La ignorancia como llave de la infelicidad

por wanderer - 0, octubre 19, 2013

<http://www.erraticario.com/mente/la-ignorancia-como-llave-de-la-infelicidad/>

Según el budismo, la ignorancia es la causa primera de todo sufrimiento. Curiosamente, la misma causa que en el Occidente sobrecivilizado se encumbra como madre de la felicidad. Aunque el tema no es una disyuntiva oriente/occidente, pues por estos lares hubo un tiempo en que [ciertos humanos también pensaban igual](#).

Más bien, parece un asunto de pereza vital, un engañarse para pretender vivir sin vivir, que la ilusión y sus ficciones son la auténtica vida y que la vida auténtica, por incómoda y exigente en esfuerzos, no merece la pena ser vivida. Disfrutar la no-vida y hacer de ella la única vida posible; ¿en eso consiste la vida?

Y esto da lugar a la paradoja fatal que es la incapacidad para tener experiencias, salvo la experiencia del simulacro, de la acción controlada que busca hacer soñar que se experimenta la libertad y las ganas de vivir. Y efectivamente, cuanto más se mete uno en el comercio de las ganas de vivir, menos se vive y más ganas se tienen.

[Cosas del sistema](#). Sea lo que sea eso...

Al fin y al cabo, todo es cuestión de aumentar la cantidad de hormonas en sangre; cómo se haga no parece tan importante. Aunque hay quienes piensan lo contrario y afirman que [si se sabe que algo no es real](#) ese algo ya no vale. Es entonces cuando alguien preguntará aquello de "pero [qué es real](#)". Y se liará parda.

Lo de la incapacidad de tener experiencias se lo he sacado a Giorgio Agamben, que dice que la existencia sin experiencia es el mal de la modernidad:

Esa incapacidad para traducirse en experiencia es lo que vuelve hoy insoportable —como nunca antes— la existencia cotidiana, y no una supuesta mala calidad o insignificancia de la vida contemporánea respecto a la del pasado (al contrario, quizás la existencia cotidiana nunca fue más rica en acontecimientos significativos). Es preciso aguardar al siglo XIX para encontrar las primeras manifestaciones literarias de la opresión de lo cotidiano.

(Agamben, *Infancia e historia*)

Hoy en día ha venido a echarnos un cable la tecnología sometida a la evasión, que elevada al cuadrado —es lo que hay que hacer, según dicen los que saben, para que una función de onda se materialice, elevar al cuadrado— colapsa en partículas de entretenimiento que, tras un largo proceso de decoherencia por el que las relaciones interparticulares van perfilando con mejor traza la estupidez inherente al universo —aunque hasta ese preciso momento de la cuadratura sólo existía en estado latente y potencial—, termina

denominándose cultura.

Es entonces, y sólo entonces, cuando la cultura recién nacida de la nada permite la experiencia de la no-experiencia para sentir que se ha experimentando; siempre con prisas para, en el momento de la muerte, y sólo en el momento de la muerte, descubrir que no se ha vivido. Pero eso lo decía Thoreau cuando se iba a los bosques para vivir sin prisas. Hoy, si se viviese sin prisas y se descubriese mucho antes del momento de la muerte que en realidad no se ha vivido hasta que se decidió vivir sin prisas, el sistema social del mundo occidental se derrumbaría en menos tiempo de lo que tarda un siervo de Goldman Sachs en destrozar el sistema financiero internacional. Quizás por eso hay que experimentar con prisas, para no experimentar en absoluto y seguir buscando la experiencia definitiva: "una experiencia manipulada y guiada como en un laberinto para ratas". De nuevo, era Agamben.

O sea, que se vive sufriendo por llegar a ser feliz con la intención de ser feliz para no vivir...

O quizás era no vivir para ser feliz...

O algo...

Un listillo concluiría que la vida es sufrimiento, y sería feliz.

Otro más listillo diría que la vida es jauja, y sabríamos que vive entre ficciones.

Si no se entiende, seguro que [las complementariedades de Bohr](#) ayudan a asimilarlo.

O no...

