

# Espíritu, psique, sociedad: toda realidad es triple

En esta serie de psicología del Nuevo Humanismo nos hemos centrado en varios aspectos del funcionamiento de nuestra conciencia y hemos dado orientaciones para salir del mundo del sufrimiento, para avanzar hacia una vida coherente y para abrir la posibilidad de un cambio real y profundo en nosotros mismos y en quienes nos rodean.

Por Jordi Jiménez



Muchos de los temas tratados han tocado lo que nosotros llamamos «espacios profundos» de la conciencia humana: temas como el agradecimiento y el pedido, el guía interno, los ejercicios con la Fuerza e incluso los Principios de la Acción Válida. Por sencillos que parezcan algunos de ellos, tienen la capacidad de introducir a quien los practica diariamente en esos espacios poco habituales en la vida cotidiana. Ese viaje interno tiene, a su vez, la capacidad para transformar esa misma vida, ya que los cambios se dan en la profundidad de la conciencia.

Otros temas han tocado de lleno el funcionamiento de nuestra conciencia desde el punto de vista de la experiencia, desde los registros que tenemos, desde la vivencia, en una especie de psicología de los fenómenos (fenomenológica) que se basa en eso, en la experiencia. Temas como las imágenes mentales, la memoria, la atención, la posesión o los climas y tensiones se adentran en este campo más mental o psicológico.

## Ser-en-el-mundo

Así que hemos recorrido unos caminos que podríamos llamar espirituales y otros que serían más psicológicos. Pero no nos podemos olvidar de algo muy importante: todo ser humano y toda experiencia humana se dan siempre en un medio, en un contexto. El ser humano siempre es un ser-en-el-mundo (así, todo junto con guiones). No existe absolutamente nada en este universo que esté aislado de su entorno. Incluso en los infinitos vacíos siderales cualquier elemento existente está en relación con ese contexto, aunque tal contexto sea el vacío total. El ser humano viviente y existente tampoco es un ser aislado de su entorno, por mucho que algunos intenten con ahínco tal aislamiento. Uno se puede alejar, por ejemplo, del medio social urbano e irse a vivir a una isla desierta, pero sin duda que al hacer eso tendrá que relacionarse con ese nuevo entorno de alguna forma, ya que su supervivencia dependerá de la relación que establezca con ese medio natural.

Solucionada la inevitabilidad de la relación entre ser y medio, vayamos al grano. Amigos psicólogos y espiritualistas, muchos ya lo sabéis, pero no está de más recordarlo: nada cambia realmente en una persona si no modifica su relación con el medio, con su entorno social, personal e incluso con su entorno material. Hoy escuché una broma en la radio muy ilustrativa. Una chica le explica a su amiga que fue al psicólogo y que por fin le dio un diagnóstico para lo que le ocurre. ¿Y qué te diagnosticó?, le dice la amiga. Me diagnosticó falta de dinero. Efectivamente, muchos de los problemas que podemos padecer en la vida cotidiana tienen más que ver con las dificultades externas, sociales, que con algún problema interno o psicológico. La amenaza del desempleo y la pobreza, el chantaje laboral al que someten a millones de personas en todo el mundo, la escasez de

los elementos más básicos para la supervivencia, la inexistencia de una sanidad o una educación mínimas en grandes zonas del planeta, la extorsión social basada en la especulación de la vivienda o de los precios de los alimentos, la violencia descontrolada que se expande por todas partes... Podríamos seguir un buen rato relatando situaciones penosas en multitud de contextos donde muchísima gente tiene que vivir su día a día. No amigos, hay gente que no tiene problemas psicológicos, sólo vive en un contexto de m... terrible.

Pero bueno... qué pasa con la gente que sí que vive en una sociedad acomodada, que tiene todos sus asuntos materiales resueltos y no tiene angustias ni temores de importancia en su día a día... y luego resulta que son los que más se suicidan, por ejemplo.

## **Los intangibles**

Cuando hablamos de medio social o de contexto no nos referimos sólo al contexto material, sino también a un contexto que podríamos llamar «intangible», al campo de valores y prioridades de una sociedad. Hay culturas materialmente acomodadas, pero que ensalzan valores como el individualismo a ultranza, la insolidaridad, la hipercompetitividad, la incomunicación, donde se manipula la información y se engaña descaradamente a la gente, donde se pone como máximo valor la lucha por el poder del más apto, el autoritarismo y la falta de libertad, la venganza, la discriminación y la intolerancia del diferente..., en definitiva, sociedades con relaciones personales crueles, depredadoras y egoístas. Sí, amigos marxistas, tener las necesidades materiales resueltas no da la felicidad, y no es porque esto ocurra en una sociedad capitalista. En un contexto de intangibles inhumanos y violentos, reforzados por los medios audiovisuales, sus intereses económicos o sus intereses de poder, ¿quién puede hacer gala de una salud psicológica y un equilibrio interno razonable?

Los problemas psicológicos o internos no son solo de uno. Uno los tiene porque son síntomas de un desequilibrio social. Pero también los líos internos se irradian hacia otros y actúan socialmente en una constante realimentación. Y está claro que no nos referimos a enfermedades mentales más o menos graves que tienen su origen en fallos orgánicos. Hablamos de la contradicción interna como señal de que algo no anda bien en uno y que en muchos casos no es más que la continuidad de la contradicción social que se ve realimentada por la individual en un círculo cerrado.

En este artículo de hoy no vamos a dar ningún consejo ni a proponer ninguna práctica para nuestro bienestar. Hoy sólo queremos crear conciencia sobre la necesidad de un mundo más humano, donde avance la paz y la no-violencia. El problema central es la violencia en todas sus formas, no sólo la física, sino también la violencia económica, racial, religiosa, sexual y psicológica con todas sus variantes derivadas de estas. Y esas violencias que invaden todos los rincones del mundo son síntomas y causas al mismo tiempo de nuestra violencia interna. Pero cada uno de nosotros puede y debe superar la violencia que hay en uno y fuera de uno, tratando a los demás como quiere ser tratado y reconciliándose con uno mismo y con otros. Cada uno de nosotros puede cortar las cadenas de la violencia allá hasta donde sus fuerzas lleguen: hasta su vecino o hasta el mundo entero si fuera el caso. Cortando esa realimentación iremos humanizando el mundo y construyendo un futuro mejor para nuestros descendientes.