiento y conciencia no son convencionales (Maslow, *ibid.* P.203). Esta característica tiene una presencia en la *Ética* porque Spinoza, que traza el perfil del ser humano con sabiduría, le saca de las convenciones religiosas y sociales existentes, aunque no les niegue cierta utilidad<sup>9</sup>, y tampoco se lo niegue a afectos como la esperanza o la humildad a falta de la guía de la razón. La convención juega un papel social, pero la persona sabia no se rige por esos códigos, sino por la guía de la razón que remite a la autonomía.

*Centrarse en los problemas*. Las personas autorrealizadas vuelcan sus energías hacia determinados problemas que, aun teniendo que ver consigo mismos, no les dejan atrapados de manera centrípeta. Se mueven por un marco amplio de valores y viven *sub specie aeternitatis*, dice literalmente Maslow, impartiendo serenidad y falta de preocupación por los problemas inmediatos (Maslow, *ibid.* P.206). Esta característica ilustra la vida de Spinoza en tanto que vida dedicada a filosofar. En la *Ética*, quien sigue la guía de la razón, se relaciona con sus afectos de manera que éstos no le conviertan en un siervo y, por tanto, vive en problemas reales.

Esta característica tiene que ver con las *experiencias límite o cumbre*, que pueden ser más o menos intensas. En ellas se trasciende el yo y se da una concentración de muchos valores. Se trata de momentos de extrema felicidad y plenitud. En la experiencia cumbre la persona se siente más integrada y tiene experiencia de identidad aguda, se muestra en todo su potencial y no hay derroche de capacidades. También experimenta seguridad y certeza, siente responsabilidad, autodeterminación. En la experiencia cumbre hay una ebullición creativa, ya que al entrar en un estado de confianza se produce una entrega al problema según sus exigencias intrínsecas, sin interferencias. La experiencia cumbre hace posible un isomorfismo dinámico entre el interior y el exterior: cuanto más sí mismas, más capaces de percibir globalmente lo externo.

En la *Ética*, la *perspectiva de la eternidad* como experiencia de lo verdadero es lo más próximo a la experiencia cumbre. Dice Spinoza en la última parte del libro que la eternidad no puede definirse por el tiempo y aun cuando seamos limitados temporalmente, no por ello dejamos de sentir y experimentar que so-

9 Cabría señalar la diferencia entre ley divina y ley religiosa que aparece en el *Tratado Teológico-Político*: la ley religiosa sería la dimensión convencional de la religión y la ley divina tendría que ver con el dominio de la experiencia de Dios y con la *beatitud*, algo que escapa al control institucional.

mos eternos<sup>10</sup>. Es el amor intelectual a Dios, que nace del tercer género de conocimiento, el que nos hace sentir y experimentar la eternidad<sup>11</sup>.

*Autonomía:* Consiste en vivir según criterios propios, con independencia del entorno, ya que el motor para el crecimiento es interior. Para Spinoza orientarse en la vida es aprender a orientarse, la vida está en nuestras manos. No se trata de replicar un modelo. En la *Ética*, la autonomía no es prescindir de los demás, sino seguir tu esfuerzo por perseverar con la guía de la razón, que es la brújula.

*Apreciación clara:* es capacidad de disfrute de los bienes fundamentales de la vida y está asociada a la capacidad de sentir la novedad. El hombre sabio de la *Ética* es alguien con capacidad de disfrute:

Quiero decir que es propio de un hombre sabio reponer fuerzas y recrearse con alimentos y bebidas agradables, tomados con moderación, así como gustar de los perfumes, el encanto de las plantas verdeantes, el ornato, la música, los juegos que sirven como ejercicio físico, el teatro y otras cosas por el estilo, de que todos pueden servirse sin perjuicio ajeno alguno<sup>12</sup>.

