

“Tenemos el deber ético de transformarnos en seres compasivos y ecológicos”



Mario Rodríguez Órdenes

En “Heidegger y la existencia ética...” Rodrigo Brito nos muestra las coordenadas para vivir una vida armónica y sustentable entre todos.

Recuerda su encuentro con el filósofo Jorge Eduardo Rivera, un profundo conocedor de Heidegger. “Sigue siendo una inspiración para mí”, precisa



“No hay duda de que la humanidad actual está enfrentada a una mega-crisis”, reconoce Rodrigo Brito.

Agota esa vida líquida de la que habla el sociólogo Zygmunt Bauman. Vivimos en una sociedad en la que la incertidumbre por la vertiginosa rapidez de los cambios ha debilitado los vínculos humanos. Chile no es ajeno a esta tendencia mundial, y el psicólogo clínico Rodrigo Brito Pastrana en “Heidegger y la existencia propia: una ética para enfrentar la actual crisis planetaria” (RIL Editores /Universidad Mayor, 2018) nos entrega una mirada desde Heidegger para enfrentar esta problemática.

Rodrigo, ¿qué señales nos puede dejar la lectura de Heidegger en el turbulento mundo de hoy?

“Que tenemos que estar muy atentos a la actual predominancia de un pensar calculador, al que sólo le interesa lograr resultados en forma eficiente, en lugar del beneficio armónico y sustentable de todos los seres”.

¿De dónde se nutre la mirada ética de Heidegger y qué se propone?

“Aunque Heidegger no propone explícitamente una ética, yo diría que se nutre de su constatación de que nuestra existencia cotidiana no es realizada en rigor por nosotros mismos, sino por un ‘uno’ impersonal desde el cual vivimos alienadamente, sin asumir la responsabilidad por nuestro camino (resuenan filósofos como Kierkegaard y Nietzsche). Yo planteo que Heidegger propone una ética vocativa e inclusiva que consiste, en lo esencial, en aprender a guardar un silencio interior que nos permita escuchar esa voz que nos llama a andar nuestro camino, con apertura, libertad y cuidado por el mundo”.

¿Cómo lograr un vivir ético, en un mundo que desde hace décadas, en su vida cotidiana, ha estado alejado de la filosofía?

“Es un desafío colosal vivir éticamente en un mundo bullicioso que nos distrae permanentemente con un sinfín

de insignificancias, principalmente a través de los medios de comunicación y las redes sociales, y donde aún predomina una mentalidad materialista.

El cultivo de una observación atenta y paciente, la simplificación voluntaria de la vida y el cuidado amoroso de nuestras formas de habitar, por ejemplo, de un hablar amable y un escuchar respetuoso, son algunas de las claves”.

¿Considera que al reciente proceso constitucional que se realizó en Chile, en su etapa de escritura de una nueva Constitución, le faltó más filosofía?

“Pero no solo a ese proceso. En general, ya sea en la política, en educación o en cualquier otro ámbito, en Chile nos falta el cultivo de una reflexión y de un diálogo de tinte filosófico, es decir, con perspectiva, crítico, constructivo, fraterno y sin apuros”.

Encuentro decisivo

Rodrigo Brito Pastrana es psicólogo clínico y licenciado en filosofía por la Pontificia Universidad Católica de Chile. Magíster en psicología clínica de adultos por la Universidad de Chile. Instructor de prácticas de Mindfulness por REBAP Internacional, en diferentes contextos. Discípulo y colaborador del filósofo chileno Jorge Eduardo Rivera, entre 1998 y 2005. Actualmente es académico en la Escuela de Psicología de la Universidad Mayor y se encuentra realizando una investigación doctoral en Reino Unido (UK) sobre el Mindfulness en educación.

Rodrigo, escribe: “Somos lo que somos porque, de alguna u otra forma, ha habido personas que nos han hecho posibles, en una multiplicidad de sentidos”. ¿Cómo fue su encuentro con el filósofo Jorge Eduardo Rivera?

