"Engañar al Caos" de Esteban Fernandez Hinojosa

Engañar al caos

La historia es la esencia de innumerables biografías

Thomas Carlyle.

Es paradójica la sutil resistencia que muchos presentamos para confiar en un proceso de *cambio interior* que permita mirar el mundo con ojos nuevos cuando percibimos las cosas y la vida tozudamente torcidas.

Yo creo que facilita ese cambio de mirada, el comprender algo del *juego de la vida* y su funcionamiento y poder crear desde ahí una discreta armonía en ella y liberar la atención que se dispersa y derrocha en preocupaciones y aburrimiento.

Aunque conocemos gran parte del enigmático origen de la consciencia que, como otras dimensiones humanas, resulta de procesos biológicos que han introducido complejidad en la arquitectura de nuestro sistema nervioso a lo largo de milenios, queda por dilucidar el último salto desde lo orgánico, salto por encima de las instrucciones genéticas y que permite *auto-dirigir* su propio curso de acción.

La consciencia representa la información de aquello que ocurre dentro y fuera del organismo y permite a la mente evaluar y al cuerpo actuar. Desde ella podemos evaluar lo que nos dicen los sentidos y generar respuestas deliberadas superando primitivas reacciones instintivas. También permite inventar información, mentir, soñar o escribir…

Cuando uno cambia voluntariamente los contenidos de su consciencia, puede modificar sus emociones, con independencia de lo que ocurre en el entorno. De hecho, algunas personalidades, logran transformar situaciones dramáticas en desafíos a superar. Recuerdo el caso de un hombre de 33 años que en 2002 sufrió un accidente de tráfico y permaneció en nuestra *unidad de cuidados intensivos* recuperándose durante tres meses de gravísimas lesiones hasta que pudo ser trasladado a la planta como parapléjico. El cuidado diario que aquel equipo prestamos a nuestro paciente durante ese tiempo forjó una relación que le llevó a visitarnos en diferentes ocasiones durante los años siguientes, como muestra de su gratitud.

Al iniciar el bachillerato abandonó sus estudios para dedicarse a tocar música en la calle. Con los años acabó en diferentes empleos de los que se aburría e iba gastando su dinero en juergas nocturnas.

En una de esas visitas que nos hacía meses después de salir del hospital, nos contó que estaba concluyendo sus estudios de bachillerato nocturno. Tres años más tarde, supimos que estaba estudiando solfeo y piano en el conservatorio de música de la ciudad. Un día me dijo que “la cercanía a la muerte había servido para crearse ilusiones en la cabeza en lugar de desesperación”. Había aprendido a dominar desafíos de la nueva situación y sentía una claridad de propósitos de la que antes carecía. Había encontrado la manera de ordenar su atención e impedir desestructurar su mente. Había construido rutinas que requerían centrar toda su atención sobre los nuevos contenidos de su consciencia

Confieso que para mi, tal vez sea esta la mayor de las *capacidades adquiridas* para gozar de la vida.

El proceso que ordena la información consciente no tiene atajos, ni siquiera valen los “milagros del reino de lo místico”. Para que la información no quede excluida del mundo consciente, sólo contamos con los hábitos que proceden tanto de instrucciones biológicas y convenciones sociales, como también de la capacidad para concentrar la atención sobre tal información. La consciencia es información ordenada por la fuerza de la intención, necesidad o deseo. Cuando tengo sed, dicha necesidad ordena los contenidos o información que llamo sed, para dirigir mi atención al agua. De manera que la consciencia refleja la realidad en la medida en que esta es vivenciada. Los acontecimientos de esa realidad sólo existen en la medida que la consciencia los reconoce.

La mayoría organizamos nuestra consciencia a partir de objetivos que se centran en el bienestar físico o social. Sin embargo, personalidades bien integradas se independizan de tales tendencias para adoptar propósitos transcendentes. Es el caso de ciertos artistas, de sabios y santos e incluso de los héroes cotidianos y anónimos que viven sus vidas armónicamente sin ampulosidad ni manierismo. Ellos son una verdadera aristocracia secreta de la humanidad, que hacen de motor para la evolución y por ello se me antojan ejemplos preferentes a imitar. Son el botón de muestra de que poseemos libertad para edificar nuestra propia realidad subjetiva.

Más en: **http://www.estebanfernandezhinojosa.com/**

Link to Original article: http://semp.org.es/articulos/enganar-al-caos-de-esteban-fernandez-hinojosa?elem=213657