

Aprender a direccionar el pensamiento o morir en un frasco

Mariela Kriger

23-10-21

No sólo pensamos con palabras o en imágenes. Las teorías que sólo fundamentan estas dos posibilidades son simplistas e ignoran todo el potencial del cerebro humano.

¿Acaso no te pasa que has entendido algo y no sabés explicarlo? ¿acaso no te resulta difícil, a veces, ponerle palabras a cuestiones no tan concretas, que sin embargo, en lo más profundo de tu ser comprendés, vivís? ¿Te contaron el cuento de que si no podés ponerlo en palabras no lo entendiste? y ¿Te lo creíste?

Es como si, un conglomerado de información, desde todos los niveles de expresión pueden aunarse dentro de uno, para mostrarse y vos lo ves. Niveles que pueden ir desde lo sensorial a lo lógico, pasando por una compleja gama de intuición e irracionalidad.

Ahhh siiii . . . , definitivamente para mí la razón no lo es todo!, apenas un momento conveniente y funcional a veces, que hay que saber manejar muy bien, como si fuera una katana.

Y la pucha que me he cortado muchas veces con mi propia katana, pensando ingenuamente que sabía usarla!.

¿Qué será entonces direccionar el pensamiento?

Darle ese lugar que le corresponde, no coronarlo antes de tiempo como el único rey posible, ni tampoco dejar que se propague como un hongo, infectando todo nuestro ser.

Digamos que, algo así como una meditación muy consciente, donde se produce una autoobservación sin juicio de ciertas instancias psíquicas.

Algo así como cuando de niños cazábamos mariposas. Yo lo hice, lo admito. A veces íbamos tras todas ellas, casi compulsivamente como para retener una cierta cantidad en un frasco; otras, aparecía alguna diferente, más bonita, más llamativa y claro... ahí nos olvidábamos del resto para centrarnos sólo en esa, hasta que estuviese en el frasco. Un día, afortunadamente algo cambió y dejé de sentir la necesidad de atraparlas; me pareció más bello verlas volar libres que morir en un frasco. Me dediqué a contemplarlas.

Los pensamientos, pueden ser a veces banales, fugaces; a veces se instalan con la certeza de que ese es su lugar y deben ser escuchados; otras, nos pueden generar la sensación de ser brillantes, lúcidos, muy importantes, casi como no propios, sino como provenientes de una mente maestra.

El tema es, ¿qué nos motiva a quedarnos ahí reteniéndolos en “el frasco”? ¿Qué nos hace creer que cuánto más y más importancia le demos a un pensamiento será en nuestro beneficio?

¿Todavía crees que hay algo más por fuera tuyo, que decida cuánto debés o no pensar en algo?



Imagen: Escultura de Johnson Tsang. Usada con autorización del autor.