En casos como estos, lo mejor es volver al Dalai Lama:

El tipo de sufrimiento que sentimos a través de los cinco sentidos es bastante fácil y rápido de eliminar. Pero el tipo de infelicidad debida a todos los pensamientos y conceptos que provienen del intelecto humano sólo puede desaparecer si hacemos uso de ese mismo poder de razonar. Cuando se es infeliz porque la mente está confusa, es muy difícil superar esa infelicidad con algún tipo de placer físico causado por las conciencias sensoriales. [...] Por esta razón, alguien puede estar rodeado de abundantes posesiones, con una familia perfecta y amigos maravillosos, y aun así ser infeliz. La infelicidad psicológica y emocional que viene desde muy adentro, como resultado de nuestros pensamientos, no puede ser paliada por el tipo de felicidad que nos proveen las cosas externas.

(Dalai Lama, *La mente serena*)

Dice el Lama que, para alcanzar la realización personal, es necesario encontrar un sentido de bienestar en nuestra mente, no en el exterior; ello significa que, también de manera inversa a lo dicho, las condiciones externas pueden no ser las ideales y sin embargo haber logrado ser feliz. [De eso habla Matthieu Ricard largo y tendido.](#)

Por cierto, que Ricard dice que lo de aquí no es felicidad y que primero habría que definirla para seguir hablando. Dicho lo cual, sigamos con el Dalai:

Por supuesto que cuando nuestras mentes están afligidas de tanto pensar, uno recurre a tranquilizantes tan sólo para dar a la mente un descanso y una pausa en su excesiva agitación mental. Luego, sin pensar en absolutamente nada, uno se relaja, pero como cerdos dormitando en el fango. Nuestras mentes pueden experimentar un ápice de serenidad y descanso, pero aparte de eso, encontrar la paz y la felicidad en nuestra mente con la ayuda de algún ingrediente externo es muy poco verosímil.

Experiencias fingidas, analgésicos mentales, comercios donde comprar la felicidad, ya sea en formato material o en palabras de gurúes que, fieles al exceso y las recetas superficiales cargadas de azúcar, con alternativas basadas en edulcorantes artificiales para los más recelosos de su salud mental, cumplen las expectativas de la sociedad del consumo y empalagan al más despistado: productos que empachan pero no alimentan; siempre habrá una próxima sesión, un futuro taller y una nueva técnica de fin de semana...

Experiencias para no vivir hasta la muerte.

Pero la primera frase de este artículo era que la ignorancia es la causa primera de la infelicidad. Y esto es la ignorancia: la incapacidad para reconocer las causas del sufrimiento.

Todo tiene sus causas, y mientras algo dependa de una causa, es dependiente.

Obvio...

Pero definir la obviedad antes de penetrarla impide ver sus fondos. Y para la sociedad contemporánea todo resulta tan obvio... incluso antes de saber qué resulta obvio ya está segura de que le resultará obvio...

Nada puede hacer por sí mismo. Si el sufrimiento tiene una causa, es a ella a la que hay que acudir para resolver el problema. Pero lo habitual es conformarse con seguirle el juego a la aflicción: perseguir el deseo, huir de la aversión, o incluso deleitarse en ella.

La ignorancia última es el no reconocimiento de la verdad última.

La verdad última es que las cosas están vacías de existencia intrínseca, aunque la mente las toma como si existieran de manera independiente y por sí mismas.

Esto no significa que la falta de existencia intrínseca implique "ausencia de realidad"; sencillamente, nada existe por sí mismo y sólo somos en relación al sistema que nos incluye. Difícil de entender para quienes [sólo piensan el mundo con sus cinco sentidos...](#)

Parece algo casi natural o instintivo. En cuanto vemos algo pensamos de modo automático: "Eso *está* realmente ahí. Realmente existe". Pero esa es sólo nuestra suposición. Cuanto más reflexionamos sobre la verdadera naturaleza de las cosas, menos claro empezará a resultar este tipo

de suposición. Y cuanto más atentamente examinemos las cosas, menos anclada se volverá esta percepción.

[...] Esto indica que nuestra percepción de las cosas como reales o dotadas de una existencia inherente se fortalece únicamente por nuestra familiaridad con ella; una vez analizada y sometida a examen, no podrá sostenerse.

