Universidad Iberoamericana Puebla

Repositorio Institucional **http://repositorio.iberopuebla.mx**

Círculo de Escritores Artículos

La paradoja de elegir

Barragán de la Parra, Rocío

2021-03-26

https://hdl.handle.net/20.500.11777/5001

http://repositorio.iberopuebla.mx/licencia.pdf

La paradoja de elegir

Rocío Barragán de la Parra

Publicado en “Síntesis”, el 26 de marzo de 2021. Disponible en:
https://web.mediasolutions.mx/Notas/?id=202103260639327253

Cuando se habla de una paradoja, normalmente se hace referencia a una idea que parece extraña u opuesta a aquello que se supone como verdadero o bueno y que puede parecer contradictorio; por ejemplo, pensar que una situación adversa puede conducir a una circunstancia benéfica o que detrás del dolor puede obtenerse gozo o satisfacción.

Esta naturaleza contradictoria y tensante que caracteriza una paradoja, suele ser común cuando se enfrentan procesos de elección, pues éstos suponen escoger, priorizar o preferir entre dos o más situaciones, escenarios, objetos o personas.

Día a día se toman innumerables decisiones que van desde la elección simple de levantarse de la cama o no ante el sonido del despertador, seleccionar el atuendo con el cual vestirse, la ruta que se seguirá para cada una de las labores, los alimentos que se ingerirán, con quien se compartirá el día a día y cómo se resolverán las tareas cotidianas. De este modo nuestra ruta se cimenta con aquello que se elige (no) hacer o (no)decir.

Así se conforma el derrotero y construye lo que hacemos, pero sobre todo lo que se decide ser. Así lo expresa ese fragmento de la famosa canción de Joan Manuel Serrat “Caminante no hay camino, se hace camino al andar”.

Lo que le da sentido a la elección es justo la capacidad para decidir; que no siempre se ejerce de manera libre y consciente; por ello, con frecuencia resulta complicado entender la responsabilidad que deriva de cada una de las acciones emprendidas. La pregunta entonces es ¿existe alguna manera de elegir asertiva, consciente y responsablemente? La respuesta es sí, pero como todas las cualidades humanas supone un proceso de trabajo íntimo y personal, que debe fundamentarse en poner la voluntad sobre la intención, de modo que diariamente sea un ejercicio de cuestionamiento ¿con qué sentido hago lo que hago?, ¿por qué y para qué lo hago?, ¿existen otras opciones para resolver o atender eso que me está ocurriendo? ¿a quién beneficia lo que decido?, ¿qué espero obtener?, ¿qué voy a hacer con eso que suceda? Este proceso de autorreflexión permite vivir de modo más consciente la consecuencia de los actos, fortalece la escucha activa, la capacidad de pensamiento y, por supuesto, pone en modo activo la sensibilidad y atención en cualquier situación, simple o compleja, de la existencia.

De este modo vamos integrando un proceso de comprensión en aquello que nos ocurre y que debemos resolver. La decisión va convirtiéndose en un proceso estructurado y objetivo que permite diferenciar los hechos de las suposiciones, identificar diversas alternativas ante los hechos, reduciendo así el riesgo de fracaso y la distancia entre la subjetividad con la que cotidianamente nos

relacionamos con la realidad. Este tipo de procesos nos permite comprender que los hechos no los podemos modificar pero sí la manera en que nos relacionamos con ellos, ello implica de manera inmediata desarrollar procesos más sanos y asertivos, que reconforman nuestro carácter y nos permiten experimentar un estado de mayor plenitud al ejercer de manera consciente y comprometida nuestra capacidad de elegir, que si bien resulta una paradoja, porque como todo en la vida no siempre lo que nos gusta nos hace bien y lo que nos hace bien no siempre nos gusta; si nos permite disfrutar mucho más de nuestra naturaleza humana, relacionarnos de forma más equilibrada y saludable con nuestro ambiente, nuestro entorno y nuestros semejantes.

Elegir es una paradoja porque implica aprendizaje y crecimiento, a veces fácil y homogéneo, a veces complejo o contradictorio, lo valioso es no perder de vista que cada decisión nos brinda la oportunidad de aprender y adquirir experiencias que proporcionan nuevas oportunidades, ya lo decía Gandhi, “Cuando pierdas, no pierdas la lección”.

Cada decisión que tomamos tiene un impacto, y del tamaño que sea esa decisión será justamente su consecuencia; la paradoja está también en comprender que, mientras más conscientes estemos de lo que nos mueve a elegir, e identifiquemos para qué lo hacemos, podemos entonces, tener consecuencias menos echadas a la suerte y ser más conscientes de la responsabilidad de forjar nuestro propio destino. Ya lo decía el recién fallecido Nelson Mandela “No importa cuán estrecho sea el camino, cuán cargada de

castigo la sentencia. Soy el amo de mi destino; soy el capitán de mi alma". Así que ante la oportunidad que la vida te brinda decide vivir en plenitud y trascendencia contigo mismo, con tus semejantes y con todo cuanto te rodea.