*Medios y fines:* Consideran como fines algo que para los demás es un medio. Un proceso lo viven como fin, entendiendo que en el proceso hay sentido y ya contiene todo. Es la capacidad, dice Maslow, para convertir la actividad más trivial en algo intrínsecamente gozoso. En la *Ética*, la *beatitud* constituye un proceso y la virtud no es un medio que tiene como premio la felicidad. En Spinoza persona, el pensamiento es un fin en sí mismo, ni tan siquiera fue su medio de vida. Hacer del pensamiento un medio lo convierte en vulnerable frente a las censuras. Spinoza, dijo Deleuze, era de esos pensadores que invierten los valores y filosofan a martillazos. (Deleuze, 2009, p. 20).

*Valores:* Las personas autorrealizadas presentan una alta tolerancia relacionada con un sentido abierto y de trivialización de muchos asuntos. Disfrutan de las diferencias, no son amenazantes para ellos. Son mucho más individuales y más si mismos que cualquier otro grupo y, sin embargo, empatizan mucho más con la humanidad. En la *Ética*, Spinoza da cuenta de cómo el conocimiento de uno mismo y la conservación del ser según la guía de la razón, conducen al amor intelectual a Dios que invita a una experiencia de colectividad: “El amor a Dios se fomenta cuantos más hombres nos imaginemos unidos a Dios por el mismo vínculo de amor”<sup>13</sup>.

10 Parte Quinta. Proposición XXIII. Escolio, p. 443.

11 Dice André Comte-Sponville que “No se trata de que la eternidad esté ante nosotros (Kant), ni que esté detrás (Platón), tampoco en nosotros, sino que nosotros estamos en ella”. (2010) *Sobre el cuerpo*. (Traducción Jordi Terré). Barcelona: Paidós Contextos P. 248.

12 Parte Cuarta. Proposición XLV. Escolio, p. 366.

13 Parte Quinta. Proposición XX. P. 437.

Cerramos este apartado con una cita de Maslow:

Salvo pocas excepciones, se puede decir que nuestros pacientes se preocupan de problemas básicos y cuestiones eternas del tipo que denominamos filosófico o moral. Tales personas habitualmente viven en un marco de referencia lo más amplio posible. Parece que nunca se acercan demasiado a los árboles para que éstos no les impidan ver el bosque. (...) viven con referencia a un siglo más que a un momento. En una palabra, estas personas son todas, en uno u otro sentido, filósofos, a la manera popular. (...) Esa impresión de estar por encima de las cosas pequeñas, de tener un horizonte más grande, de vivir en el marco más amplio de referencia, *sub specie aeternitatis*, es de la mayor relevancia interpersonal y social; parecen impartir tal serenidad y falta de preocupación por los problemas inmediatos, que hacen la vida más fácil, no sólo a sí mismos, sino también a todos los que se relacionan con ellos. (Maslow, 1991, pp.206, 207).

### 2.3 BEATITUD

No podemos negar que la *Ética* es una obra sobre la felicidad como asunto clave que compete al ser humano, pero ¿cómo entender actualmente esta idea?

La *beatitud* o *summa felicitas* no puede confundirse con un sentido contemporáneo e individualista de felicidad caracterizado por una satisfacción privada y rápida. En Spinoza no hay una idea de felicidad como recompensa al esfuerzo, algo que nos situaría en la servidumbre.

La *beatitud* se concibe a partir del *conatus* entendido como fuerza de existir. Si bien nuestra existencia no tiene una finalidad, la conservación de nuestro ser sí requiere y admite una disposición activa de nuestra parte para disponer lo que incrementa nuestra potencia vital y no quedar pasivamente a merced de la suerte.

La consideración de que “el hombre no es un imperio dentro de otro imperio”<sup>14</sup> es una idea necesaria para contextualizar y comprender el alcance de la *beatitud*. Los seres humanos estamos regidos por las leyes de la naturaleza y la comprensión de esta realidad es necesaria para la transformación activa que supone la razón. La guía de la razón alude a nuestra capacidad de autonomía frente al asilo de ignorancia<sup>15</sup> que denuncia el filósofo. De ahí que la *beatitud* constituya un proceso de liberación. Además, la racionalidad es esa disposición activa que hemos mencionado.

