

Pienso, luego no sigo más

seguir o no seguir, Esa es la pregunta

"Para tener mas tiempo en la vida, es mejor reducir la velocidad, que tomar prisa." Ernie Zelinski

"Pasamos tanto de nuestro valioso tiempo a ganar dinero con el fin de gastarlo, que no tenemos mas tiempo para examinar nuestras prioridades." Joe Domínguez y Vicki Robin

*"Nuestros valores llegan, conscientemente, de nuestra comprensión, o inconscientemente, de nuestro condicionamiento A medida que nos damos cuenta de motivaciones anteriormente inconscientes, podemos despertarnos a lo que realmente deseamos y a cuáles están nuestras opciones."
Marylin Ferguson*

"Tenéis el reloj, tenemos el tiempo. "Proverbio camboyano

Poca gente puede presumir de realmente "tener el control de su vida", o, en otras palabras: para la mayoría de la gente, una gran parte de sus actividades y sus compromisos no son realmente el fruto de sus decisiones. En muchas situaciones nos encontramos en el modo automático, y los eventos mismos nos traen a tomar decisiones que, si tomamos el tiempo de posar nos, no los habríamos hecho, o de otra manera. La mayoría de las veces no decidimos en realidad lo que nos sucede, porque eso nos esta propuesto por otros que eligieron para nosotros .Y o aceptamos, o nos escapamos, o luchamos, en respuesta a lo que sucede sin que seamos nosotros mismos el iniciador de cualquier cosa. Y pocos son los eventos que planificamos, preparamos, realizamos y vivimos en la conciencia real.

No es tanto que no hacemos decisiones, pero a menudo ellas están dependientes de la suerte, de nuestros condicionamientos y hábitos, o de los otros, y rara vez vienen realmente de nosotros mismos, de nuestros deseos, de nuestra intuición, de nuestros sentimientos, del uso de nuestro sentido común o de nuestra reflexión. Nuestras decisiones se quedan mas veces preconicionadas, hacemos muchas decisiones rápidas, sin esperar que la noche nos traiga consejo.

Los avances tecnológicos, y la sociedad de consumo con su parte de publicidad y manipulación, y también los medios de comunicación, tienen un papel importante en este modo de funcionamiento.

En este contexto, nuestra vida se parece más a una carrera contra el tiempo, donde se sigue el programa y donde el fin consiste mas a eliminar los problemas, incluso a ganar terreno a los vecinos, sin saber realmente cual es el objetivo, a parte del día siguiente, del siguiente fin de semana, de las próximas vacaciones, de la próxima promoción, de la edad cuando los niños se volverán adultos, de la edad de jubilación,

En el contexto del consumo, estamos en una huida hacia adelante que los decrecentistas llaman "efecto rebote". Es el consumo mismo que estimula esta escalada. De hecho, el consumo estimula el uso de lo que consumimos y estimula que consumamos más para usarlo. Disfrute de los beneficios de la tecnología estimula a aumentar nuestro uso de la tecnología en sí.

Por ejemplo, una carta escrita a mano o a máquina mecánica es a priori única. Será corregida manualmente si es necesario en caso de error, y simplemente será enviada al destinatario con tal vez una copia archivada. Por lo contrario, con la impresora láser y la fotocopidora, la misma carta será modificada y imprimida diez veces, por la ortografía, sino también por otros cambios (raramente importante), sin contar las fotocopias posteriores utilizadas para archivar varios tiempos y para enviar copias a varios destinatarios "por información". De esta manera, se utiliza diez a veinte veces más papel, como electricidad, y como tinta (tanto para la impresora y la copiadora), igual por el tiempo de trabajo de la secretaria y del redactor, sin olvidar la fabricación de los aparatos, el trabajo de la creación de programas informáticos y el mantenimiento del equipo, y el trabajo del personal técnico, o la formación para poder utilizar estas herramientas. Gradualmente a medida que las instalaciones se desarrollan (principalmente a través del desarrollo de tecnologías), nos lleva a consumir más y de manera exponencial en todos los niveles.

Otro ejemplo, viajar. Cuanto más es ventajoso - barato, fácil, rápido - para viajar, más nos incita a viajar - con mayor frecuencia, más lejos y por menos tiempo.

Por otro lado, cuanto más compramos, más que acumulamos bienes de consumo. Pero todas estas posesiones, vamos a tener que colocarlas (tener armarios, mudarse a una casa más grande), limpiarlos, mantenerlos, utilizarlos. También debemos recordar lo que tenemos y donde lo colocamos. Cuanto más tenemos, más tenemos que utilizar nuestros recursos de memoria para conocer el lugar de colocación de estos objetos. Cuanto más estos objetos son sofisticados, más debemos recordar la forma de uso (sobre todo si no los utilizan a menudo).

Cuando solemos utilizar todas nuestras posesiones, con el tiempo nos parecen indispensables, y nos volvemos adictos al punto de que son ellas que nos poseen. Y cuando uno de ellas falla, o esta agotada, entonces tenemos la preocupación de tener que reemplazar, reparar, encontrar una pieza de repuesto adecuada, etc.

Por otro lado, cuanto más tenemos aparatos y baratijas para hacer la vida más fácil y que nos hacen "ganar tiempo", más aprovechamos para llenar nuestro tiempo libre ganado, por nuevas actividades: clases, deportes, salidas, vacaciones, etc. Y por lo tanto tenemos menos real tiempo libre, nuestra agenda está más que llena, estresamos más, y vivimos deprisa. El teléfono móvil en este sentido, ha acentuado ostensiblemente este fenómeno: nos pueden llegar en cualquier lugar. No sólo nos encontramos tiempo para nosotros mismos, pero tenemos que estar disponible para otros, en todas partes y en todo momento.

