

DIVALDO FRANCO

pelo Espírito JOANNA DE ÂNGELIS



Traducido por: Juan Antonio Durante

SUMARIO

UN NUEVO LIBRO.

EL SER CONSCIENTE

1 - LA CUARTA FUERZA

Definición y concepto. El hombre psicológico maduro. Modelos y paradigmas. La nueva estructura del ser humano.

2 - SER Y PERSONA

La persona. Factores de desequilibrio. Condiciones de progreso y armonía.

3 - PROBLEMAS Y DESAFÍOS

Éxito y fracaso. Dificultades del ego. Neurosis

4 - FACTORES DE DESINTEGRACIÓN DE LA PERSONALIDAD

Autocompasión. Quejas. Comportamientos excéntricos.

5 - PROBLEMAS HUMANOS

Gigantes del alma: resentimiento, celos y envidia. Necesidad de la valorización. Patrones de comportamiento: cambios.

6 - CONDICIONAMIENTOS

El bien y el mal. Pasión y liberación psicológica. Enfermedad y cura.

7 - LA CONQUISTA DEL SELF

Mecanismos de fugas del ego. Miedo y muerte. Referencias para la identificación del sí.

8 - SILENCIO INTERIOR

Desidentificación. Liberación de los contenidos negativos. Lo Esencial.

9 - LA FELICIDAD

Placer y gozo. La felicidad en sí misma. Condiciones de felicidad. Plenitud mediante la felicidad.

10 - LA CONQUISTA DE SÍ MISMO

El hombre consciente. tener y ser. la conquista de sí mismo

UN NUEVO LIBRO...

La literatura mediúmnica, siempre sorprendente y nunca superada en el tiempo, nos trae una vez más y por intermedio de Divaldo Pereira Franco, un enorme caudal de sabiduría. Su mentora espiritual, Juana de Ângelis, transforma su pensamiento en letras y amplía los horizontes del conocimiento de la Psicología Transpersonal, buscando en la Doctrina Espírita aquellos elementos que la confirman, al tiempo que, siendo profundamente humanista, conlleva al individuo a la realización interior, liberando su conciencia a través de la misma metodología que el Cristo Jesús colocó al alcance de la humanidad, hace casi veinte siglos...

Los recursos modernos permiten introducirnos en el laberinto de la mente humana, ofreciendo posibilidades antes nunca imaginadas, debido a los dogmatismos que cercenaron el avance y el progreso en un terreno tan importante como lo es el psiquismo del hombre. Conductas, situaciones, viejas características y otras mil facetas de la personalidad humana, afloran en el contacto directo con el hombre contemporáneo, tan imbuido de la problemática existencial que aún no ha conseguido solucionar, porque vive demasiado aferrado a lo inmediato de la vida, desconociendo o aparentando desconocer que la vida es inmortal.

Ignorando exprofeso la importancia de la vida interior, se entrega plenamente a los placeres que afectan sus sentidos, como remanente de su primitivismo espiritual y se encuentra, de pronto, frente a una multitud de incógnitas relacionadas con la problemática interior, que siempre supuso eran cosas relacionadas con los religiosos o las iglesias, sin detenerse a meditar que la estructura espiritual del hombre ya existía antes de la concepción religiosa de la divinidad.

Golpeando a las puertas de la ciencia, trató de encontrar respuestas acordes a sus necesidades y ésta, la Ciencia, no siempre reparó en cuán grande era la desorientación psíquica del hombre, ni tampoco se preocupó de buscar la génesis de esta, intentando, vanamente, de solucionar los efectos, sin interesarse por las causas. Es por eso que, aún desde nuestra posición de neófitos en la materia psicológica oficial, aunque portamos un bagaje de conocimiento que nos suministra, el Espiritismo, vemos con alegría que el futuro se diseña más esclarecido, más esperanzador, más luminoso para el hombre que tiene la marcha perturbada por los instintos y las ambiciones materiales y busca, de alguna forma, encauzar sus inquietudes hacia otros horizontes, otros valores, otras conquistas que le permitan conocer su mundo interior, la plena vigencia de la Vida inmortal, de la cual es el representante máximo sobre la Tierra.

Auguramos para este nuevo ejemplar que Juana de Ângelis nos presenta para descubrir al SER CONSCIENTE y que nos ofrece paradigmas tan importantes como el Cristianismo y el Espiritismo, en un esfuerzo mancomunado para ayudar al hombre moderno, nuestro compañero de jornada evolutiva, una larga vida a fin de que pueda cumplir con los objetivos programados desde el plano de las ideas.

Juan Antonio Durante Buenos Aires, julio de 1997

EL SER CONSCIENTE

Oprimido por conflictos que no disminuyen en intensidad, el hombre moderno busca mecanismos de fuga en vanas tentativas de eludir las aflicciones y se transfiere a los sectores del éxito exterior, del aplauso, de la admiración social, a pesar de que los sentimientos permanezcan encadenados y triturados por la angustia y la insatisfacción.

Las realizaciones externas pueden calmar las ansiedades del corazón en forma momentánea, pero no las erradica, razón por la cual el triunfo exterior no apacigua interiormente. Condicionado para la conquista de las cosas creyendo que esa es la meta que le otorga plenitud, el individuo procura ocultar los conflictos bajo continuas preocupaciones. No obstante, éstos se mantienen vivos y latentes hasta que surgen, se sobreponen a todos los disfraces y desencadenan nuevos sufrimientos y perturbaciones destructivas.

El hombre es su propia mente; así puede y debe ser considerado. Aquello que cultiva en su interior o que lo impulsa con insistencia a las realizaciones constituye su esencia y legitimidad que deben ser estudiadas pacientemente para poder enfrentar las paradojas existenciales — parecer y ser —, las inquietudes y tendencias que lo dominan, con el fin de establecer los paradigmas correctos para la jornada liberado de conflictos interiores en el comportamiento externo.

Ignorar una situación no significa eliminarla o superarla. Esa postura permite que sus factores constitutivos crezcan y se desarrollen hasta el momento en que se tornan insostenibles y llaman la atención para que se los enfrente. Lo mismo sucede con los conflictos psicológicos. Están presentes en el hombre quien, invariablemente no les da valor y evita detenerse en ellos y analizar su propia fragilidad de modo de encontrar los recursos que le permitan diluirlos.

Enraizados profundamente, se presentan en la conciencia bajo diferentes disfraces que van desde los simples complejos de inferioridad, los narcisismos, la agresividad, la culpa, la timidez, hasta los graves estados de alienación mental. Todo conflicto genera una inseguridad que se manifiesta de múltiples maneras y es el responsable de viles comportamientos en las sombras del miedo y de las conductas compulsivas. Sus víctimas padecen situaciones muy afligentes y caen en el abandono de sí mismas cuando las resistencias de que disponen se agotan.

El ser consciente debe elaborarse siempre partiendo desde el punto inicial de su realidad psicológica, aceptarse como es y perfeccionarse sin cesar. Solamente logra esa lucidez aquel que se analice así mismo dispuesto a encontrarse sin enmascararse, sin dañarse. Para eso, no se juzga ni se justifica, no se acusa ni se culpa. Sólo se descubre.

El trabajo de la transformación interior para mejorar proviene de la identificación mediante la utilización de los instrumentos del propio amor, de la estima al prójimo, de la oración que estimula la capacidad de discernimiento, de la relajación que libera las tensiones, de la meditación que facilita el crecimiento interior.

El amor a sí mismo le enseña a encontrarse y le revela las potencialidades de fuerza interior que subyacen en él.

