

La Sabiduría del Placer Indisciplinado

por Stewart Blackburn

La otra noche me encontraba en una cena con una mujer encantadora que enseña otra forma de chamanismo y, mientras conversábamos, ella hizo varias alusiones a la disciplina en un contexto espiritual. Bien, yo siempre he sido más bien anarquista y consistentemente me he rebelado contra las reglas y la disciplina. Por supuesto que he sentido respeto por aquellos individuos disciplinados con los que me he encontrado, pero nunca vi en sus vidas reflejo de la superioridad de su disciplina sobre mi propia práctica aparentemente aleatoria. De hecho, al intentar tomar nota de cuáles prácticas producen cuáles resultados, la gente disciplinada que he conocido no me ha parecido más feliz y, en muchos casos, era a menudo menos feliz que su contrapartida indisciplinada. Mientras seguía conversando con mi amiga me iba poniendo cada vez más inquieto, hasta que solté que yo era una persona muy indisciplinada y creía que eso tenía mucho más sentido que ser disciplinado. Ella no comprendió mi punto de vista y tal vez otros tampoco lo hagan, por eso acá va una explicación de mis ideas al respecto.

La disciplina está generalmente basada sobre el temor. Presupone que hay muchas tentaciones que efectivamente lo distraen a uno del noble sendero de la auto-realización. Sin el uso de la disciplina, pasiones tales como la ira, la codicia y el deseo sexual pueden impedir que el aspirante vea la verdad. Dentro de este supuesto hay otro que dice que hay partes nuestras que son menos valiosas que otras y que, a menos que conquistemos a las partes menos valiosas de nosotros mismos, no podremos progresar verdaderamente. La disciplina implica que hay un conflicto dentro de cada persona entre los aspectos superiores, más nobles, y los impulsos más básicos y animales. No considera al ser humano como un todo glorioso y completamente funcional. En cambio, divide a la persona en partes “buenas” y “malas”, donde las partes “malas” pueden traicionar a las “buenas” y descarriar a la persona o cosas peores.

Ahora bien, el placer es la moneda que tenemos para evaluar una cosa versus la otra. Si deseo tanto más ensalada como más postre, pero tengo lugar para una sola cosa, elegiré la que estimo me dará más placer general. Si debo elegir entre salir a bailar o cumplir con mi responsabilidad como niñera, elegiré sobre la base del placer general, reconociendo que hay mayores placeres involucrados en cumplir con mis responsabilidades (y algunas cuestiones muy dolorosas de no hacerlo). La importancia relativa, esto es, cuánto placer total obtengo de cada cosa, depende enteramente de mí, por supuesto, según cuánto valoro esos placeres en el momento. Igualmente, todos usamos el placer como medio de comparar dos o más opciones dispares.

Cuanto más uno participa en los reinos interiores más siente el llamado de algo muy grande y poderoso que se siente extraordinario. La gente tiende a dar a esto nombres que reflejan su bagaje cultural y espiritual. Algunos usan nombres que sugieren que la fuente de este llamado está fuera de ellos, como Dios, Alá, Jehová, Shiva o Vishnu. Otros encuentran nombres que reflejan su sentido de que es interno, como naturaleza-Buda o Yo Superior. Y otros aún usan nombres que no reflejan ni interioridad ni exterioridad, como Tao. Se lo llame como se lo llame es un sentimiento, un sentimiento cada vez más fuerte cuyo placer se vuelve absolutamente irresistible.

La habilidad inicial para ser consciente de este llamado de adentro/arriba/todas partes, depende de la habilidad que uno tenga para sentir en general. Esto significa que una persona tiene que estar dispuesta a sentir las experiencias tanto placenteras como no-tan-placenteras con las que se encuentra y hacerlo sin temor y sin juicio. Esta habilidad viene de la práctica consciente del sentir. Implica aprender cómo lidiar con sentimientos en conflicto, cómo manejar la intensidad y, más importante, como ser consciente de sí mismo en muchos niveles. Solamente con la valiente actitud de apertura a todos los aspectos/fragmentos/ pasiones de nosotros mismos es que podemos volvernos adeptos a sentir completamente. Es en este espacio que podemos sentir y ver con el corazón aquello que nos llama con tanto fervor.

Al experimentar con placeres de todo tipo es natural encontrar algunos más interesantes y satisfactorios que otros. También es natural que encontremos que nuestros gustos cambian con el tiempo. Un deseo

insatisfecho, un ansia, persistirá, por lo menos en algún nivel, hasta ser satisfecho. Y una vez satisfecho habitualmente desaparece como por milagro. Al permitir la satisfacción de los deseos podemos dejarlos ir y encontrar mayor satisfacción en otros placeres, a menudo más profundos. Es un proceso de aprendizaje y se lo fomenta, no con restricciones, sino con permisos y aceptación. En este proceso aprendemos lo que funciona para nosotros y lo que no: sabiduría.

La habilidad del discernimiento y la auto-confianza se aprende haciendo elecciones y evaluando los resultados por nosotros mismos. Cuando nos damos la libertad (Kala) de elegir sobre la base de nuestra propia sabiduría interior cultivamos la habilidad del discernimiento (Ike), esto es, la discriminación para ver cuál de entre dos o más opciones es la que posiblemente nos dé más placer a la larga. Cuanto más practicamos esta evaluación interior y observamos cuál es el resultado (Pono), más aumenta nuestra auto-confianza (Mana). La disciplina, por otro lado, implica un sistema en el que las decisiones están basadas en una norma y son consistentes o inconsistentes con esa norma o estándar. De este modo, las únicas habilidades que se aprenden son las de cómo obedecer los decretos de un concepto predeterminado. Yo sostengo que al prestar atención (Makia) a cómo nos sentimos en el momento en todos los niveles (Manawa) y al comparar y evaluar la calidad de placer, podemos decidir con mayor sabiduría qué camino seguir en cada momento.

No aprendemos a amar (Aloha) siendo disciplinados. Aprendemos a amar siendo indisciplinados sin reservas, amando con gran abandono y sintiendo la plenitud de la vida sin pensamientos ni juicios.

En la medida en que haya gente que genuinamente obtenga placer de la disciplina (y algunos por supuesto disfrutan ser “disciplinados”) el foco sigue siendo el placer. Creo que es muy útil distanciarse del estilo de vida de la lógica del guerrero (disciplina y protección) y observar cómo podemos crear nuestras vidas de otra manera, usando el placer en cambio del temor como base para las decisiones.