

Martha C. Nussbaum, *Las mujeres y el desarrollo humano. El enfoque de las capacidades*. Barcelona: Herder, 2012, 414 pp.

Un interesante ensayo que analiza la situación de las mujeres de la mayor parte del mundo, que carecen de lo esencial para desarrollar su vida de forma plenamente humana. A través de sus páginas vemos cómo en determinados países y culturas están peor alimentadas que los hombres, tienen un nivel de salud inferior, son más vulnerables a la violencia física y sexual, su acceso a la educación y al mercado laboral es más difícil y no tienen los mismos derechos y libertades que los hombres. Estas circunstancias socio-políticas generan capacidades humanas desiguales que convierten a las mujeres, más que en un fin en sí mismas, en meros instrumentos para los fines de otros.

La autora defiende en este texto un feminismo universalista capaz de superar los límites del relativismo cultural. Su propuesta arranca del convencimiento de que gentes que tienen distintas maneras de entender el bien, pueden llegar a un acuerdo sobre algunos principios éticos universales que sean aplicables en cualquier lugar donde se dé una situación de desigualdad y de injusticia.

A partir de su propia experiencia personal en la India y de argumentos tomados de la filosofía, la economía y el derecho, propone un marco constitucional y político que, respetando las tradiciones e instituciones locales, pueda traducirse en objetivos y contextos concretos. De este modo, Nussbaum señala cómo la argumentación filosófica acerca de la justicia puede conectarse con los asuntos prácticos de la vida pública, sentando las bases para una fundamentación ética de la ayuda al desarrollo.

En la introducción analiza la vida de las mujeres en los países en desarrollo, dejando clara su intención de presentar una línea única y definida de argumentación feminista accesible a una amplia variedad de lectores.

En la primera parte de la introducción *Desarrollo e igualdad sexual*, habla de la carencia de apoyo a las mujeres en la mayor parte del mundo y en funciones fundamentales de la vida humana, dando lugar a una discriminación absoluta. Es más: en la India, ser viuda es bastante semejante a estar muerta. Esto demuestra que la desigualdad de los sexos está en fuerte correlación con la pobreza.

En *El enfoque de las capacidades*, Nussbaum afirma que es posible esbozar un marco universalista para el feminismo filosófico, que tenga validez para todas las culturas.

Nussbaum contrapone su teoría a la de Amartya Sen, con la que comparte opinión acerca de la pobreza del relativismo cultural, pero Sen pone el énfasis en el tratamiento de cada persona como un fin en sí mismo.

Para apoyar estas teorías, muestra en *Dos mujeres procurando prosperar* dos claros ejemplos de dos mujeres con vidas totalmente diferentes: Vasanti y Jayamma. Una se encuentra en el borde pobre de la clase media baja y la otra está en el límite más bajo de la escala económica. Sus vidas revelan patrones semejantes y muy comunes en la India y en muchos otros países en desarrollo. Ambas viven en un mundo en el que las mujeres dependen profundamente de los hombres y en el que estos, a menudo, asumen sus obligaciones muy a la ligera. Por último, ambas mujeres se han visto severamente limitadas por la falta de educación, en parte por su sexo.

Esto provoca el análisis que hace la autora a partir de la igualdad de los sexos en la India, lo cual es una teoría y no una realidad, ya que el índice de alfabetización femenina es de solo un cinco por ciento; el trabajo infantil forma parte del problema, pero las niñas lo sufren de forma desproporcionada; el matrimonio infantil —aun siendo ilegal— es una realidad muy extendida. En definitiva, no existe en toda la India amparo alguno para la mujer.

La última parte de la introducción, *Igualdad y diferencia*, resume que el objetivo político de todas las opciones económicas internacionales debería ser que, ciudadanos como Vasanti y Jayamma, gocen de todas las oportunidades y libertades y accedan a una vida acorde con la dignidad de seres humanos.

En el capítulo 1, *En defensa de los valores universales*, propone la autora un feminismo internacional que se encamine a obtener ciertos logros que trasciendan las fronteras culturales, nacionales, religiosas, de raza y de clase. Para ello son necesarios enfoques como el de reservar a las mujeres el derecho a elegir un modo de vida, evitar la práctica de tradiciones culturales injustas, crear espacios para facilitar y no tiranizar.