La valoración a los demás lo conduce a la fraternidad, a convivir saludablemente con el prójimo, también necesitado. La oración amplía su facultad de comprensión de la existencia y de la Vida real.

La relajación le proporciona armonía y amplios horizontes para transitar por ellos.

La meditación lo ayuda a crecer de adentro hacia afuera, con el fin de que logre realizarse ampliamente y de que abra su percepción a los estados alterados de conciencia.

El conocimiento de sí mismo se transforma en una necesidad prioritaria dentro de la programática existencial del individuo. Quien se posterga no se realiza satisfactoriamente porque permanece perdido en un espacio oscuro, ignorado dentro de sí mismo.

Fue necesario que surgieran la Psicología Transpersonal y otras áreas doctrinarias como paradigmas bien definidos con respecto al ser humano integral para que se pudiera proponerle a la vida mejores momentos y más amplias perspectivas de felicidad. La contribución de la Parapsicología, de la Psicobiofísica, de la Psicotrónica, amplió los horizontes del hombre, le permitió el encuentro con otras dimensiones de la vida y con posibilidades extra físicas de realización que permanecían ocultas bajo los escombros del inconsciente profundo o adormecidas en los cimientos de la Conciencia. No obstante, antes de todas esas disciplinas psicológicas y doctrinas parapsíquicas, el Espiritismo le mostró al hombre la valiosa posibilidad de ser consciente y lo invitó a su propio encuentro y al descubrimiento de la vida más allá de los estrechos límites materiales.

Perfectamente identificado con los elevados objetivos de la existencia terrenal del ser humano, Allan Kardec preguntó a los Espíritus Benefactores: "¿Cuál es el medio práctico más eficaz que tiene el hombre para mejorarse en esta vida y resistir a la atracción del mal? Y ellos respondieron:

— "Un sabio de la antigüedad os lo dijo: Conócete a ti mismo." (*)

(*) El Libro de los Espíritus, 22. Edic. de la FEB. Preg.919

Comentando esta respuesta, el Espíritu San Agustín, entre otras consideraciones, explicó: ... "El conocimiento de sí mismo es, por tanto, la clave del progreso individual. Pero, diréis, ¿cómo podrá alguien juzgarse a sí mismo? ¿No está en ello la ilusión del amor propio para atenuar las faltas y tomarlas disculpables? El avaro se considera económico y previsor; el orgulloso juzga que en sí solamente hay dignidad. Esto es muy real, pero tenéis un medio de verificación que no puede engañaros. Cuando estuviereis indecisos sobre el valor de una de vuestras acciones, indagad cómo la calificaríais si fuese practicada por otra persona..." Y prosiguió: "... del balance moral de vuestro día, de la misma manera que el comerciante evalúa sus pérdidas y lucros, y yo os aseguro que la cuenta de éstos será más abultada que la de aquellas. Si pudierais decir que vuestro día fue bueno, podríais dormir en paz y aguardar sin recelo el despertar en la otra vida."

En el análisis diario y continuo de los actos, el amor a sí mismo y los sentimientos fraternos son decisivos para la evaluación. La oración y la meditación se transformarán

en recursos complementarios para fijar las conquistas. Quien ora, habla; quien medita, escucha y dispone de medios para exteriorizarse e interiorizarse.

No obstante, hay estructuras psicológicas muy frágiles o marcadas por disturbios de graves comportamientos. En esos casos, urge la contribución de la Ciencia Espirita con las profundas terapias de que dispone. De acuerdo con la intensidad del disturbio será necesaria la ayuda del psicoterapeuta, según sea lo específico del problema que la Psicología, el Psicoanálisis o la Psiquiatría puedan solucionar.

Mientras tanto, en muchos conflictos humanos, se producen variadas interferencias espirituales que generan cuadros de complejas obsesiones para las cuales sólo las técnicas espiritas logran los resultados deseados, porque esos agentes perturbadores son Entidades extra-corpóreas que poseen las mismas potencialidades que sus víctimas: sentimientos y emociones, inteligencia y lucidez, experiencias y vidas.

*

El ser consciente es austero, pero sin máscara; jovial, sin vulgaridad; complaciente, sin connivencia; bondadoso, sin aceptar el error. Ayuda y promueve a aquel que recibe su socorro, y prosigue su camino sin cobrar retribución. Es responsable, y no se permite el vano reposo mientras el deber lo aguarda. Como conoce sus posibilidades las pone en acción siempre que sea necesario, abierto al amor y al bien.

Sólo la madurez psicológica a través de las experiencias vividas libera la conciencia del ser, y al lograrlo, se siente feliz por haber conquistado la bíblica Tierra Prometida.

*

Este modesto libro que ahora traemos al análisis del querido Lector pretende, sin presunción, ayudarlo en la conquista de la conciencia. No presenta ninguna técnica nueva o milagrosa. Estudia algunas problemáticas humanas a la luz de la cuarta Fuerza en Psicología, y coloca un puente dirigido hacia la Doctrina Espirita que posee una visión profunda e integral del ser. Confiamos que sea útil a alguien que se encuentre afligido o huyendo de sí mismo, que lo ayude en la solución de su problema. Esto nos compensará plenamente.

Joanna de Ângelis Salvador, 19 de mayo de 1993.

1 - LA CUARTA FUERZA

DEFINICIÓN Y CONCEPTO

EL HOMBRE PSICOLÓGICO MADURO

MODELOS Y PARADIGMAS

LA NUEVA ESTRUCTURA DEL SER HUMANO

LA CUARTA FUERZA

Los estudiosos de la criatura humana, a pesar de los rígidos controles ejercidos por las conquistas freudianas, anhelaban ampliar los horizontes de comprensión en torno de fenómenos complejos y globales, a los que se les dio naturaleza humana, capaces de elucidar problemas profundos de la personalidad.

Las amplias explicaciones de Jung que trató de reunir en los arquetipos todos los hechos de la paranormalidad dejaron espacios para nuevas formulaciones de conceptos y especulaciones que se liberan de los modelos y paradigmas académicos para considerar con mayor cuidado y con observaciones no ortodoxas los acontecimientos desestimados que habían sido considerados patológicos o fraudulentos.

Algunas veces surgieron ensayos y tentativas de ampliación de contenidos como efecto de las experiencias de Rhine, Wilber, Grof, Kübler Ross, Moody Jr., Maslow, Walsh, Vaughan, Assagioli, Capra y otros valerosos pioneros que se preocuparon por avanzar más allá de los patrones establecidos, al penetrar en la sonda de la investigación del inconsciente, llegaron a la conclusión de que existían nuevas realidades que antes habían sido execradas, y acumularon lentamente datos capaces de soportar la refutación, la crítica y el desprecio. Era necesario revisar la potencialidad humana en toda su complejidad sin preconceptos ni recelos.

Las teorías apresuradas que pretendían reducir el alma a un epifenómeno de vida efímera, eran superadas por las investigaciones de laboratorio en el área de la Parapsicología, de la Psicobiofísica, de la Psicotrónica y de la Ciencia Espirita, cuyos valiosos datos se acrecentaron de tal forma con la Transcomunicación Instrumental, que no hubo otra alternativa sino la de ampliar el esquema de interpretación del psiquismo. Esto dio lugar a la creación de lo que se acordó en denominar la Cuarta Fuerza, más allá del Comportamentalismo (Behaviorismo), del Psicoanálisis y de la Psicología Humanista, que es la Psicología Transpersonal o profunda.

