



Lluís Vilalta
Psicòleg i coach

La vida, una pregunta, un somni

No hi ha res que afini millor la vista que una bona creença (amb permís de les pastanagues!). Cregui alguna cosa fermament i el cervell s'ocuparà de buscar allò que calgui per confirmar aquesta creença. Què pensava? Que al cervell li interessa la veritat? En absolut. A aquesta massa esponjosa que guardem dins la closca, de color força insuls, el que li interessa és ser fidel a allò que ha après. Però una creença no és més que un aprenentatge no qüestionat.

La física quàntica ja ho ha confirmat, encara que sigui

sobre el paper i amb bon grapat de números i fórmules: vivim en un món d'infinites possibilitats. El destí ens el construïm dia a dia. Darrere de cada petit pensament, de cada senzill gest i de cada humil aspiració hi ha una neurologia treballant al servei de les creences del seu propietari. Qui diu que la indústria del totxo està en crisi, quan cada acte que fem és un maó que construeix destins?

La ciència ho ha descobert. Per això ha canviat el vell paradigma de la veritat i la certesa pel de la utilitat. Igual

que el nostre cervell. Però els éssers humans hem format una identitat a base de creences, apreses, mamades, consentides la majoria de les vegades, sense prou discerniment per filtrar-les.

Sabeu aquella història de l'elefant lligat a una estaca? Un animal enorme encadenat a un bastó clavat a terra. Com que l'elefant va créixer lligat a l'estaca -de la qual no es podia deslliurar quan era petit-, mai podia imaginar que podria arrancar-la d'una sola estrebada. Les seves creences eren més poderoses que les seves capacitats. També als

éssers humans ens passa, això. I als pobles. Insisteixo: una creença no és més que un aprenentatge no qüestionat. Potser ens ha estat útil en algun moment de la nostra vida/història; per exemple, per a evitar un càstig, un perill o per a obtenir una recompensa fàcil. Però allò útil en el passat ha construït també futurs. Cada creença és una fita en un mapa a partir del qual triem els nostres camins. I els més *segurs*, és clar, són els coneguts. Per això ens costa tant sortir de la nostra zona de confort, per incòmoda que sia.

Si podem viure a partir de les nostres creences, per què no viure per fer possibles els nostres somnis? El cervell i la seva plasticitat ens ho permeten. La neurologia -la base del que pensem i sentim, i per tant del que creiem que som- és mal·leable.

La gran responsabilitat de l'ésser humà és triar el fil que vol seguir. Ningú ens pot dir què podem preguntar. Preguntar és una de les facultats superiors de l'ésser humà. Preguntem-nos, per tant, qui o què som i qui o què volem ser. Aquest és el principi del canvi. ☉