CAPÍTULO 1

CEREBROS HACKEADOS

La mayoría de la gente cree que es inmortal, o al menos vive como si lo fuera.

No deja de ser irónico que algo tan evidente e importante en nuestras existencias como el tipo de vida que queremos llevar, cotidianamente se nos pase por alto. Desconozco las razones y los motivos que sustentan este tipo de comportamiento, pero me da por pensar que el gran responsable de todo esto está mucho más cerca de lo que creemos.

Personalmente sospecho directamente de nuestro propio cerebro, ese gran manipulador. El cerebro humano parece no estar preparado para entender la muerte, sencillamente es incapaz de concebirla.

Es como si hubiera algo ahí dentro que nos protegiera de la idea de la no existencia.

A veces pienso que, al igual que los protagonistas de la película *Matrix*, estamos programados de cierta manera para entender el mundo que nos rodea. A poco que hayas leído sobre el modelo de comunicación interpersonal llamado *Programación Neuro Lingüística* (PNL) sabrás que esto no es ningún disparate. Pues bien, como explica la PNL y otras nuevas disciplinas como la neurociencia, parece que todos venimos con un *software* de serie muy concreto, uno que se dedica a crear la ilusión constante de que la muerte, –aunque sepamos que ha de llegarnos más tarde o más temprano–, es algo muy lejano y no nos debe preocupar en absoluto. Mientras tanto, la gente vive como si siempre hubiera un mañana aunque, en realidad, no sea así.

Ciertamente esta es la única explicación de que muchas personas pasen por la vida como auténticos personajes de Walking Dead.

Pero, ¿por qué nos pasa esto? ¿Qué motivos tiene nuestra mente para hacernos creer semejante patraña? En realidad, como todo lo que hace nuestro cerebro, es por nuestro propio bien. Si no fuera así viviríamos atemorizados y puede que paralizados ante la idea constante de la muerte. Porque, si uno lo piensa de manera lógica, ¿para qué vivir si al final todos vamos a parar igual al camposanto? ¿Qué sentido tiene la vida si al final sólo se trata de pasar un puñado de años paseando por la Tierra? El cerebro nos intenta proteger para que nuestra estancia en este planeta sea lo más agradable posible.

Pero, como ocurre con toda protección, siempre caemos en el error de obviar las cosas más importantes. Y es que, aunque nuestro fantástico órgano pensante se empeñe en crear una ilusión de vida infinita, la realidad es bien distinta. Por eso siento ser el portador de malas noticias pero, en realidad, debo decir que no, que no somos inmortales y que sí, que un día, lamentablemente, moriremos. Es una verdadera pena, lo sé, pero no soy yo el que inventa las reglas.

Culpad al juego, no al jugador.

Cayendo en el tópico podemos decir que hay dos tipos de personas: las que siguen el juego y las que no. Veamos dónde te encuentras tú.

Hay gente que pasa toda la vida manipulada por ese *software* sobre la muerte, el cual hace que sigamos pensando continua y repetidamente que la vida es muy larga y que, por tanto, hay tiempo para todo aquello que se nos antoje hacer. Es como poseer un crédito ilimitado en el tiempo para seguir jugando esta partida llamada vida. Como se suele decir, lo que tenga que venir, vendrá. No hay que forzar al destino, ¿no es así? Es decir, seguir viviendo como si fuéramos Connor MacLeod, el protagonista inmortal que nos enamoró en *Highlander*, que continuaba viviendo eternamente a no ser que alguien le cortara la cabeza. A pesar de lo ridículo que resulta dicho así puedo adelantar que, de manera consciente o inconsciente, ésta es la opción más popular entre los seres humanos. Puede que un día, gracias a científicos como Elizabeth Blackburn[1], realmente podamos ser, sino inmortales, sí mucho más longevos que hasta la fecha. Pero hasta que eso ocurra todavía tenemos que esperar unos cuantos años más.

El otro tipo de persona es el que decide vivir la vida de manera más consciente, planteándose unos objetivos vitales y centrándose en ellos, mientras que va luchando por ir consiguiéndolos poco a poco, midiendo los resultados de sus logros, esforzándose cada vez más mientras disfruta todo el camino recorrido, celebra los triunfos y aprende y rectifica gracias a los fracasos…

Este tipo de persona, debo reconocer, pasa actualmente por su etapa más delicada habiéndose convertido oficialmente en una categoría en peligro de extinción.

Si te preguntara, lector, qué opción has elegido para vivir, estoy convencido de que lo más probable es que defiendas a capa y espada la segunda. Y es que nadie en su sano juicio confesaría que vive en la primera. Su cerebro no se lo permitiría. Estamos ante un caso típico de autoengaño protector. El sistema funciona.

Y es que como nos quiere nuestro cerebro no nos quiere nadie.

Pero siempre hay otras alternativas. Hecha la ley, hecha la trampa. Se puede engañar hasta a nuestro propio cerebro. Podemos *hackear* su software sobre la muerte para ser cons-

cientes de lo que implica y aprovechar al máximo la vida. Así que, para verificar realmente si esta es nuestra manera de saber que estamos muertos, recomiendo encarecidamente realizar el siguiente ejercicio. Es una buena manera de burlar la barrera defensiva de nuestra sesera.

La inspiración para crear este simple ejercicio me vino una tarde viendo *El Club de la lucha*. En una escena memorable, Tyler Durden (interpretado por el actor Brad Pitt) va conduciendo en modo suicida por una carretera bajo una gran tormenta. A pesar de los intentos del protagonista (Edward Norton) por detener el coche, Tyler sigue acelerando mientras pronuncia uno de sus grandilocuentes discursos. En cierto momento plantea la siguiente pregunta: *¿qué desearías hacer antes de morir?* Parece una cuestión sencilla pero, ante ella, el protagonista se queda totalmente paralizado. Nunca, en los cerca de cuarenta años que tiene, se lo había planteado (un *software* cerebral en perfecto funcionamiento). Así que no llega a responder nada. Tyler vuelve a la carga con otra cuestión más agresiva todavía: *¿si murieras ahora, cómo te sentirías ante tu vida?*

Esas dos estocadas fueron suficientes para que yo pusiera en pausa la película y reflexionara sobre lo que acababa de ver. Me era completamente imposible continuar con la cinta si, como el protagonista, no sabía responder a esas preguntas. Y así lo hice. Gracias a ello puedo decir que hoy me siento más vivo que nunca.

Ahora te las lanzo a tí, lector, en una versión 2.0, mejorada, ampliada y renovada.

Tal y como podría rezar el subtítulo de este capítulo, ¿podrías decir en menos de un minuto las tres cosas que te gustaría hacer antes de morir?

Si, como el personaje de *El Club de la Lucha*, tu cerebro se paraliza y activa todas sus alarmas bloqueando cualquier tipo de respuesta coherente, acabas de descubrir en qué opción estás viviendo. Si es que a eso se le puede llamar vida.