Fue necesario un indispensable coraje para enfrentar el escepticismo y la arrogancia de los académicos, de los reduccionistas que aún ante lo numinoso (*), de Jung permanecían aferrados al organicismo y a la hereditariiedad, a los factores derivados de presiones de todo orden, a las secuelas de las enfermedades infecciosas, a los traumatismos físicos y psicológicos...

(*) Calificativo dado, en la filosofía de la religión de R. Otto, al estado religioso del alma inspirado por las cualidades trascendentales de la divinidad (N.T)

Los avances de la Física Cuántica, la Relatividad del Tiempo y del Espacio, la Teoría de la Duda, abrieron perspectivas psicológicas antes no soñadas por tener en cuenta el concepto del venir-a-ser.

El ámbito de la conciencia como estadio más elevado del proceso antropológico-sociológico-psicológico del ser, exigió una profundización más cuidadosa y amplió el cuadro de comprensión de los dementes (autist savant o sabio idiota) portadores de capacidades y aptitudes luminosas, perturbadoras... Se revelaron como matemáticos, músicos, artistas plásticos, lingüistas que de repente rompieron el velo del silencio, comenzaron a comunicarse con lucidez y presentaron dotes de excepcional capacidad realizadora, exigieron esclarecimientos que destruyeron las tradiciones negativas y actualizaron la predominancia del espíritu sobre la materia, de la mente sobre el cerebro gravemente damnificado, demostrando que preexisten a los órganos y que los sobreviven, en lugar de ser sus elaboraciones o efectos de sus mecanismos.

La grandiosa contribución del pensamiento oriental, desde Buda a Vivekananda, a Ramakrishna y otros, desde los taoístas tibetanos a los físicos nucleares, brindaron la oportunidad de revisar los parámetros aceptados y los modelos establecidos, y propusieron la identificación de fórmulas con diversa apariencia, pero que se armonizan, uniendo las dos culturas — la del pasado y la del presente — en una síntesis perfecta en favor de un hombre y de una mujer holísticos, completos, en lugar de ser examinados por partes. Esa contribución que se fue introduciendo sutilmente a través de los siglos, logró imponerse mediante terapias libertadoras de conflictos como la meditación, la respiración, la oración, la magnetización del agua, la bioenergía, los ejercicios del tai-chi-chuan, el control mental, de innegables resultados en las más variadas áreas del comportamiento, de la interrelación personal, de la salud...

Los diques contruidos por la intolerancia se rompieron ante las nuevas conquistas, y las técnicas regresivas de la memoria, con exclusiva definición terapéutica, el uso de algunas drogas psicodélicas como el ácido lisérgico, la hipnosis, demostraron que muchos factores psicopatogénicos son anteriores a la concepción del ser, y eliminaron el predominio genético como condición desencadenante de las psicosis, de las neurosis, de los conflictos y tormentos degenerativos de la personalidad...

La telepatía, la clarividencia, los fenómenos retro y pre cognitivos, las ectoplasmias, los movimientos de objetos sin tener contacto con ellos y otros hechos, permitieron que se realizaran exámenes más profundos del individuo a los cuales el análisis transpersonal puede abordar con seguridad o apoyarse en ellos con el fin de solucionar los enigmas que predominan en pacientes marginados por las otras corrientes de la Psicología o fácilmente rotulados como psicópatas.

El ser humano está compuesto por complejos elementos que escapan a una observación superficial. La conceptualización materialista de ninguna manera tiene en cuenta sus necesidades éticas y sociológicas porque no logra explicar el ser psicológico, excepto cuando, al ignorar SU realidad trascendente, las relega a la indiferencia, a la falta de consideración porque las cataloga como patología irreversible. El ser dual — espíritu y materia — del espiritualismo ortodoxo es incompleto y deja escapar incontables expresiones de contenido por falta del elemento intermediario que procesa los innumerables fenómenos que complementan su existencia. Solamente cuando es

estudiado en su totalidad — espíritu, periespíritu y materia — se pueden resolver todos los cuestionamientos y desafíos que lo componen y ampliar las posibilidades de desarrollar el dios interno, porque facilita la integración, la realización que otorga plenitud, el estado de Nirvana, de samadhi o de reino de los Cielos que le compete alcanzar. Esa gigantesca tarea le corresponde a la moderna Psicología Transpersonal o Cuarta Fuerza que inicia un período de real comprensión del individuo como ser indestructible destinado a la felicidad.

DEFINICIÓN Y CONCEPTO

Definir, de alguna forma, es limitar, restringir. Aun cuando las definiciones sean elásticas, reducen el pensamiento, lo enclaustran en palabras y retienen amplias posibilidades que es necesario profundizar.

Al conceptualizar a la psicología transpersonal no nos podemos evadir de sus paradigmas que incrementan las líneas de las definiciones clásicas de la doctrina psicológica en sí misma y le dan una amplitud que abarca al ser humano en su estructura física, psíquica y trascendental.

Remontándonos a la historia del pensamiento psicológico, encontraremos postulados en la ética filosófica ancestral que se inició en occidente con Anaxímenes y Anaxágoras, que recorrió todos los períodos históricos hasta su formación organicista en la segunda mitad del siglo XIX y prosiguió por las variadas escuelas de Freud, de Jung, de Adler, a medida que se ampliaba en las concepciones humanista, comportamental y psicoanalítica. En sus principios, la ciencia del alma estaba incrustada en los conceptos socráticos y platónicos, preocupados con la criatura humana dual cuyos orígenes se encontraban en el mundo de las ideas, hacia donde retornaba después del periplo carnal con el fin de obtener felicidad o desdicha. Su ética moral optimista estimulaba al equilibrio mente-cuerpo, a la conducta saludable y a la solidaridad con los demás seres humanos.

Procedente de una realidad metafísica, el ser retornaba a ella con la suma de las experiencias adquiridas que plasmarían sus futuros renacimientos en la Tierra según los contenidos existenciales vividos. En ese contexto, el planeta terrestre puede ser considerado como una escuela en la cual se forma y perfecciona su carácter a través del desarrollo del germen divino que duerme en él, como sucede con la semilla en el vegetal... Posteriormente, Aristóteles le agregó la entelequia, y propuso una criatura trina siguiendo los modelos de la filosofía oriental, aunque rechazó aceptar los episodios reencarnacionista necesarios para la evolución.

Simultáneamente, las propuestas atomistas reducían al ser humano a un cúmulo de partículas infinitamente pequeñas, esféricas, con ganchos según unos, o sin ellos según otros, que se unían y desunían gracias al vacío y al movimiento. De esta forma, de acuerdo con el capricho del acaso, esos elementos se reunían y se disgregaban produciendo la vida y la muerte al sabor de acontecimientos anómalos, eventuales. Estos conceptos, avanzando paralelamente en antagonismo estructural, alcanzaron el auge ahora en una, ahora en otra corriente, a través de Santo Tomás de Aquino, o de Leibniz, de Descartes, de Bacon...

Mientras el pensamiento oriental estructuraba el fenómeno psicológico en un ser heredero de Dios y semejante a Él, es decir, portador de recursos inimaginables que le cabe desarrollar, se ampliaron las concepciones en torno del universo, de la creación, de la vida, mucho antes de que la cultura occidental percibiera la causalidad del existir.

Como verdadero punto de equilibrio apareció el pensamiento ético de Jesús que colocó un puente psicológico y filosófico entre las dos civilizaciones y desarrolló el idealismo socrático y el reencarnacionismo de los Vedas y del budismo, entonces fecundado por el amor, único tesoro que logra producir la plenitud del ser humano.