“Conocí a Jorge Rivera a poco de comenzar mis estudios de Psicología, en 1999, pues asistí a su mítico curso sobre el libro ‘Ser y Tiempo’ que duró unos 6 años. Desde el primer día supe que me quedaría a su lado un largo

tiempo. Tuve el privilegio de ser su ayudante durante todos esos años y cultivamos una amistad fuera de la universidad. Yo lo visitaba en su departamento y conversábamos principalmente de las muchas preguntas que le llevaba. Su inteligencia clara y humilde, así como su amabilidad, siguen siendo una inspiración para mí”.

¿Qué relevancia tuvo su traducción de Ser y Tiempo al español?

“En mi opinión, la traducción de Rivera es una obra de arte que supera con mucho la anterior de Gaos y que será muy difícil de superar. Fue capaz de traducir un texto con muchos juegos de palabras en alemán a un español que recoge el sentido de ese texto haciéndolo sonar bellamente en nuestro idioma”.

Siendo asistente del profesor Rivera durante seis años, ¿qué recuerdos tiene de esa convivencia?

“Fue un período extraordinariamente significativo de mi vida. Yo estudiaba en paralelo Psicología y Filosofía en la UC y recuerdo visitándolo en su oficina en Campus Oriente y en su departamento. Nuestra relación tuvo varios niveles. Para mí era un maestro, una figura inspiradora, por su grandeza como filósofo, pero también fue como un padre para mí. De hecho, él me apoyó incluso económicamente en un período difícil para costear un año de mi carrera. Había mucho humor también, un reírnos de puras tonterías. Tuve el privilegio de estar con él en sus últimos días y de, incluso, leer unas palabras en su funeral, a nombre de todo(a)s sus exalumno(a)s”.

¿Cómo influyó en las generaciones que formó?

“Lo de Rivera fue un caso raro en el mundo universitario. Su cátedra era con seguridad la más poblada, sobre todo por personas externas al mundo de la filosofía. En sus clases pude conocer personas muy variadas, desde ingenieros y músicos, hasta ‘dueños de casa’ y empresarios que asistían a escucharlo como quien va a la iglesia una vez a la semana. Por sobre todo, creo que dejó un legado respecto de la importancia del amor, el respeto y el diálogo entre nosotros. Fue un filósofo predicador de buenas nuevas”.

¿Qué es lo que más significativo que le enseñó?

“Aprendí de él muchas cosas. Entre ellas: dedicarme con pasión a lo que hago, el amor por la enseñanza, el compromiso con un pensar basado en preguntas pertinentes (le gustaba citar de Heidegger esta frase: ‘el preguntar es la devoción del pensar’), la relevancia de cultivar una vida ética, al servicio de los demás; **la importancia de asumir la misión y el compromiso de cuidar que el proceso educativo sea transformativo, basado en vínculos afectivos y al servicio de construir una sociedad solidaria, cooperativa y fraterna.** De él aprendí también la rigurosidad y la paciencia que requiere todo buen trabajo intelectual, sin renunciar al disfrute ni a su dimensión lúdica”.

Una sociedad inauténtica

¿Cómo ha sido la práctica de la psicoterapia y la conducción del autoconocimiento basado en el Mindfulness?

“Practico la psicoterapia desde hace más de 15 años y facilito talleres de mindfulness hace más de 10. Ambos caminos han sido hermosos, poderosos y transformativos, tanto para quienes he acompañado como para mí mismo. Entro en cada proceso terapéutico con la motivación de aportar al otro todo lo que esté en mis manos para que entre en el camino de una vida significativa, abierto a aprender de cada persona. Mindfulness fue un camino en el que entré primero como una forma de trabajar mi propia ansiedad y neurosis que, en el tiempo, me ha ido ayudando a vivir de una forma más consciente, apreciativa y amorosa. Me siento privilegiado de poder ganarme la vida acompañando a otras personas desde estos dos lugares, ofreciéndome además la posibilidad de conocerme cada vez más y de ir ganando una pizca de sabiduría”.

¿Qué nos permite alcanzar el mindfulness?

