

Introducción a una Psicología Perenne.

César Platas Brunetti
Otoño de 2008

En los años sesenta, en lo que se conoce como contracultura americana, se acuña la expresión de “Filosofía Perenne” para designar el conjunto de conocimientos filosóficos que, trascendiendo el espacio y el tiempo, se encuentran a lo largo y ancho del mundo a través de diversas tradiciones y que forman el entramado más auténtico y profundo de toda cultura. Si definimos filosofía, etimológicamente vemos que quiere decir “amor al sabiduría”. Evidentemente hay muchos tipos de amor, pero aquí se hace referencia a uno en concreto, un amor participativo ya que implica una actitud activa del ser humano que se dirige hacia el objeto amado, intentando vivir con él y en él. Este objetivo es la sabiduría entendida como saber vivir, saber estar en el mundo; como estado de ecuanimidad, equilibrio y armonía conmigo mí mismo y con el universo en el que estoy inmerso. Sabiduría entendida como una especie de ecología vital que me permita ser yo mismo sin necesidad de destruir mi entorno para lograr, ya no vivir, sino sobrevivir.

Evidentemente todo esto tiene mucho que ver con la Psicología. La psicología como ciencia debería brindar los medios para permitirnos llegar a ese estado de sabiduría, de armonía y bienestar que podríamos también llamar salud. La O. M. S.¹ define la salud como “un bienestar físico, psíquico y social” a lo que personalmente agrego “espiritual”, entendiendo por espiritual el conjunto o bagaje de conocimientos que, al igual que la Filosofía Perenne, me permite acceder a la antedicha sabiduría. Una persona sana debería ser capaz de desarrollar esta Filosofía Perenne en su vida atendiendo a los rasgos característicos de su personalidad. Esto es lo que da sentido a la vida.

Una de las quejas más habituales es el “sin sentido de esta vida”. El feroz consumismo, que nos hace ser una mera rueda del engranaje productivo, nos satisface en el fugaz instante de la adquisición y poco más. Los ideales políticos se desvanecen tan pronto como nos acercamos a un poder que, vaciando de contenido todo programa electoral desde la trastienda económica, obedece a intereses espurios² que a los gobernados poco importan más que a la hora de pagar los crecientes impuestos. La religión en franco retroceso; a menos de que hablemos de integristas suicidas, ideales para aquellos que desencantados de este mundo encuentran un buen motivo para morir en la “gloria” y de paso ver si el otro mundo es mejor.

Ahora bien, cuando al que se queja le preguntamos ¿qué es la vida? o cuánto tiempo ha dedicado a definir eso que él llama “vida”, con cara de estupor y farfullando palabras inconexas, no sabe qué decir. Ante esto uno se queda a cuadros, porque se da cuenta de que el discurso está vacío de contenido, lo cual no tendría importancia si no fuera porque el “topicazo” nos machaca a base de angustias y depresiones continuas (o sea, como si de verdad creyéramos lo que estamos diciendo). Ante esta incongruencia de base ya ni siquiera cabría preguntar el tiempo que se dedica a tal fin. Sin embargo hay muchos que, en el mercado espiritual adquieren fórmulas prediseñadas, y dedican tiempo, dinero y esfuerzo a un ideal que la mayoría de las veces sólo sirve a quién lo creó. Esta falta de conocimiento, en un caso, y de discernimiento,

¹ Organización Mundial de la Salud.

² Espurio: Bastardo. Falso, adulterado, contrahecho, que degenera de su verdadero origen.

en el otro, está a la orden del día y nos tortura continuamente. Aunque, he de decir, que en el segundo caso muchos creen ser felices aunque la vida se les desmorone continuamente; al no pensar carecen de elementos de juicio comparativo reales y en nada se diferencian del adicto, que es feliz mientras no le quiten su droga.

Lo cierto es que del marasmo de información que nos llega en la actualidad, poca es la que puede favorecer nuestro aprendizaje a nivel espiritual y, quizás mucha menos, la que nos permita descubrir por nosotros mismos las verdades que nos ayuden encontrar esa felicidad deseada. Los estudios profundos suelen estar llenos de tecnicismos estériles que hacen difícil su lectura y comprensión por parte del neófito y los divulgativos suelen ser incompletos o sesgados. Aún así, merece la pena el esfuerzo por encontrar repuestas a algo tan importante, de ello depende nuestro equilibrio físico, psicológico y social. Casi todos sabemos lo que es una enfermedad psicosomática o el efecto placebo de un medicamento, pero poco recapacitamos en que si la mente es tan poderosa como para influir sobre nuestro cuerpo o soma, entonces: nuestra salud psicológica influye en nuestro cuerpo físico y viceversa. A nivel social baste recordar el famoso aforismo oriental: “Si yo estoy mal, mi familia está mal, el clan está mal, el mundo está mal. Si yo estoy bien mi familia está bien, el clan está bien, el mundo está bien”. En cuanto a la salud espiritual, que debería reportarnos esa paz tan deseada, es innegable su importancia para erradicar el desasosiego que nos acecha.

*Sidharta Gautama, el Buda (más de 500 años antes Cristo), desarrolla un método para superar el dolor que produce la existencia con los azotes de la vejez, la enfermedad y la muerte. Conocido como el Noble Óctuple sendero en él encontramos una guía de ocho pasos para alcanzar el Nirvana, estado final en el que el practicante se interpenetra con el Silencio y con la Paz Interior. Antes de llegar a esto hay que desarrollar una **recta forma de pensar** y una **recta aspiración** (primer y segundo paso) donde estaría implícito lo que denominamos al principio como filosofía, en tanto que “amor a la sabiduría”. Luego hay que practicar: **la recta palabra, la recta conducta y el recto modo de vida**; es, a partir de estos tres pasos, donde la Psicología Perenne ha de desarrollar su labor para despejar el camino de acceso a esa paz interior. El **recto esfuerzo** es el sexto paso, nada en la vida se consigue sin esfuerzo, pero éste ha de ser inteligente para no dilapidar nuestra energía. En el séptimo, **la recta atención**, es donde no debemos descuidar ni uno de los componentes de nuestra personalidad que puedan desestabilizar nuestro avance en el camino para llegar a la meta deseada: **la recta concentración**, en la que accederíamos al Nirvana.*

Más allá de los nombres que le demos a los pasos está claro que nuestro camino pasa por una profunda reflexión personal sobre: ¿qué es nuestra existencia?, ¿de dónde viene el dolor? y ¿cómo evitarlo, y sobre todo ¿cómo lograr la paz? Estas son antiguas preguntas que el hombre se hace desde los tiempos más remotos. Algunos han obtenido respuestas satisfactorias que nos pueden acercar a nuestra meta, pero lo importante es que cada uno debe encontrar la suya.

Esta no deja de ser una mera introducción en la que no nos extenderemos, pero que iremos desarrollando y complementando estas y otras ideas, a lo largo de los restantes artículos que componen esta página web.