Según Naussbaum, las capacidades centrales para el funcionamiento humano serían: no morir prematuramente; procurar la salud y la integridad corporales; utilizar los sentidos, imaginar, pensar y razonar; saber manejar las emociones vinculándose con cosas o personas a las que amar, por las que dejarse cuidar y sentir gratitud; reflexionar críticamente sobre la propia vida; vivir con y hacia otros, auto-respetarse; respetar otras especies; reír y jugar; controlar el propio entorno político y material.

Al final de este capítulo la autora reflexiona sobre el valor de las mujeres que, a diferencia de las piedras, de los árboles y de los caballos, tienen el potencial de llegar a desempeñar valiosas funciones en la sociedad, siempre que se les proporcione suficiente nutrición, educación y apoyo. Esta es la razón por la que su desigual desarrollo es un problema de justicia, por lo que la solución de este problema depende de todos los seres humanos.

En el capítulo 2, *Preferencias adaptativas y opciones de las mujeres*, plantea la problemática de ver a la mujer bajo un concepto utilitario y de absoluta sumisión al hombre. De ahí la educación ancestral de la mujer, que le ha hecho creerse inferior al hombre y al que debe sometimiento. Pero el hombre, en general, no desea únicamente obediencia de la mujer; quiere sus sentimientos. Por eso han hecho todo lo posible por esclavizar su espíritu.

El capítulo 3 analiza *el papel de la religión* y del dilema que supone la libertad religiosa y la igualdad de los sexos. Por una parte, interferir en la libertad de expresión religiosa es asestar un golpe a los ciudadanos en un área de íntima autodeterminación y libertad básica. Sin embargo, no interferir promueve otros recortes de auto-definición y libertad. Las feministas han asumido una gama de diferentes posturas ante este dilema, pero la autora analiza solo dos extremos: uno posicionado en un *feminismo humanista secular* y otro que denomina *tradicionalista*. Lo que está claro es el deber de comprender y respetar la pluralidad y diversidad en cada costumbre religiosa, tanto tradicional como crítica, tanto femenina como masculina. Esto implica ser escéptico ante el punto de partida de cualquier visión que no reconozca la complejidad de la religión y de los intereses de la mujer. Con esto se plantea la posibilidad

de separarse de la religión como protección, ya que puede ser utilizada como único modo de pensamiento y como objetivo de afiliación.

Naussbam se centra en la pregunta acerca del modo en que su enfoque protegerá las capacidades de las mujeres adultas como ciudadanas plenamente iguales a los hombres. Pero afirma que la crianza de las niñas es igualmente importante y aún más compleja. El estado tiene fuerte interés en la protección de las capacidades de las niñas, pues son sus futuras ciudadanas. Pero también los padres tienen sumo interés en criar a sus hijas en su propia religión y en continuar las tradiciones a las que están apegados.

En el capítulo 4, *Amor, cuidados y dignidad*, la autora aporta la hermosa idea de que las mujeres son dadoras de amor y cuidados al marido, a los hijos y a la familia, pero estos papeles se han asociado en muchas ocasiones con ciertas virtudes morales como el altruismo, la sensibilidad ante las necesidades de los demás y el sacrificio de su propio interés a favor del ajeno. Acaba haciendo referencia al enfoque de Rawls, muy relacionado a su propio enfoque acerca de la familia: ambos definen a la persona como base de distribución, como importancia de las libertades de asociación y como valor intrínseco del amor y del cuidado. Pero Naussbam difiere de Rawls en el reconocimiento de la familia como parte básica de la estructura social y en importantes asimetrías entre la familia y otras organizaciones voluntarias.

Al final, la autora plantea *Dos debates en el feminismo internacional*, afirmando que la subordinación de las mujeres tiene aspectos sexuales y aspectos económicos. Ambos están marcados socialmente y cada uno de ellos fortalece al otro. Los hombres han considerado a las mujeres una propiedad sexual y también sus sirvientas económicas.

Termina la exposición regresando a Vasanti y a Jayamma, cuestionando cómo encontraron ellas amor y cuidado en las vidas de sus familias pero, a la vez, cómo forjaron nuevas oportunidades de cuidado desarrollando otras capacidades. Finalmente, las dos historias confluyen y nos muestran el hecho de que las capacidades humanas brindan un apoyo esencial para el amor, del mismo modo que el amor se encuentra entre las más importantes capacidades humanas.

