

ELIGE UN BUEN PROPÓSITO PARA VIVIR

Luis Huete y Javier G^a Arealillo

Acabábamos el artículo de la semana pasada con una cita del discurso de David Foster Wallace en la que hablaba del verdadero tipo de libertad en el que ser educado. Y cómo la alternativa es funcionar por la vida como ratas a la carrera. ¿A qué se refiere?

Se refiere, como veíamos, a la elección entre operar desde el “default mode” y pararse a considerar otras posibilidades, otra forma de mirar. En la primera opción impera una visión del mundo egocéntrica; en la segunda estamos abiertos y disponibles a lo que sucede, a los demás.

Citábamos a Wallace al hablar de las dificultades que se nos presentan en el día a día profesional, pero sus ideas enlazan también con el principal elemento de la teoría de Seligman sobre el “floreCIMIENTO” personal: la presencia de un propósito en la vida, de algo que dé trascendencia a nuestra existencia. Es, por así decir, el componente espiritual de dicha teoría. Y probablemente el más importante.

Y es que, como remarca Wallace en su discurso, en la vida real no hay nada parecido al ateísmo: todos adoramos a algo/alguien. La cuestión está en qué decidimos adorar. Tal vez por eso muchos elegimos algo espiritual, porque casi cualquier otra alternativa nos devora. Citando al propio Wallace:

Si adoráis el dinero y las cosas materiales, si para vosotros están donde sentís el significado real de la vida, entonces nunca tendréis bastante, nunca sentiréis que tenéis bastante. Ésa es la verdad. Adorad vuestro cuerpo y vuestra belleza y vuestro atractivo sexual y siempre os sentiréis feos. Y cuando el tiempo y la edad comiencen a mostrarse, moriréis un millón de muertes antes de que finalmente la sintáis. A un nivel básico, todos sabemos ya estas cosas. (...) El truco está en mantener la verdad al frente de nuestra consciencia todos los días.

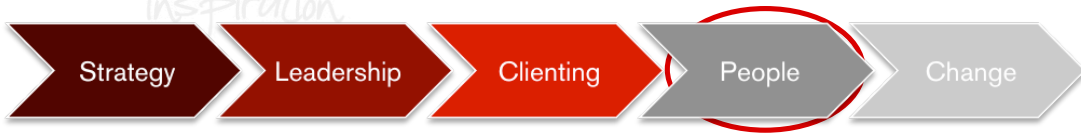
Una vez más, volvemos al tema de la conciencia: cuántas veces nos hemos repetido, convencidos, que el dinero no da la felicidad... Mientras nos juzgamos continuamente por el nivel de nuestros ingresos. Porque en ocasiones no basta con repetir algo como un mantra para vivir conforme a ese principio. Pero sigue Wallace:

Adorad el poder y terminaréis sintiéndooos débiles y temerosos, y necesitaréis incluso más poder sobre los demás para libraros de vuestro propio miedo. Adorad vuestra inteligencia, adorad ser vistos como gente inteligente, y terminaréis sintiéndooos estúpidos, fraudes, siempre a punto de ser descubiertos. Pero lo insidioso de estas clases de adoración no es que sean perversas o pecaminosas, es que son inconscientes. Son configuraciones por defecto.

Son la clase de adoración en la que te deslizas gradualmente, día tras día, siendo cada vez más y más selectivo respecto de lo que ves y cómo lo valoras sin nunca ser totalmente consciente de que eso es lo que estás haciendo.

Aquí está la clave: la necesidad que remarca Seligman respecto al propósito en la vida no es una simple consideración bonita, un “además de”, la guinda del pastel... Más bien es la masa de hojaldre que da forma y sentido a la tarta. Porque tener un propósito, un motivo para vivir, no es una opción: lo tendremos, sí o sí. La cuestión está en si lo decidimos nosotros, conscientemente, o lo dejamos al albur de la “configuración por defecto”, que tenderá, como hemos visto, a un modelo del mundo que gira en torno a uno mismo.

¿Y dónde buscamos ese propósito? ¿Cómo lo identificamos, si hemos funcionado hasta ahora con la configuración por defecto? Lo dice el propio Wallace: identificando aquello que adoramos. Aquello



que busquemos por encima de todo, dedicándole un culto muchas veces inconsciente... Pero que igualmente determina toda nuestra realidad.

Nuestra clave interpretativa, la piedra Rosetta con la que traducimos todo lo que sucede a nuestro alrededor, la configura sobretodo este aspecto. También los otros elementos cuyo desarrollo nos lleva al famoso “Florecimiento” que expone Seligman: las emociones positivas, las relaciones, la pasión por algo y el éxito profesional. Si el propósito que nos guía (consciente o inconsciente) está dañado en su origen, el resto de elementos se resentirán.

Siguiendo el ejemplo de Wallace: si por encima de todo adoramos el poder, habitualmente nos sentiremos débiles; las relaciones vendrán corrompidas por nuestro afán de ascender y dominar; buscaremos el éxito por el poder que otorga, y acabaremos dejando de disfrutar hasta de nuestras aficiones más queridas... porque el miedo no nos deja, a la postre, gozar de nada.

Una persona así está presa sin saberlo. Y por mucho que busque alguno de los elementos ya citados (emociones positivas, etc.), la única posibilidad de cambiar pasa por tomar conciencia de aquello que adora por encima de todo, que mueve su conducta y determina el sistema de creencias con el que interpreta la realidad. Sólo un propósito sano puede llevar a un equilibrio que facilite el desarrollo de una vida plena, de una vida que florezca y que, además, sirva de ayuda e inspiración a otros.