14 Prefacio Parte Tercera. Del origen y naturaleza de los afectos.

15 P. 114. *Apéndice*, Parte Primera.

*Beatitud* es definida por Spinoza como conocimiento de Dios, pero conocer y amar a Dios son el mismo proceso. Ese amor, dice el filósofo, es el más constante de todos los afectos. Mas, ¿de qué tipo de conocimiento está hablando? ¿Por qué ese conocimiento es amor?

*Beatitud* es *summa felicitas*: vida feliz y libre. Consiste en el esfuerzo por conservar el ser según la guía de la razón<sup>16</sup>. Esa es la definición de la firmeza que, junto a la generosidad, forma parte de la fortaleza o potencia del ánimo. Ese esfuerzo es el primer y único fundamento de la virtud y va acompañado del conocimiento racional y del intuitivo (segundo y tercer género de conocimiento), por los que te transformas en una persona libre, con capacidad de autogobierno, y eso se experimenta como una alegría donde tú eres causa activa de ese afecto<sup>17</sup>. Es un proceso de conocimiento de ti mismo y de discernimiento de lo que aumenta tu potencia vital y va acompañado de contento de sí. Eso es para Spinoza el amor a Dios:

“Amar a Dios consiste en conocerse uno a sí mismo clara y distintamente”<sup>18</sup>. Cabe destacar que el conocimiento siempre va asociado para Spinoza a la potencia de ser y de obrar; cuando percibimos alguna impotencia en nosotros, que no hay que confundir con una limitación, no se debe al conocimiento sino a que la potencia de obrar está reprimida<sup>19</sup>. La impotencia está relacionada con la ignorancia sobre uno mismo y con el afecto de la tristeza y todos los que derivan de ella, que reprimen el deseo, concebido como esfuerzo de cuerpo y espíritu por perseverar en el ser.

En el segundo y tercer género de conocimiento las cosas se conciben desde la perspectiva de la eternidad. En este nivel se minimiza el padecer y se potencia la capacidad de obrar<sup>20</sup>. Este conocimiento no es instrumentalizable, no está al servicio de otra cosa que su propia necesidad, que es su verdad, y no se guía

16 (...) “Como la razón no exige nada que sea contrario a la naturaleza, exige, por consiguiente, que cada cual se ame a sí mismo, busque su utilidad propia, apetezca todo aquello que conduce realmente al hombre a una perfección mayor, y, en términos absolutos, que cada cual se esfuerce cuanto está en su mano por conservar su ser”. (Escolio, propo. XVIII, Parte Cuarta, p. 331). En la parte Quinta, dice de la razón que es potencia del alma e indaga su capacidad para regir los afectos, que no es absoluta. La razón hace que el deseo no tienda al exceso; concebir la razón es hacerlo desde la perspectiva de la eternidad (necesidad).

17 Spinoza define obrar en la Parte Tercera como ser causa adecuada de algo que ocurre en nosotros o fuera de nosotros, es decir, cuando de nuestra naturaleza se sigue algo que puede entenderse clara y distintamente en virtud de ella sola.

18 Proposición XV, Parte Quinta.

19 Véase *Ética* p. 373.

20 Aquí es importante tener en cuenta que cuando Spinoza se refiere a la potencia de actuar no habla de control sobre las cosas, ya que éstas se rigen por una necesidad que es lo que tenemos que comprender para actuar libremente. Entonces, a menudo confundimos una acción con una pasión. El afán de tener bajo control es pasión no acción.

por un sistema de recompensas porque eso sería servidumbre como ya hemos apuntado. La idea de Dios, además, nunca va asociada a pasiones tristes.

En la medida en que conocemos apetece lo que es necesario y sentimos contento ante la verdad. Si entendemos eso, el esfuerzo de lo que es en nosotros la mejor parte concuerda con el orden de la naturaleza entera<sup>21</sup>.

