

VIVIR ES DECIDIR

por Francisco-Manuel Nácher

La vida es una elección constante. Ante cada problema, ante cada situación, ante cada juicio, ante cada acto, en cada momento. Elección que produce dos consecuencias simultáneas e inevitables:

La primera es la tensión derivada del hecho de haber rechazado todas las otras posibilidades diferentes de la elegida. El dolor por la renuncia a una serie infinita de posibles vidas, distintas de la que viviremos como consecuencia de nuestra última elección. El sentimiento de frustración por haber perdido oportunidades sin cuento que ya nunca volverán.

Y la segunda, el que, hecha la elección, nos vemos obligados a pechar con sus consecuencias, a mantenernos vivos y en las mejores condiciones, a pesar de lo que nos pueda venir, derivado de esa elección.

La vida, pues, es elección constante, decisión permanente, renuncia sin fin y esfuerzo ininterrumpido. Y esos cuatro factores son los que nos dan la sensación de existir, de estar vivos y de estar aquí. Son los que configuran nuestra consciencia.

Observémoslo, sino, de otro modo:

El cuerpo vital es el administrador de las energías que mantienen vivo y móvil y sano al cuerpo físico. Y, como todo buen administrador, tiende a ahorrar, a evitar el despilfarro, a utilizar la energía en las mejores condiciones posibles de rendimiento. La mayor prueba de esto último, su mejor arma para conseguirlo está en su tendencia irreprimible y constante a la formación y adquisición de hábitos.

Porque, ¿qué diferencia fundamental hay entre realizar algo de modo consciente o hacerlo mediante un hábito? A poco que reflexionemos, comprobaremos que la diferencia estriba en que, cuando se actúa mediante un hábito, no hace falta adoptar decisiones -

que ya se adoptaron la primera vez, cuando aún no era hábito - no hay que elegir a cada paso entre la serie infinita de posibilidades de actuación que nos conduce a la siguiente encrucijada. Esto se ve mucho mejor con un ejemplo:

Si yo tengo que trasladarme, conduciendo mi vehículo, desde mi domicilio hasta mi despacho, el primer día que realice ese trayecto estaré pendiente, - “consciente” es la palabra - de cada acto, desde el momento de la partida hasta el de la llegada con el consiguiente aparcamiento. A los pocos días, sin embargo, el cuerpo vital me habrá ya hecho adquirir el hábito de realizar ese trayecto, que no será más que una suma de pequeños hábitos que sustituyen a otras tantas decisiones conscientes del primer día: El de la hora de salida, el del itinerario a recorrer, el de accionar la palanca de cambio o el freno en determinados cruces o puntos de algún modo conflictivos, el de una velocidad determinada para cada tramo, el de secuencias como ponerme el cinturón, conectar la radio, la emisora a escuchar, el intentar el mismo aparcamiento, etc. Siempre evitando tener que decidir y descargando el trabajo en el subconsciente, en el hábito.

Pero es que, mientras actúa el hábito, mientras es el subconsciente el que trabaja, por definición, no lo hace el consciente.

Quiere eso decir que, al llegar al despacho, habré realizado una serie casi infinita de actos, sin tener conciencia de ellos, sin que los pueda siquiera recordar: ¿Cuántas veces he puesto la tercera velocidad o la cuarta? ¿cuántas veces he pisado el freno y con qué intensidad?, ¿a cuántos coches he adelantado?... No podemos negar, por tanto que, mientras he realizado todos esos actos, “no he vivido conscientemente”, y casi podría asegurarse que “no he vivido”, porque no he tenido que adoptar decisiones.

Ya que, sólo si se produce un momento de peligro, algo que se sale de lo normal, de lo “habitual”, algo fuera de lo mecanizado, mi conciencia tendrá que aflorar y habré de tomar “conscientemente” una decisión. Y esa decisión sí que la habré vivido, sí que la recordaré y la podré evocar a voluntad y, por tanto, formará ya parte de mi vida.

Lo que trata de evitar, pues, a toda costa, el cuerpo vital, es la toma de decisiones. Y, consecuentemente, es ella, por un lado, la que desgasta más energía, precisa para aquél, y la que, por otro, nos hace, hace a nuestro Ego, ser consciente de que está vivo.

De ahí también lo difícil que resulta abandonar un hábito después de adquirido: Porque hay que estar conscientes de cada momento en que el hábito va a intervenir, y hay que tomar conscientemente la decisión de no obedecerlo y actuar de otro modo... hasta que la repetición consciente de tal nueva actitud llame la atención del cuerpo vital y éste concluya que desgastará menos energía por ese nuevo camino, como hábito, que teniendo que luchar cada vez por mantener el antiguo. Por eso también, la única manera de desprenderse de un hábito consiste en sustituirlo por otro, ya que la vida “consciente” cada minuto, cada segundo del día, nos resultaría imposible por agotadora. Sería la muerte por falta de energía vital.

La clave, pues, de la consciencia, de la certeza de que estamos existiendo, está sólo y exclusivamente en la necesidad de adoptar decisión tras decisión, a lo largo del día. En el fondo, y como dice Max Heindel, en la permanente lucha entre el cuerpo vital, que tiende a ahorrar energía, y el cuerpo de deseos, que nos obliga permanentemente a realizarlos, con el consiguiente desgaste de aquélla.

De todo ello se deduce claramente la conveniencia de adquirir cuantos más hábitos positivos mejor, - bien creándolos como tales, bien sustituyendo otros negativos - y poder dedicar nuestra vida consciente a trabajar en otros planos más elevados, - oración, pensamientos de ayuda, de curación, de paz, de amor, etc. - mientras aquí son los hábitos positivos los que actúan.

* * *