“Bueno, creo que mindfulness es un camino que nos puede ofrecer, ni más ni menos, la oportunidad de estar verdaderamente vivos. En la medida que las prácticas de mindfulness nos ayudan a habitar el momento presente de una forma lúcida y apreciativa, y dado que la vida sólo acontece en este momento presente, mindfulness es una oportunidad esencial y decisiva: estar o no estar, aprovechar lo que hay o perderme en los mundos ilusorios que crea nuestra mente, en definitiva,

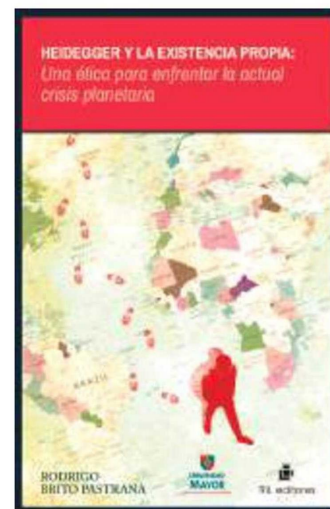
vivir o sobrevivir. Este es un punto en común con la ética que veo en Heidegger. Los humanos estamos enfrentados siempre a esta disyuntiva: permanecer dormidos o despertar y vivir profunda y gozosamente esta vida frágil y fugaz que nos ha sido otorgada. Mindfulness nos ofrece un camino experiencial (no meramente conceptual) de vivir despiertos y conectar con una vida plena de sentido”.

¿Cómo se puede utilizar en la escuela?

“Estoy muy interesado en el potencial que mindfulness tiene para la educación. Se trata de un campo relativamente reciente, y contamos con una serie de experiencias, investigación y reflexión que nos permiten hacernos una idea. En UK se tomó la decisión hace unos 7 años de introducir prácticas de mindfulness en la escuela para ayudar en la prevención de problemas de salud mental. Gran parte de la investigación muestra que mindfulness, cuando es implementado en forma adecuada, tiene claros beneficios en niños, adolescentes y adultos. Los principales son: mejora en la capacidad para concentrarse, mayor regulación emocional, aumento de la empatía, mejor capacidad para responder a cada situación en lugar de reaccionar (asertividad), etc. Debo decir que estos son los principales beneficios a nivel individual y que hay una deuda con una implementación más sistémica e integral de mindfulness en las escuelas, que es el modo en que puede manifestar su mayor potencial educativo. Pienso que esto sucedería si implementáramos mindfulness transversalmente en el currículum de las escuelas, esto es, realizando prácticas de atención, de auto-regulación emocional, de cultivo de la empatía y la compasión en distintos momentos del día, aprovechando los contenidos y las metodologías de las asignaturas que ya hay y, además, formando a lo(a)s docentes en esta mirada tanto en relación al autocuidado y al bienestar, como en relación a cómo la filosofía que fundamenta mindfulness puede aportar a redefinir el propósito mismo de la educación hacia el florecimiento individual, comunitario, social y ecológico”.

¿Desde la filosofía, ¿cómo podría calificar la crisis que nos afecta?

“No hay duda de que la humanidad actual está enfrentada a una me-



ga-crisis, con múltiples manifestaciones: emergencia climática, resquebrajamiento de la democracia, un creciente malestar social que se hace sentir a nivel global, una creciente digitalización de nuestras interacciones sociales que puede poner en jaque nuestra comunicación humana, etc. Me gusta la tesis de Byung-Chul Han sobre nuestra sociedad como una en la que predominan el rendimiento y la auto-explotación derivada de una explotación más sutil del poder neoliberal ejercido por los grupos económicos de poder y por un sistema económico que desconoce la idea de la equidad y del bien común. **En esta sociedad hiper-moderna los humanos nos estamos convirtiendo en animales de trabajo, desapareciendo peligrosamente los auténticos tiempos para cultivar actividades y relaciones libres motivadas por el amor y la vocación.** La educación (y mindfulness puede contribuir a esto) debería formar un tipo humano (en palabras de Soublette) que, además de trabajar, sea capaz de estar presente, de disfrutar, de cultivar relaciones significativas, de interesarse por cosas simples fuera de la lógica materialista, de contemplar, apreciar y compartir. A veces, viene bien recordar esta frase de un autor cuyo nombre no recuerdo ahora ‘si se extinguieran todas las abejas del mundo, la vida del resto de los seres mermaría; si nos extinguiéramos los humanos, todas las otras formas de vida se beneficiarían’. Tenemos el deber ético de transformarnos en seres compasivos y ecológicos. ●