En esta proposición Spinoza da cuenta de que el conocimiento y el deseo, como capacidad de apetece, se pueden integrar. Apetece lo necesario consiste en que el deseo, nuestro deseo, se guía por la razón y, por tanto, el apetito está fundamentado en una comprensión de la realidad que aumenta nuestra potencia:

El fin último del ser guiado por la razón, es decir, el deseo supremo desde el que se rigen todos los demás es el que lleva a concebirse adecuadamente a sí mismo y todas las cosas que pueden ser objeto de su entendimiento<sup>22</sup>.

Guiarse por la razón es útil a la conservación y disfrute propio y de los demás, porque nos permite orientarnos y no falsearnos. Y eso, además, tiene un valor pedagógico considerable porque una persona que se orienta a sí misma es fuente de inspiración para otros<sup>23</sup>.

La *beatitud* es también el paso a una perfección mayor y para Spinoza, perfección y realidad son lo mismo:

“Cuanto más ricos somos en el tercer género de conocimiento, más conciencia tenemos de nosotros mismos y de Dios, eso, implica más perfección y realidad”<sup>24</sup>

Podríamos asimilar la *beatitud* a una experiencia de lucidez y comprensión en su más alto grado donde hay un afecto activo de alegría.

*Deus sive Natura* no es en Spinoza una totalidad que envuelve lo demás, sino lo infinito, la realidad como algo abierto, e invita a tomar una medida adecuada de nosotros con respecto a la potencia de la vida, infinita en sus posibilidades. Seguramente, la medida de nuestro lugar en esa infinitud que no alcanzamos a imaginar es más necesaria para la vida plena que muchas de las promesas de éxito que se hacen en nuestra sociedad. La idea de Dios y nuestra conciencia de estar insertos en un orden infinito también apunta a la interdependencia de todo, es decir, es esa conciencia de que la acción de una fuerza

21 Capítulo XXXII de la Parte Cuarta.

22 Cap. IV, Parte Cuarta, p. 399.

23 Desde un punto de vista pedagógico, encontramos resonancias con el modelo helenístico y concretamente con el concepto de *parresia* al que se refiere Foucault en *Hermeneútica del sujeto*, donde el maestro no es modelo sino fuente de inspiración.

24 Proposición XXXI, Escolio. P. 449.

repercute en todo el campo de fuerzas; idea que los psicólogos de la Gestalt a partir de la física contemporánea aplicaron al estudio de la psicología humana y que admite una aplicación a una teoría de los valores.

Spinoza dio con una idea desafiante y confiada: La substancia no es el Dios en el que se cree como algo fuera de nosotros, sino el Dios en el que se está, que conecta todo y que nos conecta humanamente por encima de cualquier tiempo y lugar, *sub specie aeternitatis*. Esa inmanencia es una liberación y una belleza para quien la contempla sin angustia.

### 3. CONOCIMIENTO SER Y RAZÓN: DE LO PASIVO A LO ACTIVO

Ni la *beatitud* ni la autorrealización se satisfacen desde fuera, ni constituyen una recompensa a comportamientos que se esperan de nosotros. En ningún caso hay que confundir estos procesos con ausencia de problemas ni de limitaciones. La *beatitud*, en Spinoza, contempla el conocimiento de nuestra naturaleza corporal y mental y, por tanto, la conciencia de nuestra relación con lo demás y los límites de nuestra potencia frente a otras causas. En Maslow, autorrealización no es llegar a una meta, sino que es la integración de todas nuestras necesidades dando lugar a un nuevo sentido de uno mismo y de la realidad. En ninguno de los dos casos se está hablando de ser un modelo de persona sino de una persona que es sí misma y se comporta libremente en tanto que activamente<sup>25</sup>, con capacidad de decidir sobre sí misma, mejorándose y potenciándose con ello. Esa es la persona autorrealizada, esa es la persona feliz que persevera en el ser desde la guía de la razón.

