## Placer vs felicidad (1)

Texto: http://josemanuelruiz.wordpress.com/2008/09/14/placer-y-felicidad/

Casi nadie se cuestiona hoy el tremendo afán que invade nuestra civilización occidental para conseguir gozar de los placeres de los sentidos, cultivar y promover todo aquello que nos aporte bienestar físico. Alguien podría pensar que siempre fue así, sin embargo, una atenta mirada a la historia nos permitirá deducir que no. El culto a la belleza, al placer y a los sentidos parece más bien una consecuencia del progreso tecnológico y el logro de metas materiales.

El cultivo de los sentidos y la permanente búsqueda de nuevas sensaciones son la consecuencia de un bienestar material más que de una evolución mental. Prueba de ello es que a pesar de esta nueva dimensión del ser humano no es verdad que hoy sea éste más feliz que lo pudo ser antes o al menos las personas no se sienten más felices por cultivar más placeres.

Quiero hablarles del placer y de la felicidad. Ambas cosas pudieran ser confundidas a primer vista y sin embargo son bien distintas si nos paramos a pensar en ellas. El placer pertenece más al mundo de los sentidos, esta ubicado en nuestro cerebro más a nivel biológico, sin embargo, la felicidad es un estado más puro o sublimado del ser humano cuya ubicación no está tan al alcance de la neurociencia.

El placer es un mecanismo por el cual damos curso a las múltiples necesidades que nuestro organismo demanda para mantenerse en plena forma. El placer viene a ser el reclamo que utiliza el cerebro para conseguir aquello que le falta. El alimento es placentero cuando se padece la necesidad de consumirlo para saciar el hambre. Comer es un placer en tanto que su consecución última es saciar el hambre y cumplir con una necesidad puramente

biológica. Sin embargo, cuando estamos hartos de comer el placer por la comida desaparece y dejamos de interesarnos por ella. Así pasa con todos los placeres. Cuando la causa que dispara la necesidad deja de existir, el placer por conseguir el estado de satisfacción deja de ejercer su acción en nuestro cerebro.

La felicidad es otra cosa distinta al placer, si bien esta íntimamente unida a éste. Podemos decir que la felicidad es el estado que sigue a la consecución del placer, es decir, la felicidad comienza cuando uno se siente satisfecho, cuando el placer ha terminado y no sentimos necesidad de alcanzar estado alguno distinto al que nos encontramos. Así, siguiendo con el símil de la comida, la felicidad sería la sensación que sigue al momento de no sentir hambre y de haber consumando la ingesta de comida movidos por el placer de comer.

Es muy importante que sepamos distinguir la frontera entre el placer y la felicidad con el fin de despejar de conflictos nuestra mente y nuestra vida ante las miles de situaciones a las que debemos de enfrentarnos. Se dice, y es verdad, que “el dinero no da la felicidad” y luego algunos también añaden, “pero ayuda a conseguirla” y es verdad que ganar dinero y conseguir bienes materiales es un placer que nos mueve a la mayoría de los seres humanos, pero también lo es que son muchos, la mayoría diría yo, que habiendo conseguido sus metas económicas con sumo placer, terminan siendo infelices, o al menos siendo incapaces de gozar de ese segundo estado de bienestar que es la felicidad.

La felicidad deviene tras extinguirse el placer, la felicidad, por tanto, es un estado de consecución, de restauración del déficit, de la recuperación del equilibrio en nuestro organismo. Hablamos, por supuesto, de una felicidad básica o felicidad sensorial. Aquí no hablamos de la felicidad de los místicos o de los iluminados, dado que esa felicidad esta muy ligada a aspectos de la personalidad y pertenecen a un plano intelectual superior en el que las ciencias neurológicas y la psiquiatría tienen poco que decir, al menos de momento.

Erich Fromm en su obra “¿Tener o ser?” aporta sabios consejos sobre el tema y esclarece con maestría estos conceptos cuando nos dice: “*la satisfacción ilimitada de los deseos no produce bienestar, no es el camino de la felicidad ni aun del placer máximo*”.

Aristóteles también nos deja su opinión sobre el asunto cuando en su obra “Ética Nicomaquea. Política” escribe:

"*los que ejercen una actividad con placer, alcanzan mayor discernimiento y exactitud en cada uno de sus pormenores. Así, los que encuentran gusto en la geometría acaban por ser geómetras y comprenden mejor cada proposición de su ciencia; lo mismo los que aman la música o la arquitectura o las demás artes, que todos progresan en el trabajo que les es familiar, porque se complacen en él*".

En la misma obra mencionada de Aristóteles aparece una interesante forma de clasificar en tres las formas de conducirse en la vida las personas en función de sus aspiraciones y concepto de felicidad, y dice: "*.. así, el vulgo, confundiendo el bien, y la felicidad con el placer, se entregan a la vida voluptuosa. En cambio los más activos y mejores dotados, creen que el bien son los honores (el reconocimiento de su virtud) de la vida política y el tercer modo de vida es el contemplativo del que se hablará más adelante*".

Es curioso, si observamos detenidamente el catálogo de cosas que nos hacen felices en esta vida, como llegaremos a la conclusión que las cosas que verdaderamente nos aproximan a la felicidad están muy lejos de los valores materiales, monetarios o crematísticos. Antes al contrario, parece ser que el camino de la felicidad comienza en un estado de bienestar personal y en una ausencia de "necesidades materiales" para dirigirse inmediatamente hacia afuera de nosotros y proyectarse en las acciones orientadas a los demás, orientadas a la luchar por la felicidad de los otros. Esto, en todo caso, no es patrimonio exclusivo de las personas religiosas, si bien en algunas de ellas les sirve de guía y lo practican. Este camino no es un privilegio de los creyentes en Dios, es un camino que me atrevería a decir ha sido trazado por millones de años de evolución en nuestra especie y que hunde sus raíces en lo más profundo y misterioso de nuestro cerebro.

Sin embargo, hoy, las cosas no están del todo bien en lo que se refiere a la búsqueda de la felicidad, como decía antes el ser humano actualmente se preocupa más de cultivar placeres que de aspirar a la felicidad o por lo menos no tiene claro cuál es el camino para conseguirla. Existen numerosos medicamentos pensados para que nos sintamos bien, pero sólo se quedan en la sensación de bienestar, sólo equilibran los mecanismos del placer y el dolor pero no llegan, con sus "moléculas milagrosas", al menos a señalar la dirección del camino que conduce a la felicidad, se quedan en el modelo de la novela "El Mundo Feliz" que Aldous Huxley escrita en 1932 en la que nos describió en su sueño visionario o quizá mejor una pesadilla en la que imaginó una sociedad que utilizaría la genética y el clonaje para el condicionamiento y el control de los individuos.

“El mundo feliz” describe también lo que sería una dictadura perfecta que tendría la apariencia de una democracia, una cárcel sin muros en el cual los prisioneros no soñarían en evadirse. Un sistema de esclavitud donde, gracias al sistema de consumo y el entretenimiento, los esclavos “tendrían el amor de su servitud “… Este mundo quizá esté empezando a ser una realidad.