

Decisiones

Hace poco me hicieron un pregunta muy buena: "Cuando la vida presenta tantos desafíos y hay que tomar decisiones –algunas críticas, otras no tanto–, ¿cómo sabremos qué hacer? ¿Miramos en nuestro corazón o utilizamos nuestra mente para saber qué es lo correcto?".

Mi respuesta fue que, en primer lugar, cuando nos ocurren cosas debemos comprender algo en nuestra vida. Suceden cosas malas. A veces todo se pone muy feo y nos preguntamos por qué nos pasa eso. La decisión más acertada sobre qué camino seguir podrá tomarla sólo una persona calmada y serena, no alguien que es presa del pánico. Y no mediante una elección al azar: "De acuerdo, echémoslo a cara o cruz".



¿Qué es la calma? Imagínate que hay un estanque en el que ves tu reflejo. Si arrojas una piedra en él, verás ondas, pero ya no podrás ver tu reflejo. Las ondas están ahí, pero el reflejo ha desaparecido. Cuando el estanque queda en calma, las ondas desaparecen y el reflejo vuelve. Tienes que estar en calma para ver cómo es todo en realidad.



Ir a tu interior, permanecer sereno, es lo mejor que puedes hacer para estar en esa posición de neutralidad desde la que puedes tener una visión completa y no sólo ver unas ondas, porque esas ondas no van a mostrarte la situación como realmente es.

Como piloto, cada seis meses tengo que hacer un curso de actualización y practicar en un simulador. Y, claro está, ocurren cosas. Si pierdes un motor, tienes que estar muy calmado. No puedes empezar a pulsar botones o a hacer un montón de cosas. Sólo tienes que mantener la calma y pensar: "¿Qué es lo que debo hacer en este momento? Saquemos la lista de control y encendamos de nuevo ese motor".

Cuando estamos confusos o apresurados, no damos prioridad a lo que es importante. He visto a una madre cargando con unas bolsas en un centro comercial muy concurrido, y su hijo lloraba:

"Mamá, ayúdame". Y sabes que la madre está frustrada: "Si dejo las bolsas de la compra, alguien me las robará". Sí, pero si alguien te roba a tu hijo, va a ser mucho peor. ¿Cuál es la prioridad para ti?

Así que en esta vida, ¿cuál es tu prioridad? No me importa cuál es el problema, si es esto o aquello lo que va a resolverlo; lo importante es permanecer en calma. La calma no viene de la cabeza. Viene de un solo lugar: de tu interior. Esa calma puede darme tiempo para comprender: "Haz tal y tal cosa, porque ésa es la prioridad". En mis cursos, cuando entramos en el avión, los instructores nos plantean casos absurdos, incluso que dejen de funcionar los dos motores. ¿Y cuál es mi prioridad? Seguir vivo.

¿Habéis visto gente que va conduciendo por la autopista y se dan cuenta de que van a pasar de largo su salida? De repente, ¡uff! Han olvidado su prioridad. Quizá te pierdas tu salida, pero conduce con precaución. Ve hasta la próxima salida, haz un cambio de sentido y vuelve, en lugar de hacer un viraje brusco y cruzar los carriles hasta la vía de salida.



La calma viene del corazón. La cabeza nunca puede estar en calma. Te volverá loco, como una pelota de ping-pong: "Si haces esto, pasará eso, pero si pasa eso...". ¿Qué es importante? La prioridad se percibe desde la calma, no desde la agitación. La cabeza es experta en agitación. Y el corazón es experto en estar en calma. Así pues, parte de ahí y luego decide.

Prem Rawat