El desarrollo es para Maslow un proceso a-motivacional y sin finalidad, gratificante en sí mismo. Por ello no debe entenderse como una secuencia de una meta a otra meta, de un fin a otro fin. El desarrollo supone la entrada en lo complejo<sup>26</sup>, cualitativamente distinto de las necesidades básicas<sup>27</sup>, aunque las requiera, siendo éstas condición *sine qua non* de aquél. El desarrollo no es vida planificada, sino vida espontánea, que Maslow entiende como “expresión del

25 Dice Spinoza en el escolio I de la prop. XXXVII, Parte Cuarta: “Quien se esfuerza no en virtud de la razón sino del sólo afecto en que los demás amen lo que él ama, y en que los demás acomoden su vida a la índole de él, actúa solo por impulso, y por ello se hace odioso, y sobre todo, a aquellos a quienes agradan otras cosas”. Este escolio permite pensar que la idea del modelo como réplica estaría en el orden puramente emocional. Cuando nos guiamos por la razón no imponemos una manera de ser, sino que invitamos e inspiramos a otros a perseverar en su propio ser según su necesidad.

26 La percepción clara guarda relación con las teorías de la complejidad. El orden excesivo y la búsqueda de certidumbre alejan de las posibilidades creativas y son expresiones de seguridad y control personales. Véase *Motivación y personalidad*, p. 200.

27 Para Spinoza éstas se satisfacen desde fuera: “Las cosas que están fuera de nosotros nos son útiles, principalmente para la conservación de nuestro cuerpo”. Cap. XXVII, Parte Cuarta.

yo-libre confiada e impremeditada en expresar las propias fuerzas psíquicas con un mínimo de interferencia por parte de la conciencia” (Maslow, 1998, p.244).

Las leyes de la motivación deficitaria y del esfuerzo dirigido no sirven para el desarrollo. Sin embargo, entrar en motivación de desarrollo permite visitar las necesidades básicas desde un nuevo sentido. Esto supone que necesidades fisiológicas como comer o el sexo se viven integradas en una elección consciente de vida, que es lo que vemos encarnado en el hombre sabio de la *Ética*.

Spinoza no habla *sensu stricto* de desarrollo sino de grado de potencia. El *conatus* como fuerza de existir coincide con la potencia, que puede aumentar con la guía de la razón y procurar la *beatitud*. *Conatus* es la esencia del ser humano, el esfuerzo por perseverar en el ser según la potencia de cada cual, derecho natural del modo existente, y es neutro. En tanto que fuerza de existir, lo atraviesa todo, y dice: “nadie se esfuerza por conservar su ser a causa de otra cosa”<sup>28</sup>. El *conatus*, que es el deseo en el caso del ser humano, es para Spinoza la expresión de ese esfuerzo que nos hace buscar conscientemente algo. El deseo evalúa y dota de valor algo, de ahí que Spinoza provoque una inversión en el pensamiento de su época al considerar que algo es bueno porque lo deseamos y no al contrario. Esa potencia vital que nos mueve es la base de la *beatitud*. “Deseo es apetito con conciencia de sí mismo. El apetito es esencia del hombre en cuanto determinada a obrar aquello que sirve para su conservación”<sup>29</sup>.

Además, cuanto más se esfuerza cada cual en buscar su utilidad y cuanto más lo consigue, tanto más dotado de virtud está<sup>30</sup>. (...) no hay virtud anterior al esfuerzo por conservarse y ese es el primero y único fundamento de la virtud<sup>31</sup>.

Los humanos somos seres de deseo. Éste nos permite proyectarnos hacia un futuro deseable y conforme a ello modificar nuestro comportamiento en el presente. El deseo guarda relación con la toma de decisiones, de ahí que el deseo y la razón admitan una articulación según Spinoza.