Psicoterapeuta superior, Jesús no fue sólo el filósofo y el psicólogo que comprendió los problemas humanos y ofreció contenidos libertadores, sino que permanece como el terapeuta que rompió las barreras de la personalidad de los pacientes y penetró en sus conciencias de las cuales arrancó la culpa con el fin de proporcionar la catarsis salvadora y la recomposición de la individualidad desorientada o en total infelicidad.

Poseedor de una trascendente capacidad de penetración en los archivos del inconsciente individual y colectivo, Jesús se convirtió en el marco más importante de la psicología transpersonal porque adoptó una postura en la cual se considera al individuo como un ser esencialmente espiritual, en transitoria existencia física que forma parte de su programa de autoperfeccionamiento.

Al concienciar a las criaturas con relación a su responsabilidad personal ante la vida, estableció terapias de notable actualidad y trabajó la estructuración de la personalidad como paso de seguridad para la adquisición de la conciencia. En el postulado: no hacer al prójimo lo que no se desea que él nos haga, estatuyó la condición de seguridad para que el individuo se identifique consigo mismo, con su hermano y con el mundo en el cual se encuentra, proporcionando una ética sencilla y fácilmente aplicable en la interrelación personal, sin conflicto ni culpa. De la misma forma, cuando propuso la autoperfeccionamiento a través de la superación de las pasiones disolventes, trajo el futuro al presente y transformó el reino de los cielos en un estado de conciencia lúcida, distante del sueño, de los sueños y de las psicosis totalmente superadas.

Entretanto, el Cristianismo, a través de los tiempos, al sufrir las imposiciones de los pseudo convertidos, invariablemente portadores de grandes traumas y conflictos, procuró castrar y cohibir todas las fuentes del placer, todas las expresiones existenciales mediante reglas y dogmas punitivos que se caracterizaron por la represión, la restricción y la condena. A pesar de que de vez en cuando, los iluminados procuraron liberar a los individuos del temor y del odio para conducirlos a la confianza y al amor, como San Francisco de Asís, Santa Teresa de Ávila y algunos otros, predominó la ignorancia y el terror que produjeron una conciencia de culpa colectiva, verdadero arquetipo de naturaleza punitiva que perduró a través de generaciones y que resurge aún hoy en individuos y agrupamientos sociales responsables del deicidio (*) del Calvario — confundiendo a Jesús con Dios — o más remotamente, a través de la herencia de la tentación en la que cayó Eva, quien condujo a Adán al error, con lo que la mujer se tornó en inferior dentro del proceso humano de la evolución, en evidente falta de respeto al simbolismo de la creación humana, que se convirtió en realidad.

(*) Deicidio: Muerte cometida contra la persona de Jesucristo. (NT)

El culto al mito, al símbolo, a lo fantástico, a la aceptación del modelo, son necesidades psicológicas para los mecanismos de transferencia de la realidad y de fugas de la conciencia culpable. Al asumir la postura teológica, responde por males que se repiten milenariamente posibilitando alienaciones y desdichas inimaginables.

La evolución de las ciencias está logrando anular ese efecto pernicioso, y gracias a la llegada de la psicología espírita con Allan Kardec se recupera al ser del conflicto en que se encontraba y se lo promueve a la condición de poseedor de preciosos valores que le cabe desarrollar, aunque con el esfuerzo del trabajo paciente y constante.

La cuarta fuerza, al ampliar las inmensas posibilidades de la psicología, permite que se descubran potencialidades inimaginables para la perfecta integración del ser humano con su Creador, y de su conciencia con la Conciencia Cósmica, pulsante y universal. En ese hombre transpersonal cantan entonces las glorias de la vida y se amplían los dones que existen en él en pleno desarrollo de su realidad mediante la superación de las culpas, los dolores, las angustias, las inquietudes que lo tornan pleno y feliz.

EL HOMBRE PSICOLÓGICO MADURO

El ser humano es la más elevada y noble aplicación de la vida, momento grandioso del proceso evolutivo que para alcanzar su cúspide atraviesa diferentes fases que le permiten estructurarse psicológicamente y lograr su madurez, su individuación, según Jung.

Al llegar a la edad adulta, debe estar en condiciones de vivir sus responsabilidades y los desafíos existenciales. Sin embargo, es común percibir que el desarrollo fisiológico raramente se produce junto con su correspondiente desarrollo emocional, y esto se transforma en conflicto cuando un aspecto no se identifica con el otro. En ese caso, el período infantil se prolonga, predomina, y se convierte en la característica de una personalidad inestable, atormentada, insegura, depresiva o agresiva que se oculta a través de variados mecanismos perturbadores. Su proceso de madurez psicológica, por tanto, debe ser comparado a una larga gestación cuyo parto doloroso proporciona una especial plenitud.

Procedente de atavismos agresivos, imantado aún a los instintos, el ser crece bajo presiones que despiertan su necesidad de hacer aflorar valores adormecidos, cual semilla entumecida bajo la opresión del suelo con el fin de liberar al vegetal embrionario que se desarrollará a través del tiempo.

Factores compresores y de difícil liberación causados por los procesos castradores del ambiente, contribuyen casi siempre para que se prolongue su inmadurez psicológica. Desde el punto de vista tradicional se presentan los factores hereditarios, psicosociales, económicos, que colaboran positiva o negativamente en el desarrollo psicológico y que casi siempre contribuyen en la preservación del estado de inmadurez.

Debido a su constitución emocional y orgánica, en la anti el ser es egocéntrico, cual animal que no discierne, y considera que todo gira en torno de su universo, motivo por el cual se vuelve despiadado porque carece de una afectividad que, aún no desarrollada, lo impulsa a una excesiva libertad y a caprichosos estados de comportamiento. Pasado ese primer período, se convierte en ególatra: acumula todo y sólo piensa en sí mismo en fatigoso esfuerzo por completarse, se aísla socialmente de los demás, o considera descartables a las otras personas cuyo valor termina cuando desaparece la utilidad, motivo por el cual las ignora de inmediato y las desprecia...

Sucesivamente, se presenta introvertido, egoísta, posee sin repartir, es depositario de cosas, pero no de paz personal. La inmadurez se expresa a través de la preservación de los conflictos, debido a los cuales cambia de comportamiento sin liberarse de la opresión causal que son la frustración, el malestar moral, la presencia de la infancia. Y aun cuando se manifieste íntegro, sus reacciones siguen siendo infantiles, carentes de sensibilidad, dentro del tormento que le producen sus metas sin significado.

Para él, el sentido de la vida está restringido al estrecho círculo de la adquisición de cosas y a la sujeción de otras personas a sus caprichos. Se convierte en dictador despiadado, sicario implacable, juez cruel. La dependencia de las masas y particularmente de los individuos, le proporciona un deleite mórbido, y disfruta de manera masoquista del placer del dolor propio o ajeno, con lo cual desarrolla su degradación afectiva hasta el naufragio fatal...

Ciertamente, hay factores genéticos que contribuyen en el desarrollo o no de la madurez psicológica si tenemos en cuenta las cargas hereditarias en la formación orgánica, en la elaboración de la cámara cerebral, del sistema nervioso y glandular, especialmente de las glándulas de secreción endocrina, en la constitución del sexo.

No obstante, no podemos olvidar la preponderancia del modelo organizador biológico (MOB) o periespíritu, responsable de la armonización de los instrumentos que el espíritu va a utilizar para efectuar su proceso evolutivo en el cuerpo transitorio. Frente a esto, cada persona es la suma de sus experiencias pasadas y su mente es el vehículo que forma todo aquello que utilizará para el proceso iluminativo. Esa percepción, la comprensión de ese factor es relevante en cualquier propuesta de psicología transpersonal en el área de estudio de las causalidades de todos los fenómenos humanos.

