

## **Un libro recoge las claves para alcanzar la resonancia con el mundo que nos rodea**

Tras más de 50 años asesorando a personas y organizaciones, Jesús Hernández Aristu muestra en “Identidad, resonancia y construcción del sentido” cómo el coaching contribuye al equilibrio entre las identidades de una persona y la sociedad

---

Con más 50 años de experiencia en el ámbito del asesoramiento y el coaching, Jesús Hernández Aristu ha publicado un nuevo libro en el que recoge las dimensiones clave que permiten a las personas tener una “buena vida”. Son cuatro y, en la constante búsqueda de sentido y equilibrio, los seres humanos se encuentran con relaciones exitosas (resonancia) o relaciones de fracaso (mudas).

En “Identidad, resonancia y construcción del sentido” (Editorial Círculo Rojo), Hernández Aristu recoge los “problemas” que tienen las personas a lo largo de su vida y para los que buscan asesoramiento: la relación con uno mismo, con las personas e instituciones que lo rodean, con la naturaleza- cosmos y, con frecuencia, también con lo trascendente, entendido esta dimensión como el lugar en el que residen los valores o el mundo espiritual, que impulsa al ser humano hacia la perfección y la participación en algo más allá de uno mismo.

El ser humano, en su evolución vital y para alcanzar un “yo fuerte”, tiene que responder a la pregunta quién soy yo – identidad- o sobre el propio sentido de la vida. Una búsqueda para la que apenas existen referentes, antes aportados por la familia, las instituciones, religiones o sociedad. Por ejemplo, a la hora de tomar decisiones profesionales, de pareja, ruptura o restablecimiento de vínculos, etc.

“Hoy en día, las respuestas las da cada individuo. El coaching ayuda a que la den de forma auténtica, consciente, adecuada a sus circunstancias vitales y valores. Una respuesta propia, resonante, que descubre el sentido de la vida”, explica Hernández Aristu.

### **“Bienvenida” al sociólogo Hartmut Rosa**

En el libro, Hernández Aristu da la “bienvenida” a esta observación al sociólogo alemán Hartmut Rosa, que recientemente ha publicado su obra Resonanz – Resonancia: Una sociología de las relaciones con el mundo) que coincide con el enfoque que el autor navarro lleva exponiendo desde mitades desde los años 70.

“Por primera vez, la sociología mira más allá de la relación entre los seres humanos y se acerca a otras ciencias, que sostienen que estamos dotados de capacidad para establecer relaciones e intercambios con la naturaleza, el cosmos o la trascendencia”, explica el pedagogo, profesor jubilado de la UPNA y presidente de la Asociación Navarra Mitxelena.

Rosa, de esta manera, conecta con aspectos fundamentales de la psicoterapia y el asesoramiento, referidos al ser-tener, materia-espíritu, yo-tú, etc. Hernández Aristu, por su parte, agradece a Rosa el concepto de “resonancia”, para otros autores “el unísono”, “la consonancia”, “sintonía”, la concordia etc.

“Identidad, resonancia y construcción del sentido” es, según relata el autor, su libro “más personal”, fruto del estudio, la reflexión y la experiencia como asesor con personas, organizaciones y grupos.

El volumen va más allá de la teoría y añade un informe de un proceso de asesoramiento en el que aparecen las cuatro dimensiones referidas, para mostrar cómo el entramado individual y social pesa a la hora de configurar nuestra vida y cómo a través del trabajo de asesoramiento social el autor ayuda a una persona a configurarla, a decidir conforme a lo que cada persona es, en un momento difícil de su vida.

Las identidades de las personas son plurales y diferentes. Muchas y muy diferentes. Personal y al mismo tiempo social, que proporciona los mayores impedimentos para ser una o uno mismo, estar donde no se quiere estar. Con lo cual, no se puede hablar de identidad sino de desarrollo de identidades”, explica Aristu, quién insiste en las bondades del coaching para ayudar a las personas a integrar su propia personalidad y a conseguir objetivos favorables a su persona y a su entorno: la resonancia. “No es tan importante el origen como el destino”, afirma.