*Beatitud* y autorrealización implican un modo de conocimiento que permite una capacidad de acción sobre la propia vida. Spinoza apuntó la existencia de tres géneros de conocimiento que, a decir de Deleuze, son modos de existencia<sup>32</sup>. Esos tres géneros son: opinión, nociones comunes e intuitivo. El segundo y particularmente el tercero, que es el que coincide con la máxima comprensión de la realidad, pueden ser relacionados con el *conocimiento ser* de las experiencias cumbre de las que habla Maslow, aunque no estamos diciendo con esto que sean lo mismo. Recordemos que, especialmente el tercer género de cono-

28 Parte cuarta, prop. XXV. P. 338

29 Parte cuarta prop. XXV. P. 338

30 Parte cuarta, prop. XX. P.334

31 Parte cuarta, prop. XXIII. P. 337.

32 Deleuze, *op. cit.* P. 74.

cimiento es para Spinoza, a un tiempo, conocimiento de uno mismo y de Dios. Es la capacidad de comprender la necesidad por la que se rige la realidad y que coincide con la libertad. Cuando se llega a esa comprensión de lo que es necesario, se es libre, entendiendo la libertad tanto como aceptación de esa necesidad como capacidad de acción. En el primer caso se trata de un nivel de libertad no intervencionista, pero sí activa. Dejar ser lo que presenta su necesidad es una modalidad de actividad superior.

Las experiencias cumbre, según Maslow, constituyen momentos de plenitud. El *conocimiento ser* es un conocimiento penetrante en el que el mundo se contempla como algo independiente de nuestras carencias, proyecciones. Por ello dice Maslow que es altruista. Es un conocimiento que percibe el valor. En el seno de esa experiencia cumbre se da una perspectiva temporal, pero también otra que trasciende el tiempo al captar una verdad. Este conocimiento es receptivo, sin afán interviniente. Esto hace que se produzca en nosotros una experiencia de reverencia y admiración. Maslow dice que en ese conocimiento se da un isomorfismo dinámico, de manera que aproximamos a nuestro propio ser nos hace más capaces del *conocimiento ser*.

La pregunta que nos hacemos es si el *conocimiento ser* de las experiencias cumbre se sitúa al mismo nivel que el tercer género de conocimiento en la *Ética*, es decir, si cuando suceden, se accede a un mismo nivel de experiencia. Esta pregunta no admite una respuesta categórica. Sin embargo, el *conocimiento ser*, al formar parte de una experiencia plena, aunque sea momentánea, nos hace pensar inevitablemente en el tercer género de conocimiento del que sentencia Spinoza: “Cuanto más conocemos las cosas singulares más conocemos a Dios”<sup>33</sup>. Podríamos decir entonces que a veces tenemos esos destellos y, a pesar de su inconstancia, resultan transformadores. La importancia ética de la experiencia cumbre estriba en ese poder transformador. A nivel de conocimiento propio constituye una referencia de lo que podemos y, en ese sentido, nos puede orientar a buscar esos encuentros o aliados que nos son favorables o, en términos de Maslow, a convertirnos en buenos electores, es decir, aprender a elegir de manera más conveniente en función de quiénes y cómo somos.

Respecto a los modos de conocimiento cabe decir que, el segundo género, basado en las nociones comunes, ya permite acceder a esa modalidad de experiencia, pero no el primer género porque en él lo que hacemos es juzgar las cosas en la medida en que nos afectan, no por su propia naturaleza. No obstante, Spinoza no concibe en términos negativos las ideas inadecuadas que caracterizan este primer género de conocimiento, porque pueden movilizar nuestra búsqueda.

33 Proposición XXIV, Parte quinta. P. 444.



La *beatitud* en Spinoza sería ese proceso por el que lo pasivo se convierte en activo, por tanto, las pasiones se convierten en afectos activos orientados a una actuación libre que tiene que ver con nuestra esencia singular. Spinoza considera que esto es pasar a una perfección mayor. En la ardua organización que Spinoza hace de las pasiones a partir de los tres afectos básicos: alegría, tristeza y deseo; establece que, de las pasiones, la alegría y el deseo pueden ser activas y aumentar la perfección y capacidad de obrar. Sólo la fortaleza, que es potencia del ánimo, es siempre activa. La tristeza no puede ser activa por definición ni por experiencia, ya que consiste en una disminución o represión de la potencia de ser y de obrar.