En la *Conclusión*, Naussbaum aporta un informe anual de la colectividad de mujeres de una zona rural de la India, en el que quedan registrados los planes de dichas mujeres con decisión y firmeza. Este colectivo femenino logró diversos objetivos y luchó para que la mujer obtuviera su lugar en la sociedad y accediera a la educación igual que los hombres.

Está claro que en una gran parte del mundo las mujeres salen perdiendo por el hecho de ser mujeres y viven atemorizadas por el miedo y la jerarquía, pero son portadoras de capacidades y facultades humanas que las hacen merecedoras de poder realizarse y prosperar.

En síntesis, esta obra es una magnífica aportación al feminismo, con valiosa documentación basada en la experiencia de la autora en la India. Así mismo aparecen contrastadas otras opiniones de especialistas en la desigualdad de género, que abren nuevos caminos en la lucha por adjudicar a la mujer el papel que le corresponde en la sociedad. A pesar de la crudeza con la que analiza los casos reales que ella conoció en la India, siempre deja una puerta abierta a la esperanza que permitirá, con el tiempo, cambiar la situación. La autora es absolutamente respetuosa con todo tipo de cultura

y creencia, lo que hace de esta obra un ejemplo de sensibilidad y una evidente llamada a la solidaridad. Nos invita a estar atentos a este tema en nuestro entorno y a trabajar entre todos por una mayor justicia e igualdad del *ser humano*, en este caso *mujer*, permitiendo que desarrolle sus capacidades al máximo y ocupe el lugar que se merece en su vida y en el mundo.

M.<sup>a</sup> LUISA TURELL GUILLEUMAS

R. SANTANDREU (2012), *El arte de no amargarse la vida. Las claves del cambio psicológico y la transformación personal*. Barcelona: ONIRO, 2012, 233 pp.

El libro que nos presenta Rafael Santandreu, se divide en tres partes. En la primera parte sienta las bases necesarias para poder realizar el cambio que propone el autor; en la segunda muestra la forma de hacerlo y, finalmente, en la tercera, aporta interesantes y útiles aplicaciones prácticas. A lo largo de los diferentes capítulos de la obra incluye casos clínicos que permiten ejemplificar y contextualizar perfectamente el contenido teórico, así como ayudan a la aplicación práctica de lo comentado. Además, aporta un cuadro al final de cada capítulo con ideas claves muy útiles.

Con este libro, el autor ofrece al lector la posibilidad, a través del uso de la terapia cognitiva, de convertirse en una persona emocionalmente fuerte, saludable, positiva y estable. La consecución de este objetivo tiene importantes efectos positivos tanto en la salud física como psicológica y ayuda a las personas a vivir plenamente.

Una de las cuestiones clave que plantea el autor en esta obra, resalta el hecho de que las emociones que sentimos no son provocadas por las situaciones que vivimos, sino por la interpretación que hacemos de ellas. Dicho con sus propias palabras: «No nos afecta lo que sucede, sino lo que decimos que nos sucede». De manera que, dos personas que experimentan la misma situación, no reaccionan emocionalmente de la misma manera debido a que la interpretación que hacen del evento vivido es diferente. Existe, por tanto, una relación entre situación, pensamiento y emoción. El objetivo de la terapia es convertirse en personas emocionalmente sanas, equilibradas y fuertes, para disfrutar de la vida, pase lo que pase.

De lo comentado anteriormente, se podría derivar la siguiente pregunta: ¿las personas que son felices no experimentan emociones negativas? La respuesta, lógicamente, es no. Todas las personas experimentan emociones negativas a lo largo de su vida. De hecho, todas las emociones, tanto positivas como negativas, son necesarias para el ser humano. El problema surge cuando las emociones negativas son muy exageradas, intensas y frecuentes. Las emociones exageradas que sentimos son fruto de pensamientos irracionales, los cuales son falsos, inútiles y provocan malestar en el sujeto. Por lo tanto, la identificación de estos pensamientos o creencias irracionales, aunque difícil, es necesaria para poder trabajar sobre ellos (poniéndolos a prueba, confrontándolos con la realidad, etc.) y modificarlos, lo que ayudará al individuo a ser emocionalmente fuerte. Así, el cambio de forma de pensar, puede tener lugar en cualquier momento de nuestra vida. Pensamientos más positivos y constructivos ayudan a generar emociones positivas.