

El pronóstico nuestro de cada día



“La función principal del cerebro es hacer predicciones”, fue la impactante afirmación que realizó cierta vez el científico Stephen Hawking. Es verdad que una ventaja evolutiva del humano sobre las especies animales es, precisamente, la capacidad de predecir

lo que podría suceder en el futuro. Ya desde la prehistoria, el hombre advirtió que debía predecir los sucesos de la naturaleza para sobrevivir. Se apoyaba, entonces, en ideas religiosas, supersticiones o creencias infundadas, y llevó muchos siglos en desarrollar, como en la actualidad, un cierto grado de predicción científica.

La posibilidad de anticipación a determinados riesgos y peligros protege y ayuda a sobrevivir, ya que permite una mejor preparación para afrontar dichas amenazas. En el sentido más amplio de la palabra, la anticipación es como un reflejo que permite prever el futuro en respuesta a un estímulo que está actuando en el presente.

En la actualidad, la capacidad de anticipación es una habilidad que se le exige a todo profesional, técnico, empresario o directivo institucional y se

la considera un requisito básico para quien se supone que es un experto en una determinada especialidad. La anticipación, más que un don de la naturaleza, es consecuencia de una inteligencia práctica y de un normal estado de ánimo, y con frecuencia se adquiere con la experiencia y el esfuerzo cotidiano.

Cuando, en cambio, el estado de ánimo está decaído, el futuro es imaginado a través de fantasías y pensamientos negros, fruto de la ansiedad, el miedo o el pesimismo. Es lo que se llama “anticipación negativa”.

Mientras la persona goce de un equilibrado bienestar emocional tendrá una natural tendencia a proyectarse para progresar en su futuro. Aunque disponga de un activo proyecto de vida presente, su futuro está también siempre presente dentro de su programa de vida.

Distinta es la situación de quien “sufre antes de lo necesario ya que sufre más de lo necesario”, como afirmaba con sabiduría –hace dos mil años- el filósofo Lucio Anneo Séneca, a quien los conocimientos psicológicos actuales le dan la razón.



Aunque la mayoría de las catástrofes, golpes y desgracias que suponen que ocurrirán en realidad nunca llegue a suceder, terminan amargando su presente con la temible sombra de un futuro negativo, catastrófico, vivido con anticipación como algo terrible y sin la esperanza de algo mejor. Esta tendencia es una manifestación solitaria pero persistente de un estado depresivo oculto, del cual no tienen registro alguno.

Por Norberto Abdala