En Spinoza, perfección, potencia de obrar, es potencia de conocer. Para Maslow, en las personas saludables no hay hiato entre conocimiento y acción; cuando saben qué es lo adecuado, lo hacen. En cierta medida esto mismo nos sugiere Spinoza cuando dice “en la medida en que conocemos apetecemos lo que es necesario”<sup>34</sup>.

#### 4. SERVIDUMBRE Y ENFERMEDAD

¿Por qué saciar el hambre y la sed va a ser más decente que desechar la melancolía? Tal es mi regla, y así está dispuesto mi ánimo. Ningún ser divino, ni nadie que no sea un envidioso, puede deleitarse con mi impotencia y mi desgracia (...) Muy al contrario: cuando mayor es la alegría que nos afecta, tanto mayor es la perfección a la que pasamos, es decir, tanto más participamos necesariamente de la naturaleza divina. Así pues, servirse de las cosas y deleitarse con ellas cuanto sea posible es propio de un hombre sabio<sup>35</sup>.

Hay una modalidad de enfermedad relacionada con la incapacidad para vivir la propia vida que tiene que ver con la pasividad de la que hablábamos en el apartado anterior. No se trata de trastornos clínicos, sino de lo que Spinoza denominó impotencia, que se relaciona con la ignorancia, y que Maslow consideró como *persona disminuida o raquítica*<sup>36</sup> (Maslow, 1998, p. 240), aludiendo con ello a problemas relacionados con anomalías en la experiencia de los valores.

Para Spinoza la impotencia tiene que ver con la servidumbre y con el afecto de la tristeza y sus derivados. El filósofo da cuenta de modalidades distintas de servidumbre y desvela formas de autoengaño a las que sucumbimos con extraordinaria facilidad. Según Deleuze, en la *Ética*, el análisis de la servidumbre se hace desde el sometimiento a las pasiones en la figura del esclavo, aunque en

34 Véase nota 21.

35 Escolio Prop. XLV, Parte cuarta. P. 365.

36 Maslow, *ibid.*, p. 240.

el *Tratado Teológico-político* lo hará desde los personajes del tirano, que despliega su poder en las pasiones tristes, y el sacerdote, cuyo discurso se basa en la tristeza sobre la condición humana. Pero, al igual que ocurre con los tres géneros de conocimiento, consideramos que esas modalidades de servidumbre también interactúan entre sí.

Para Maslow, cuando se frustra, niega o reprime ese núcleo interior manifestado como necesidad hay enfermedad psíquica y ésta tiene que ver con incapacidad de desarrollo y problemas con los valores.

Spinoza y Maslow indagan acerca de un mismo proceso, ese en el que desde la naturaleza y necesidades humanas se encuentra el hilo conductor hacia la experiencia de plenitud y felicidad de la vida.

Para Maslow es en la fuente de las necesidades idiosincráticas donde se engendran los valores y para Spinoza el esfuerzo por conservar el ser es el fundamento de la virtud. Postulamos que, en el caso de Spinoza, la virtud tiene que ver con los valores que se encarnan en los afectos activos.

## CONCLUSIÓN

Más que a una conclusión, este trabajo nos abre a otras preguntas, incluso la que nos devuelve acerca de su idoneidad, y no por las dudas que nos plantee una intuición en la que persistimos, sino porque su propio afán argumentativo desvía, por momentos, la ligereza que acompaña a esa intuición primigenia en la que radica.

Con sus profundas divergencias y desniveles, la persona sabia y la persona autorrealizada convergen en que remiten a ser uno mismo. Entendemos ese ser uno mismo como un desarrollo o incremento de la potencia vital que trae consigo una expansión de la conciencia y una inmersión consciente en la realidad. La persona sabia y la persona autorrealizada también coinciden en la resistencia frente a diferentes formas de servidumbre, internas y externas.

Spinoza y Maslow, tanto a nivel de sus vidas como de sus obras, bien pueden situarse en esa tradición de autores y autoras que han descendido a los entresijos de las tensiones entre el individuo y la sociedad, y han exaltado el valor de la singularidad concebida como ser individuos únicos que no buscan su identidad en el grupo de poder, sino en una fortaleza interior que les conecta con la realidad, siempre inacabada y misteriosa.