Los viejos paradigmas y modelos sobre el hombre ceden paso a la introducción del concepto del ser ancestral, con toda la historiografía de sus reencarnaciones, responsables del desarrollo del yo profundo.

La enunciada y atávica separación entre el yo y el sí desaparece cuando el análisis del periespíritu demuestra que la personalidad es el producto de la experiencia de cada etapa, pero que la individualidad es la suma de todas las realizaciones efectuadas en las sucesivas reencarnaciones. Gracias a esos fenómenos, las presiones psicosociales - ambiente, educación, luchas y actividades - contribuyen, de una u otra manera, en la realización de las metas o en la reparación de ellas, debido a los procesos de mérito o débito que cada uno tiene.

Todos nacen y renacen en los núcleos familiares y sociales que necesitan para perfeccionarse y no como se asegura tradicionalmente: que merecen.

Las cargas de genes y cromosomas, las condiciones psicosociales y económicas, forman el cuadro de los procesos de burilamiento moral-espiritual que derivan de la reencarnación que acrisoló los dispositivos individuales para la evolución. Esa razón es preponderante en la elucidación de las diferencias psicológicas de los individuos, aún entre los gemelos procedentes de embarazo uniovular, porque provienen de las conquistas anteriores.

La madurez psicológica tiene un curso accidentado compuesto de acontecimientos y de repeticiones, porque forma parte de un cuadro muy complejo en la individualidad humana. Su primera fase se manifiesta como madurez afectiva, cuando el ser deja de ser captor por fenómeno atávico, para tornarse en ablativo, que es la fatalidad del proceso en el cual se encuentra. De la posición receptiva egoísta, profundamente perturbadora, surge, en su condición de animal gregario, la necesidad de crecer y de ampliar el círculo de amigos, con lo cual aparecen las primeras expresiones del amor.

Expande el sentimiento afectivo y comprende que el narcisismo y el egoísmo sólo conducen a la autodestrucción, a la perturbación.

El amor es la llama que arde, atractiva, ofreciendo claridad y calor, al mismo tiempo que alimenta con paz ante el intercambio de energías entre quien ama y aquel que es amado. Se desarrolla entonces una empatía que arranca al ser de su primitivismo y lo conduce a la inmensa área del progreso donde la experiencia del darse se torna

enriquecedora porque burila al ser a través del olvido de sí mismo con el recuerdo constante de su prójimo.

Quien aspira a ser amado se mantiene en la inmadurez, en la dependencia psicológica infantil, coercitiva, ególatra.

La afectividad es el campo central para la batalla entre las diversas pasiones de posesión y de renuncia, de dominio y abnegación que permite la predominancia de la entrega plena.

En la madurez afectiva el ser resplandece y se supera. El próximo paso es el de la madurez mental que le proporciona la comprensión de que la vida es rica de significados y que su sentido es la inmortalidad. Con esa identificación se alteran los intereses y se aclaran los paisajes con el sol de la razón que consubstancia la fe en el hombre, en la vida y en Dios.

La madurez mental que se adquiere a través de la emoción y del conocimiento que discierne los valores constitutivos de la filosofía existencial, amplía las perspectivas de la realización total. Solamente después de lograr la madurez afectiva se consigue la mental porque se está libre de coacciones y de las pseudo necesidades emocionales.

La conquista de la razón es relevante porque es el principio ordenador responsable de la formación del discernimiento que reúne en un solo conjunto las diferentes conquistas intelectuales con el fin de que se pueda utilizar el pensamiento de manera justa, real y compatible con la conciencia.

La razón proporciona la superación del fenómeno infantil de la ilusión, de la fantasía, responsable del sufrimiento, porque considera su transitoriedad y la de todos los acontecimientos y aspiraciones físicas.

La mente, en su contexto y complejidad es el resultado de dos expresiones de su naturaleza: el intelecto y la razón. La segunda es de formación discursiva y el primero, de carácter intuitivo. Por eso surgen dos conductas de aprendizaje en lo referente al pensamiento y a su uso correcto.

Pensar acertadamente es una meta elevada porque no todo acto de pensar correctamente lo es ante la interferencia de los deseos y de las supuestas necesidades. De este modo, la concentración en los objetos ideales para distinguirlos de los imaginados, conduce a corregir el pensamiento.

Hay una gran variedad de niveles de pensamiento que son consecuencias de las conquistas intelectuales. Para que se produzca su madurez es indispensable pensar ejercitando la mente y ampliando su capacidad de discernir. Después se presenta el desafío de la madurez moral, responsable de la superación de los instintos, de las sensaciones groseras, inmediatas.

La escala de los valores rompe los límites de las conveniencias restrictivas e interesadas y se apoya en los códigos de la ética universal, ancestral, perenne, que tiene como base a Dios, los seres, la naturaleza y el propio individuo. Se comprende entonces que el límite de la libertad individual comienza en la frontera del derecho ajeno, y que no se debe nunca aspirar para sí lo que no nos gustaría recibir del otro...

La madurez libera porque despedaza los códigos de la hipocresía y de las circunstancias que permiten el desarrollo del egoísmo, de la vanidad, de la autocracia. Esa realización moral es dinámica y entusiasta porque amplía las posibilidades del crecimiento ético, estético y espiritual del ser.

Dos sentidos morales surgen en el contexto de la maduración: el convencional — que es el aceptado, oportunista y a veces, amoral o inmoral — impuesto por las conveniencias de cada época, civilización y cultura — y el verdadero que supera los límites ocasionales y que se mantiene legítimos en toda, las épocas, como aquel que está instituido en el Decálogo y en el Sermón de la Montaña.

Para la autorrealización del ser y de la sociedad en general es indispensable la conquista de la verdadera madurez moral. Vencida esa etapa, la madurez social surge naturalmente, porque cuando se aprende a conocer y se trabaja a sí mismo, el hombre psicológico se torna armónico en el grupo, aglutina, es comprensivo, es líder natural y proporciona bienestar en su entorno y alegría de vivir.

La madurez psicológica es un imperativo que surge naturalmente o que se establece como necesidad del mismo proceso de la evolución. El ser inmaduro, ambicioso, apasionado, se frustra, se irrita siempre, mata y se mata, porque el significado de su vida es el ego perturbador y finito, es un círculo vicioso estrecho y sin metas.

La superación del estado egocéntrico para convertirse en un ser socialmente útil se caracteriza por la ruptura con el círculo familiar de la infancia que lo abre a la comunidad, la gran escuela de la vida.

El individuo no puede vivir sin relacionarse porque de lo contrario, se aliena. Su desarrollo deriva de los contactos con la naturaleza y con los individuos, de sus interrelaciones personales, de la renuncia a la libertad interior con el fin de sentirse pleno en el grupo.

Con el conflicto incrustado en el comportamiento personal es imposible la relación social. Es necesario que se realicen encuentros y experiencias de grupos para generar la adaptación y la convivencia saludable con otras personas.

Quien logra su conciencia individual supera la violencia, el separatismo; afectuoso y racional, integra el grupo social al cual promueve y se desarrolla cada vez más, rico en comprensión, fraternidad, amor y paz.

El hombre psicológicamente maduro vive la amplitud infinita de las aspiraciones de lo bueno, lo bello, lo verdadero; desprovisto de egoísmo, alcanza el self y se torna en un hombre integral, ideal, que marcha rumbo al infinito.

