

Vivencias psicológicas básicas derivadas de la contemplación del elemento agua

Basical psychological experiences related from
contemplation of water element

Tappe Martínez J⁽¹⁾

⁽¹⁾Médico Psiquiatra. Alumno Escuela Profesional de Hidrología Médica e Hidroterapia,
Universidad Complutense de Madrid, Madrid, España
jtappmart@gmail.com

Resumen

“Contemplación”, en sentido transpersonal, es una función psíquica consistente en la percepción consciente voluntaria, atenta y acrítica de los fenómenos naturales a través de los sentidos. La contemplación sostenida es capaz de llevar a la mente a un estado meditativo, a la identificación con el objeto de contemplación y la absorción y vivenciación de sus cualidades esenciales.

Una “vivencia” sería la resultante de la integración en la consciencia de sensación, emoción, cognición y conducta. Es decir, consciencia emocional de la existencia.

De manera que la contemplación adecuada del elemento agua en sus diversas manifestaciones naturales (manantiales, ríos, lagos, mares, nubes, lluvia, nieve...) es capaz, a través de la vivencia positiva de dichas cualidades, de condicionar efectos psíquicos beneficiosos (emocionales, cognitivos y psicomadurativos) para la persona que puede, quiere y sabe contemplar con sentidos y mente dispuestos y despiertos, ayudándole a estar y ser mejor consigo misma y su entorno.

Una vivencia psíquica dimanante de la contemplación del agua es la de ESENCIALIDAD, esto es, íntima percepción de que el agua es sustrato material de la vida y la persona. Por tanto, vivencia de agua resonaría vivencia de esencia, aquello que en el fondo se es.

Otra profunda vivencia es de FLUENCIA. La contemplación de la cualidad incesantemente fluyente del agua evocaría dicho aspecto característico de todos y cada uno de los fenómenos de la naturaleza externa e interna: como se sabe, todo cambia, nada permanece, salvo en la fuente del cambio.

SINERGIZACIÓN es lo que la serena contemplación del agua hace resonar en el psiquismo, resultante de su propio equilibrio con la naturaleza. Armonía, com-

plementariedad, sintonía, integración. Pocos fenómenos tan sinérgicos como un manantial y su entorno no viciado.

Vivencia de EXISTENCIALIDAD y PRESENTIDAD son otras experiencias fundamentales resultantes de su contemplación. El elemento agua pone en el mundo presente de lo tangible, la realidad, lo verdadero; vivencias tan necesarias en el mundo ahito de manipulación, virtualidad y artificialidad en el que toca vivir. Experiencia de estar (aquí y ahora) y ser gracias al agua.

EUTIMIA, en el sentido de bienestar, es decir de “estar-bien” tras la integración armónica en la consciencia del conjunto de sensaciones y emociones evocadas por el agua en la psique: paz, serenidad, sutilidad, flexibilidad, flujo, energía, realización, naturalidad, vitalidad, necesidad.

CONSCIENTIFICACIÓN es darse cuenta de lo que se da cuenta. Quizás la más humana de las cualidades existenciales.

TRASCENDENTALIDAD, en el sentido de irse en la vivencia más allá de la simple percepción y cognición, apuntándose a un orden, un “logos”, una perspectiva integrada de pasado, presente y futuro.

La EXPERIENCIA FILIAL resultaría de la aceptación, respeto, cariño, responsabilidad, cognición, acogimiento y agradecimiento de los fenómenos vitales tal y como son, como vienen y van, sin pretender cambiarlos.

Y, en definitiva, SENTIDO VITAL, al percibirse consciente y acriticamente la maravilla y misterio del ciclo hidrológico de la naturaleza: un orden, un sentido desde el que la vida fluye y al que la conciencia aspira.

Palabras clave: elemento agua. vivencias. contemplación. meditación

Key words: water element. experiences. contemplation. meditation

Referencias

- Armijo de Castro F. Viajes de Agua (Las aguas en el Pirineo aragonés a través de sus viajeros). Jaca: Pirineum, 2007.
- Basho M. Haiku de las Cuatro Estaciones. Madrid: Miraguano, 1983.
- San Miguel JL. Filosofía de la naturaleza. Barcelona: Kairós, 2009.
- Saz P. Fuentes minero-medicinales de la provincia de Huesca. Instituto de Estudios Altoaragoneses, 1992.
- Tappe J. Aspectos psicológicos de la balneoterapia. Medicina Naturista 2002; 4:199-203.
- Tappe J. Naturaleza en la naturaleza. Medicina Naturista 2004; 7: 351-360.
- Tappe J. Reflexiones a propósito del estudio del agua de la Fuente de Los Baños de Jaca (Memoria especialidad Hidrología Médica, curso 2015-16). Escuela Profesional de Hidrología Médica e Hidroterapia (UCM).
- Tresidder J. Los símbolos y sus significados. Barcelona: Blume, 2008.