Si nos detenemos en las obras, en el caso de Maslow es más evidente, ya que afirma de manera explícita que la motivación por desarrollo tiene que ver con la idiosincrasia del individuo. En el caso de Spinoza, no parece obvio que defienda explícitamente esa singularidad y, sin embargo, esparce algunas semillas a este respecto que no pasan desapercibidas. La *beatitud* o libertad es a un

tiempo amor intelectual a Dios y conocimiento claro y distinto de uno mismo. Nos parece que la razón que guía la vida de la persona sabia no diluye al individuo, más bien lo potencia, haciendo del esfuerzo por conservar su ser no una pura supervivencia, sino un perseverar en lo que se es asumiendo la propia capacidad de obrar. En esto consiste la singularidad y en ella tiene lugar una condensación compleja de valores. La razón a la que apela Spinoza es una intimidad entre el ser humano y el cosmos que se expresa como amor intelectual.

Actualmente encontramos la predominancia de un ideario social de la felicidad y de la autorrealización referido, no a individuos singulares, sino autorreferenciales. La felicidad tiende a caricaturizarse en una emocionalidad positiva -a menudo carente de contexto- y la autorrealización se reduce a una cosecha de éxitos personales y profesionales. Tanto Spinoza como Maslow nos conducen en una dirección muy distinta.

La experiencia de plenitud que hemos propuesto como punto de comunicación entre la persona sabia y la autorrealizada no es algo que podamos buscar, sino algo que nos acontece. Esa experiencia, en sí misma, no es una cuestión relativa al tiempo sino a la eternidad. Por ello, la idea de búsqueda con una finalidad u objetivo queda fuera de lugar en estos autores. La plenitud no se experimenta como el haber alcanzado una meta, sino que es una experiencia en cierto modo inasible: es un darte cuenta de ti mismo en relación con lo demás acompañado de alegría.

La forma de existencia de estas personas no busca seguridades y certezas ni, por supuesto, metas, sino que en el esfuerzo natural y amable por ser fieles a sí mismas -nuestra necesidad más singular- acogen la incertidumbre y asumen un nivel de riesgo vital que resulta edificante.

Precisamente, es en las incertidumbres y ambigüedades que descubrimos en las indagaciones de un autor y otro, en el juego de luces y sombras, donde hallamos el verdadero legado. Nuestro conocimiento acerca de cómo y por qué acontece la plenitud, en cierto modo, se escapa.

Las voces de los autores de referencia respecto a la *beatitud* y la autorrealización presentan una analogía con la complejidad y negatividad que hay en la belleza, y con ello, dan cuenta de la vida real y no de un ideal de vida.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

COMTE-SPONVILLE, A. *Sobre el cuerpo. Apuntes para una filosofía de la fragilidad*. Barcelona: Paidós, 2010.

DELEUZE, G. *Spinoza. Filosofía práctica*. Barcelona: Tusquets, 2009.

DELEUZE, G., Guattari, F. *Mil mesetas*. Barcelona: Pretextos, 2010.

- ESPINOSA, L. "Spinoza: parejas conceptuales y otras paradojas fecundas" en *Fragmentos de filosofía*, n.º. 10, 2012, pp. 1-31.
- FOUCAULT, M. *Hermenéutica del sujeto*. Madrid: Ediciones de la Piqueta, 1994.
- HERGENHAHN, B.R. *Introducción a la historia de la psicología*. Madrid: Paraninfo, 2009.
- LENOIR, F. *El milagro Spinoza*. Barcelona: Ariel, 2019.
- MASLOW, A. *Motivación y personalidad*. Madrid: Díaz de Santos, 1991.
- MASLOW, A. *El hombre autorrealizado*. Barcelona: Kairós, 1998.
- ROUDINESCO, E. *Freud en su tiempo y en el nuestro*. Barcelona: Debate, 2015.
- SPINOZA, B. *Ética*. Madrid: Alianza, 2018. (3ª ed.).