MODELOS Y PARADIGMAS

El proceso de la evolución antropológico, sociológico, psicológico — de la humanidad ha impuesto a lo largo del tiempo necesarias nuevas lecturas y revisiones de variados paradigmas que no condicen con los descubrimientos del pensamiento y con la natural aceptación cultural de procesos renovadores estructurados en la experiencia humana, frente a los conceptos tradicionales.

En el área psicológica, por ejemplo, la rigidez de los postulados ancestrales está sufriendo fisuras estructurales ante la voluminosa contribución de las filosofías orientales, ahora reveladas al occidente, al mismo tiempo que las conquistas relevantes de la Parapsicología, de la Psicotrónica, de la Psicobiofísica, de la Física Cuántica, de la Biología Molecular, están confirmando los paradigmas del Espiritismo, con lo cual se amplía el campo de la realidad humana antes de la cuna y después del sepulcro — y se modifica la concepción de los estados alterados de conciencia, que dejaron de ser patológicos porque se ha confirmado que son de naturaleza paranormal.

Como consecuencia, el estudio y la observación imparciales de los fenómenos anímicos y mediúmnico no se someten más a los estrechos modelos de la psicología tradicional, sino que se torna urgente la adopción del comportamiento transpersonal, teniendo en cuenta que este abarca todo lo referente al hombre integral.

Creada por la necesidad de actualizar con urgencia los nuevos y complejos paradigmas, gracias a la devoción de hombres y mujeres notables que profundizaron en la vida parafísica la sonda de la investigación psicológica, la cuarta fuerza puede contribuir para efectuar una interpretación más coherente y racional del ser pensante sin descartar la posibilidad de que la conciencia preceda a la concepción fetal y sobreviva a la anoxia cerebral.

Desdeñadas y marginadas anteriormente por un contundente preconceito, las manifestaciones paranormales dejaron de ser epifenómenos del sistema nervioso para convertirse en expresiones de la realidad en niveles más profundos de la conciencia humana.

La aparición de la Psicología Transpersonal se produjo en un grave momento del desaliño comportamental de las nuevas generaciones de los años sesenta de este siglo, y porque se tornó evidente la necesidad del desarrollo de la Psicología Humanista que surgió en esa ocasión mediante la ampliación de sus conceptos y la aceptación de nuevos paradigmas, como sucedió en la década inmediata, acorde con lo que previera Maslow... De este modo, la Psicología Transpersonal tiene como meta acrecentar su área de investigación teniendo en cuenta las experiencias del ser, en el laboratorio y en el comportamiento humano, vinculadas a las necesidades del equilibrio de la salud fisiopsíquica y de la satisfacción que trae plenitud. Como resultado, se estructura en las conquistas de la ciencia contemporánea unidas a las contribuciones vivenciales de la experiencia oriental, desarrollando las posibilidades adormecidas del individuo — su incesante venir-a-ser.

Su propuesta objetiva es formar parte integrante de las variadas disciplinas del comportamiento que contribuyen al logro de la salud mental.

Hoy es imposible descartar los hechos consecuentes de los estados alterados de conciencia, importantes para el equilibrio fisiológico y el bienestar psicológico de los individuos. De esta forma, el ser trascendental deja el estadio de paranoide y asume la paranormalidad indispensable para lograr la armonía de su comportamiento con su realización psicológica.

Las experiencias terapéuticas de muchos analistas transpersonales demuestran que sus pacientes trascienden los niveles normales de conciencia cuando son estimulados con drogas químicas, autosugestión, yoga, hiperventilación, inducción hipnótica, concentración, meditación, oración, interferencias mediúmnicas... En esos estados, se amplía la percepción de sus sentidos, la lucidez, el conocimiento del pasado y del futuro como expresiones esenciales de la naturaleza humana, después de las cuales hay un retorno de la salud — cuando se encuentra en psicoterapia — del bienestar, de la relación interpersonal. De ese modo, el ser humano deja de estar fragmentado para tornarse completo.

Todos los modelos y paradigmas pueden ser revisados, confirmados o modificados. Los antiguos modelos psicológicos, por estrechez de visión, no abarcaban las actuales conquistas que proporcionan una comprensión más amplia de la personalidad humana, del inconsciente, del yo profundo. Sin embargo, una extensa documentación experimental permitió el surgimiento del modelo transpersonal y de sus actuales paradigmas.

El Psicoanálisis, por ejemplo, tiene una concepción específica en torno de la determinación de la conducta que entra en conflicto con la naturaleza de la modificación del comportamiento. El psicoanalista enfatiza que las fuerzas intrapsíquicas son fundamentales, predominantes, responsables del comportamiento. Antes, los comportamentalistas ya habían establecido que las condiciones ambientales eran indisociables de la conducta. De ese modo, surge el interrogante de la motivación que determina el comportamiento. Sea la libido — motivación Freudiana — el deseo de superioridad como superación de los instintos agresivos — motivación de Adler — o el impositivo ambiental — motivación comportamental —, el ser es conducido al éxito en sus búsquedas y no puede huir de una u otra de esas condiciones. Antes de esa ampliación de la visión transpersonal, todas las experiencias místicas eran tenidas como neurosis narcisista, y la conquista de la iluminación era considerada como una automática regresión a estadios intra-uterinos. En esos conflictos de modelos y de propuestas, era inevitable la disputa en torno de cuál sería el verdadero, para desdeñar los demás...

El estudio transpersonal no pretende ser único, sino que amplía los conceptos existentes, respeta su validez, busca desarrollar y aumentar las dimensiones de la naturaleza humana y su realidad intrínseca. Su potencialidad es imprevisible; el ser espiritual es inmensurable en su estructura profunda, que le cabe desarrollar durante el transcurso de las sucesivas reencarnaciones. Al unir tecnología y observación, experiencia y ejercitación paranormal se desarrollan sus recursos latentes en la marcha hacia lo Infinito. El nuevo modelo y paradigma transpersonal, por tanto, se estructura en la sabiduría del oriente y en las modernas experiencias de occidente, componiendo al hombre, al ser interior: espíritu, periespíritu y materia, de conformidad con la propuesta

kardeciana, a pesar de la nomenclatura diferente que ha sido adoptada por los psicólogos y terapeutas transpersonales.

LA NUEVA ESTRUCTURA DEL SER HUMANO

A medida que la Psicología va ahondando la sonda de la investigación en los cimientos psíquicos del ser, intentando comprender las alteraciones de la conciencia, se acrecientan más las perspectivas del conocimiento para que la existencia humana sea más digna de ser vivida.

El súbito cambio de conceptos cartesiano-newtonianos con respecto al tiempo y al espacio; gracias a los admirables descubrimientos de la física cuántica; ante los nobles intentos victoriosos de las neurociencias y de la Biología molecular; debido al profundo estudio del cerebro de los estados medio de la holografía; frente al análisis cuidadoso de los estados alterados de conciencia por medio de la hipnosis; de la aplicación de drogas psicodélicas, de la meditación, permitió una mejor visión del ser humano y su grandiosa dimensión.

Estudios perfeccionados de los hemisferios cerebrales llegaron a la conclusión de que el izquierdo es el responsable de la razón y de la lógica, de las funciones verbales, de la globalización, mientras que el derecho se encarga del comportamiento místico, inductivo, intuitivo, de la orientación espacial... En consecuencia, se estableció que en los occidentales, el hemisferio izquierdo es más desarrollado que el derecho, que es el más usado por los orientales y por eso mismo tiene más amplios recursos. Por otro lado, gracias a los estudios y observaciones de algunos neuropsiquiatras se constató que todo el cerebro es el detector de la memoria, que necesita ser más investigado para que se pueda comprender mejor los múltiples fenómenos paranormales de los cuales es instrumento, ya sea en forma inconsciente, o en otras ocasiones, mediante inducciones, concentraciones y contribuciones conscientes.