Pero sólo mediante un razonamiento válido se fortalece una convicción; la familiaridad únicamente deriva en creencias y carece de toda solidez como base para construir valores.

Sin embargo, la actitud de aferrarse a la idea de que las cosas son reales no es una propiedad inherente a la mente. Si lo fuese, entonces la mente no podría estar nunca libre de apego, aversión e ignorancia.

Las aflicciones pueden ser contrarrestadas con los denominados “antídotos de confrontación”, como la meditación en el amor para reducir la ira, pero la verdadera causa del sufrimiento que permite la ira, la ignorancia fundamental, permanece; la aflicción queda mitigada pero no eliminada. El antídoto final es la realización de la “ausencia del yo”.

Ni la bondad amorosa, que es el deseo de que los seres sean felices, ni la compasión, que es el deseo de que se liberen del sufrimiento, se basan en esta realización de la “ausencia del yo”. Por esta razón no pueden erradicar las aflicciones vinculadas con las visiones distorsionadas.

Si no se realiza un esfuerzo persistente en la consolidación de las actitudes mentales, éstas desaparecerán como desaparecen las habilidades físicas al faltar el entrenamiento.

Primero dirigimos nuestros antídotos hacia cualquier impureza que tengamos en nuestra mente, para que finalmente deje de surgir. Luego nos liberamos incluso de las tendencias latentes hacia estas aflicciones. De modo que, gradualmente, iremos desarrollando las cualidades de estar libres de estos oscurecimientos y de sus semillas.

En el proceso de disipación de las concepciones erróneas, al principio existe una convicción inequívoca sobre algo que es erróneo; luego, la convicción disminuye y aparece la duda; tras esto, se comienza a adquirir comprensión gracias al estudio y la investigación, aunque aún no existe la confianza suficiente.

Más tarde, sin embargo, si aplicamos el razonamiento lógico, llegamos a una cognición válida gracias a lo que se conoce como una *inferencia válida*. Esto ocurre cuando hemos examinado algo desde todos los ángulos posibles y descartado absolutamente todas las alternativas; llegamos a la firme conclusión de que “es así”: esa es la única posibilidad. [...] Si seguimos mediando sobre esta comprensión, se convertirá en una experiencia clara y no-conceptual, y eso es lo que llamamos *percepción directa válida*.

El problema es no enfrentar las dudas y huir de ellas; tal es la existencia sin experiencias: el refugio en una jaula de ratas para simular una vida según la fe y en soñar que los sueños se hacen realidad.

El esfuerzo es una necesidad. La mente no cambia con simplemente esperar que así sea.

La fuerza de voluntad, el compromiso sólido, surge después de que se han forjado certezas. Y las certezas son el resultado de una reflexión profunda sobre las razones subyacentes de algo. De lo contrario, nuestras acciones serán movidas por creencias, y éstas constituyen una base muy frágil para sustentar con garantías la voluntad. Si una creencia no tiene razones válidas que la sostengan, será muy difícil fortalecer nuestra convicción en ella.

Si todo lo dicho suena demasiado budista, podemos recurrir a, y concluir con, los esotéricos occidentales, incluso cristianos: distinguir lo real de lo irreal, lo verdadero de lo falso, es la clave del Sendero, que dicen los libros de iniciados.

Aunque, bien pensado, [son historias para otras ocasiones](#). Aún hay que dejar de querer creer las obviedades que se inventa una mente ávida de ilusiones y no nihilizarse en el intento.

Cualquiera, pues, que me oye estas palabras, y las hace, le compararé a un hombre prudente, que edificó su casa sobre la roca. Descendió lluvia, y vinieron ríos, y soplaron vientos, y golpearon contra aquella casa; y no cayó, porque estaba fundada sobre la roca. Pero cualquiera que me oye estas palabras y no las hace, le compararé a un hombre insensato, que edificó su casa sobre la arena; y descendió lluvia, y vinieron ríos, y soplaron vientos, y dieron con ímpetu contra aquella casa; y cayó, y fue grande su ruina.

(Mateo, 7: 24-27)