

POR DR. PIER ALBRECHT

EN NUESTRO NÚMERO ANTERIOR HABLAMOS ACERCA DE LOS CONCEPTOS DE FELICIDAD, ALEGRÍA Y BIENESTAR INTERIOR. COMENZAMOS A PLATEAR COMO EVOLUCIONÓ LA BÚSQUEDA DE LA FELICIDAD A TRAVÉS DE LA HISTORIA DEL HOMBRE. EN ESTE CAPÍTULO ABORDAMOS LA VISIÓN DE ALGUNOS FILÓSOFOS Y COMO DISTINTAS CIVILIZACIONES LE DAN DISTINTOS SIGNIFICADOS AL CONCEPTO FELICIDAD.

LA ERA ASIÁTICA

Como el hombre actual, seguramente las civilizaciones clásicas también intentaron descubrir la felicidad. En la India, China y Japón, el mundo oriental antiguo, definió unos principios relacionados con la espiritualidad, no para encontrar la felicidad, sino más bien para evolucionar, mejorar y alcanzar un estado de serenidad. La base de esta búsqueda no era materialista. Se centraba en técnicas y reglas estrictas, cuya finalidad era mantener el cuerpo sano y la mente concentrada en temas espirituales.

EN INDIA

Durante muchos siglos, la mayor parte de la India vivía en la creencia de la reencarnación: el viaje de las almas a través del tiempo, los cuerpos y las vidas, con el objetivo de perfeccionarse y evolucionar hasta la liberación de este ciclo de vidas terrestres, basadas en el sufrimiento.



Debido a esto, consideraban innecesario cambiar la organización social de castas ya que, según ellos, las almas nacían donde tenían que nacer para poder continuar su camino. A lo largo de la vida no se debía luchar por cambiar de casta, sino vivir de la mejor manera posible, para así poder nacer, en la vida siguiente, en una casta superior. Por esta razón en la India, como en otras sociedades antiguas, la vida terrestre no se orientaba a mejorar la felicidad material, sino hacia mejorar la vida espiritual y las reencarnaciones futuras.



LA ERA DE LOS EGIPCIOS

Los Egipcios, como la mayoría de las civilizaciones de Asia, tenían una vida material orientada a la vida espiritual. Su vida terrenal estaba totalmente dedicada a conseguir la vida eterna. En este sentido podemos decir que no buscaban la felicidad terrenal en sí, ya que ésta se consideraba una etapa que nos llevaría a una vida eterna después de la muerte. Por supuesto, como en todas las sociedades antiguas, los problemas de felicidad material o espiritual eran estrictamente para la elite, ya que la mayor parte de la población tenía que enfrentarse a problemas más prácticos, como el de la supervivencia.

LA ERA GRIEGA A PARTIR DE SÓCRATES

Sócrates habló de la filosofía de la felicidad, considerándola un bien supremo. No es nada sorprendente que apareciera en Grecia, en el siglo V A.C. Esta filosofía intenta conjugar el máximo de felicidad con la máxima virtud. En otras palabras, una vida llena de placeres, alegrías y satisfacciones, unida a una vida justa, sabia y virtuosa. Se oponen dos visiones de la felicidad: la visión mortal, a través

de la virtud (al alcance de la gente común) y la visión inmortal, a través de la contemplación (al alcance de sabios y místicos).

LA FELICIDAD DE EPICURO

Más tarde es Epicuro quien afirmaría básicamente que “hay que disfrutar al máximo y desear lo mínimo”. Su mensaje ha sido alterado posteriormente, y hoy en día la gente se equivoca cuando usa la palabra “epicúreo” para expresar el concepto de que hay que disfrutar al máximo de todo. Al contrario, Epicuro nos

Por eso el epicureismo es el arte de disfrutar de las cosas sencillas, como el pan, el agua, la belleza de la naturaleza, en vez de abusar de la comida, el alcohol o el sexo, lo que nos proporcionaría solamente una sensación de repugnancia e insatisfacción. Casi se podría hablar de una forma de ascetismo, pero no como un fin, solamente como un medio. A partir del nacimiento de las religiones llamadas “de libro”, como el Judaísmo, el Cristianismo o el Islam, aparece la noción de la felicidad religiosa, como la que se podría disfrutar en el Jardín de Edén, después de una vida de virtud, organizada a partir de la religión.

LA BÚSQUEDA DE LA FELICIDAD

enseña que para ser feliz hay que aumentar el placer, disminuyendo los motivos que son fuente de este placer. Es decir, se debería saber discernir qué es lo que nos aportará felicidad y qué es lo que nos llevará a una búsqueda indefinida de ésta, siendo al final una fuente de insatisfacción.

Epicuro continúa haciendo una clasificación de los tres tipos de deseos:

Los deseos que son naturales como comer, beber, tener ropa y un techo, tener amigos y poder practicar la filosofía, para poder alcanzar una mayor comprensión de uno mismo, los demás y la vida.

Los deseos que son naturales y no necesarios, como el deseo sexual, deseo estético, buena comida, cosas que se pueden disfrutar, pero con cuidado de no depender de ellos.

Los deseos que no son naturales ni necesarios, como el deseo de gloria, fama, riquezas y poder. Estos deseos los considera ilimitados, porque nunca lograremos alcanzarlos todos y por consiguiente -según él- no nos permitirán ser feliz, sino todo lo contrario, sólo nos complicarán la vida.

Es en Francia principalmente, durante el siglo XVIII, cuando los filósofos conciben una organización política de la felicidad, basada en el arte de la vida, de comunicarnos, de compartir, dentro de los juegos del amor y del sexo, en la comida, etc. Un mundo ideal, donde todos seríamos iguales. Pero mientras los filósofos expresaban sus ideas, los aristócratas disfrutaban, aprovechándose del trabajo y sudor de los pobres. La revolución fue la consecuencia inmediata. Ésta nació como un intento de permitir el acceso de todos a este nuevo mundo de felicidad e igualdad. Esto ha llegado a nuestros días traducido en democracias enfermas, debido a los fracasos de las utopías comunista y socialista. De hecho la felicidad no ha sido siempre un ideal de vida para todo el mundo. A veces los seres humanos han preferido buscar el amor o la sabiduría como ocurre en la India, el Tibet, Japón o China. En el Oeste se persigue el éxito, el dinero o la belleza, mientras que en el Este buscan la serenidad, la paz o la armonía.

La paradoja de nuestra época es que somos conscientes de la felicidad interior –y la promovemos- mientras desarrollamos cada vez más productos de consumo, que son meros juguetes y herramientas de placer.