La Psicología Transpersonal y la Parapsicología, al unirse para interpretar los estados de conciencia alterada y al eliminar la absurda y tradicional explicación de que son fenómenos patológicos, se aproximan a una realidad del espíritu que es indisociable de todo acontecimiento físico y psíquico.

Toda la escala de fenómenos parapsicológicos que comprenden el orden psi gama — clarividencia, telepatía, pre y retro cognición, escritura automática — o psi kappa — transporte, ecroplasmia, desmaterialización, bicorporeidad — conduce a la seguridad de que existe un agente racional y lúcido — el espíritu —, causa de todas esas manifestaciones, se encuentre encarnado o no. En razón de eso, el ser organicista cede lugar al individuo psi o espiritual, quien posee percepciones extrasensoriales y facultades mediúmnicas que son sus instrumentos de trabajo y de progreso a través de las continuadas experiencias en el surco de las reencarnaciones.

El espíritu es la base de la Psicología Transpersonal conforme lo demuestra la Ciencia Espirita en innumerables experiencias mediúmnicas. Ese nuevo modo de comprender el tema explica los desórdenes comportamentales, las diferencias del coeficiente intelectual, los variados estados patológicos, y enriquece al mismo tiempo a las psicoterapias con un cúmulo de informaciones libertadoras extraídas del estudio de las obsesiones, de las reencarnaciones y de los trastornos mediúmnicos. De ese modo, el ser humano supera la condición reduccionista a que fue sometido por algunos psicólogos y

amplía la dualidad cuerpo-espíritu, para presentarse en una estructura completa que abarca todos los acontecimientos que le suceden.

Para organizar el cuerpo somático, el espíritu utiliza los equipos del periespíritu, y el individuo se convierte en un ser trino en el cual la muerte física diluye la forma sin aniquilar su realidad, y transfiere, a través del cuerpo intermediario al espíritu, que es sede de la vida, las conquistas y perjuicios que programarán sus futuros renacimientos.

La unicidad de la existencia corporal no corresponde a la realidad frente a las diferencias morales, culturales, sociales, psicológicas y orgánicas que caracterizan a las criaturas humanas que se encuentran en los más diferentes niveles de la vida. La reencarnación, por el contrario, posibilita la comprensión de los fenómenos evolutivos porque favorece a todos los seres con las mismas posibilidades de crecimiento, desde la mónera: (*) al arcángel, permitiéndoles vivenciar las mismas oportunidades y adquirir sabiduría — conquista del conocimiento y del amor — que culmina en su plenitud

Reconocida la nueva estructura del ser humano — espíritu, periespíritu y materia — la Psicología puede introducirse mejor en los arcanos del inconsciente que posee todo el conocimiento de tiempo — pasado, presente y futuro — así como la dimensión del espacio — el infinito en lo finito.

Teniendo como sede el espíritu, conforme asevera el enfoque espiritista, la ley de Dios está escrita en la conciencia (**) que es la detentora de la realidad que poco a poco se revela de acuerdo con la evolución del ser en su proceso de lapidación de valores y el despertar de las leyes que duermen latentes en ella.

En las bases del inconsciente se encuentran todas esas bendiciones que lentamente afloran a la conciencia, se transforman en patrimonio de lucidez y permiten que el ser comprenda que no todo cuanto puede hacer debe hacerlo; de la misma forma que no todo cuanto debe, puede hacerlo. Esto le permite lograr la sabiduría de hacer sólo lo que debe y puede hacer como miembro consciente que actúa de acuerdo con la armonía cósmica.

Ese es el gran desafío para la Psicología profunda; avanzar cada día más en la interpretación del ser humano sin detenerse en modelos estáticos, tradicionales, y estar atenta a las informaciones de las demás ciencias y del Espiritismo, asumiendo así una posición abierta y holística.

(*) Mónera: Designación dada a los organismos más sencillos constituidos por una célula sin núcleo (N.T.)

(**) Pregunta 621 de El Libro de los Espíritus, de Allan Kardec (Nota de la Autora Espiritual)

2 - SER Y PERSONA

LA PERSONA

FACTORES DE DESEQUILIBRIO

CONDICIONES DE PROGRESO Y ARMONÍA

LA PERSONA

Boecio, poeta y filósofo de la decadencia romana en los siglos V y VI, definió a la persona diciendo que está constituida por una sustancia individual de naturaleza racional.

A través de los siglos, la filosofía buscó demostrar que la persona es distinta del individuo y del ser psicofísico; esto dio margen a prolongadas consideraciones de pensadores de diversas escuelas. Santo Tomás de Aquino, por ejemplo, prefirió seguir el concepto de Boecio, quien tuvo una influencia muy significativa durante la Edad Media, mientras que Emmanuel Kant se apoyó en contenidos más profundos cuando hizo el análisis de la persona en sí misma. Desde el punto de vista psicológico, la persona es un ser que se manifiesta en múltiples dimensiones que van desde sus contenidos humanista, comportamental y existencial hasta las nuevas potencialidades que estructuran el ser pleno.

La psicología occidental, que difiere de la oriental, mantuvo el concepto de persona en los límites cuna-sepulcro con una estructuración transitoria, mientras que la psicología oriental sustenta la idea de una realidad trascendente, a pesar de su inmanencia en la expresión de la forma y de la relatividad corporal.

Los estudios transpersonales incorporaron las tesis orientales y consideran a la persona como un ser integral cuyas dimensiones pueden expresarse en diversas manifestaciones como: la conciencia, el comportamiento, la personalidad, la identificación, la individualidad, en un ser complejo de expresión trina.

No es sólo el cuerpo el ser psicológico, sino la materia—efecto —, el periespíritu — modelo organizador biológico — y el espíritu — la individualidad eterna. No pretendemos innovar modelos sino más bien resumir corrientes y presentar una síntesis.

El enfoque transpersonal espírita es completo y esclarece sobre los innumerables fenómenos paranormales de naturaleza anímica y mediúmnica que caracterizan la existencia humana, a la cual le conceden una dinámica de inmortalidad y un contenido con significado y causalidad.

La persona observada desde el punto de vista inmortal preexiste con anterioridad al cuerpo, y su origen se pierde en el transcurso de los milenios del proceso evolutivo durante el cual se desarrolló de acuerdo a una finalidad que se manifiesta en cada experiencia corporal — reencarnación — como adquisición de nuevos implementos, facultades y funciones que la conducen al crecimiento y a la felicidad.

La persona sintetiza, cuando está corporizada, las diversas dimensiones que le cabe preservar y perfeccionar, lo cual le posibilita el despertar de los recursos que yacen embrionariamente en sí misma, esenciales para su existir.

LA CONCIENCIA

Jung definió a la conciencia como la relación de los contenidos psíquicos con el ego, en la medida en que esa relación es percibida como tal por el ego. Entretanto, la complejidad de los conceptos de conciencia no siempre responde a los contenidos que la constituyen. Para comprenderla es necesario situarla más allá de los límites del sueño, de los sueños, del delirio, y establecerla óptima o lúcida, en la cual los episodios psicóticos cedan lugar a la normalidad, al discernimiento, al equilibrio que genera la armonía.