Y, por último, pasamos nuestro tiempo para comprar, comer, trabajar, dormir, usar, limpiar, mantener, colocar nuestras adquisiciones, correr entre las citas y horas de nuestro agenda Y no tenemos tiempo ni para respirar, ni para pensar, ni para tomar decisiones, ni para hacer preguntas, ni para hacer toma de conciencia y aún menos tiempo para evolucionar o todavía para amar de verdad, salvo con regalos interpuestos o conflictos evitados.

A medida que nuestra vida se convirtió en una carrera, estamos a punto de ser atrapado en el círculo vicioso de ni siquiera tener tiempo para decidir de organizarnos de otra manera. Las decisiones que tomamos no son el resultado de nuestras elecciones, y nos aparecen como inevitable. Y a menudo nos sentimos frustrados no ser capaz de hacer todo lo que queríamos.

Ya no podemos discernir las prioridades de las futilidades, y muchas veces hacemos lo que es importante en el último minuto, después de lo que no lo era tanto (ver la historia al respecto: El Tarro, el maestro y la administración del tiempo :

<http://sechangerso.be/ES/5ES-Leyendas/Administraciondeltiempo.htm>).

Finalmente, vivimos muchas vidas en una, pero a menudo, sin que el piloto está realmente al mando.

Para algunos, también, dejar de correr puede parecer peligroso. En realidad, mientras nos quedamos en una actividad frenética que nos impide pensar; nos protegemos de hacer preguntas y a darse cuenta de que no llevamos en absoluto la vida que habíamos soñado con vivir cuando teníamos 20 años. Son entonces los impactos de la vida (luto, divorcio, pérdida de empleo, enfermedad, etc.) que, para algunos, ofrecerán la oportunidad de este cuestionamiento. Y a veces no se puede evitar una depresión, cuando el inconsciente nos fuerza, en el sufrimiento y la incomprensión, a restablecer el equilibrio entre nuestras necesidades y deseos auténticos, y la realidad de las opciones de vida que tomábamos.

Orgullo de lado, ¿quién de nosotros puede decir que vive completamente fuera de este esquema? La descripción es una caricatura, por supuesto, pero todo el mundo puede reconocer unas particularidades que de hecho vive todos los días.

Y, a menudo, nada nos lleva a poner esto en cuestión, para trastornar nuestras creencias y hábitos.

Y perseverando en este modo, donde el pensamiento individual no tiene lugar, estamos más inclinados a tomar los pensamientos de los demás como única verdad (y es así que vemos toda la importancia de la influencia de la televisión y otros medios de comunicación).

Porque nuestras opiniones son rara vez en relación con nuestra experiencia, con nuestra propia reflexión, sino que se inspiran en las opiniones externas a nosotros, que hemos adoptadas (a menudo sin pruebas, sólo porque se nos presentan como fiables o porque no afectan las opiniones previamente adquiridas, de la misma manera).

Nuestra crítica pierde su pertinencia sin que nosotros nos demos cuenta. Y por lo tanto, estamos maduros para conformarnos a el pensamiento condicionado : de la gente que nos rodea, de los medios de comunicación, de la publicidad.

En nuestros países (Europa Occidental) 98% de la población posee un televisor en casa, y el promedio de horas al día viendo televisión se está acercando a cuatro horas.

Cuanto mas estamos integrados en el sistema de consumo, de la facilidad, de la tecnología, más el nos llega a ser maleable precisamente en lo que ofrece esta sociedad: círculo vicioso.

Sin embargo es posible de renunciar a ciertas actividades. Es posible de renunciar, no sólo a acumular posesiones, sino también liberarnos de lo que ya tenemos. Conscientemente podemos limitar nuestro uso de las ventajas de la tecnología. Podemos establecer nuestras prioridades y optar por dejar de lado lo que no lo es tanto, y recobrar tiempo, entre otras cosas, tiempo para pensar.

Pero más que recobrar el tiempo para pensar, lo que importa más es encontrar tiempo para estar, para escuchar a su mismo, para sentir las cosas, para vivir nuestra vida al máximo, cada momento, con la presencia de nuestra conciencia, en lugar de cruzar en la oscuridad, en una carrera para alcanzar los objetivos e ilusiones del futuro, que no necesariamente alcanzaremos, ni siquiera se daremos cuenta de que lo hemos alcanzado, ya absorbidos por el siguiente objetivo a alcanzar o por un problema para eludir.

La capacidad de recobrar el tiempo para pensar, de recobrar el tiempo para vivir, es un proceso que requiere un tiempo de aprendizaje. Este aprendizaje comienza con nuestro compromiso para parar nos lo más frecuentemente posible, para respirar el momento presente, sólo observar lo que está, suelte el pedal del acelerador de nuestras acciones, volver a su mismo, para mejor volver al mundo, o en otros palabras : volver a ser vivo.

Claire De Brabander
Bruselas – 20/10/2011
traducido diciembre 2011

del sitio : <http://sechangersoi.be/ES/ES-Inicio.htm>
pagina : <http://sechangersoi.be/ES/4ES-Articulos/Pienso.htm>

Este texto ha sido escrito en francés y ha sido traducido por la autora (que es francófona). Por lo tanto la calidad de la traducción no está garantizada. Ver más a la pagina : <http://sechangersoi.be/ES/ES-traduccion.htm>. Su ayuda podría ser bienvenida.

© La Reproducción de este documento (para fines no comerciales solamente) es libre y bienvenida, bajo reserva de no realizar cualquier cambio y de mencionar la autora, el sitio y la página.