La psicología tradicional, aferrada al organicismo ancestral, prefiere ignorar los elevados niveles de conciencia en los cuales los estados alterados trascendentes permiten tener una visión ampliada de la realidad, sin los límites de lo real aceptado, de lo real psicótico, de lo real en el sueño.

Las experiencias realizadas en las diversas áreas de conciencia alterada logradas por medio de sustancias psicodélicas o a través de la meditación profunda, en lugar de revelar situaciones patológicas, abren perspectivas fascinantes para terapias libertadoras que brindan la expansión del conocimiento y un sentido más amplio de la vida.

La psicología filosófica de oriente proporcionó siempre estados de plenitud y de nirvana, brindando la oportunidad de superar los límites del estado de normalidad a través de trances y de la contemplación profunda.

La conciencia adquirida — la perfecta identificación del conocer y del hacer, del saber y del amar — permite la ampliación de las propias posibilidades para penetrar en las dimensiones metafísicas donde otras realidades son las bases del ser personal.

EL COMPORTAMIENTO

Las actitudes que caracterizan a la persona son consecuencias de la convivencia social y de las aspiraciones cultivadas, elementos que generan la conciencia individual que corresponde a la del grupo social ante la aplicación de los valores adquiridos.

En el comportamiento sobresalen las ambiciones del deseo, responsables del grado de liberación emocional o del encarcelamiento en el cual transita el ser por los vínculos que él mismo desarrolla.

La persona es, por encima de todo, su mente. Se convierte en aquello que elabora; todo lo que cultiva lo experimenta.

La mente esclaviza y libera; necesita de austeras disciplinas que la dirijan, en lugar de ser la dominadora intransigente. En ese imperativo, el deseo expresa la cualidad evolutiva de la persona y es el responsable de la conducta y de los factores que deriven de allí.

El comportamiento impone necesidades y las expresa simultáneamente, con lo cual define a la persona. Sólo el propio conocimiento favorece el comportamiento con las posibilidades de desarrollo personal, profundo organizador del ser inmortal.

LA PERSONALIDAD

En permanente reproducción del contenido mental y dominada por la imposición de las leyes y costumbres de cada época y cultura, la personalidad representa la apariencia con la que es conocida, generalmente en distonía con su yo profundo y real, generador de conflictos.

La personalidad es transitoria y señala las etapas reencarnacionista que definen las experiencias en los sexos, en la cultura, en la inteligencia, en el arte y en la relación interpersonal. Cada persona reencarna con las características heredadas de sus experiencias anteriores y se somete a los condicionamientos de cada etapa transitando por ella con sus señales características.

Asimilar todos los condicionamientos y exteriorizar una personalidad congruente con el ser real es el desafío de la terapia transpersonal, que perfecciona a la persona para que asuma su realidad positiva y superior, crezca en contenidos mentales y se libere hasta lograr una perfecta armonía entre ser y parecer.

LA IDENTIFICACIÓN

La persona se identifica con el progreso de dos formas: externa e internamente. La identificación externa impone las luchas y los conflictos de la asimilación de los comportamientos sociales en los cuales el apego asume la condición más importante, la primera y última de la existencia.

No obstante, el apego externo es menos dañino que el interior, responsable de vicios y pasiones degradantes que conducen a patologías dolorosas, crueles.

La identificación señala el grado de evolución de cada persona destinada a progresar; para lograr ese progreso debe liberarse de aquellos valores y perder su identificación con hábitos milenarios, algunos fijados atávicamente en los paneles del ser, los cuales generan falsas necesidades que se tornan fundamentales y por tanto, son los responsables del sufrimiento en sus variadas facetas. (*)

(*) Ver nuestro libro Plenitud — Edic. Juana de Angelis, Bs. As. 1996 (Nota de la Autora Espiritual)

La psicología oriental establece en la ilusión, en la transitoriedad de la vida física con las cuales la persona se identifica, algunas de las razones preponderantes para el sufrimiento. No identificarse con ellas induce a la conquista de estratos elevados, metafísicos, en los cuales el ser se encuentra consigo mismo y se realiza.

LA INDIVIDUALIDAD

Resumen de todas las experiencias, la individualidad es el ser pleno y potente que logró la autorrealización. Imperecedera, la individualidad es el espíritu en sí mismo que reúne las demás dimensiones y que conscientemente sabe qué hacer, cuándo hacerlo y cómo realizarlo para ser una persona integral, ideal. Mientras que la filosofía informaba que la persona no es el individuo, en el enfoque de la psicología profunda, éste, que superó los condicionamientos y comportamientos personales con conciencia libre, es el ser total, persona transitoria, individualidad eterna.

FACTORES DE DESEQUILIBRIO

La salud de la criatura humana es la consecuencia de factores esenciales que componen el cuadro del bienestar: equilibrio mental, armonía orgánica y adecuación socioeconómica. Cuando falta uno de estos elementos, se puede considerar que la salud cede lugar a la perturbación, que afecta algún área del conjunto psicofísico.

El ser humano está constituido por la energía que el espíritu envía a todos los departamentos materiales y al sistema nervioso. Toda distonía que lo altere abre un campo para la irrupción de dolencias, para la manifestación de disturbios que conducen a desequilibrios patológicos conocidos como enfermedades. Por eso es posible que un individuo en proceso de degradación pueda aparentar salud ante la ausencia momentánea de los síntomas que le permitan registrar la percepción del fracaso. De la misma forma, podemos considerar que, esclava de la mente, la criatura humana transita de la cárcel de los sufrimientos a las amplias puertas de entrada de la libertad — de las enfermedades a la salud o viceversa — a través de la energía dirigida al bien, a la armonía, o bajo distonías, conflictos y traumas. De relevantes significados son los contenidos negativos del comportamiento emocional generadores de las arritmias energéticas que quitan vitalidad a los campos en los cuales actúan, los debilitan, y dan acceso a la sintonía con microorganismos degenerativos.

Entre los muchos factores de destrucción del equilibrio, señalemos el amor, la angustia, el rencor, el odio, que se convierten en gigantes de la vida psicológica con poderes destructivos insospechados.

La mente trastornada que cultiva pasiones corruptoras pierde el rumbo y pasa a fijaciones neuróticas y a somatizaciones desdichadas que son las responsables de los estados inarmónicos de la psique, de la emoción y del cuerpo.

Los contenidos del equilibrio se expresan en el comportamiento, y posibilitan modelos de individuos que no se identifican con las manifestaciones nocivas del medio social, de las constricciones de diversos órdenes, del dominio de las bacterias.

El análisis de sí mismo elaborado sobre la insistencia en perseverar en los ideales superiores de la vida es el recurso preventivo para el mantenimiento del bienestar y de la salud en sus diversas expresiones.

EL AMOR

Como se confunde las sensaciones inmediatas del placer con las emociones emuladoras del progreso moral, el amor constituye el gran aniquilador de las estructuras celulares por la fuerza de los deseos que posee. Ciertamente, nos referimos al amor desmedido, primitivo, posesivo, que sitúa en el deseo su mayor carga de aspiración. Cuando ocultan frustraciones pertinaces y generan mecanismos de transferencia neurótica, las personalidades atormentadas se aferran al amor-deseo, al amor-sexo, al amor-posesión, al amor-ambición, y se dejan consumir por los vapores de la perturbación que la insistencia mental e insensata del gozo desarrolla en forma de incendio voraz.

El atormentado fija su identidad en la necesidad de lo que denomina amor, se proyecta, inconscientemente, sobre la persona que dice amar y se impone a ella con ansiedad irrefrenable, en terrible desarmonía interior. Cuando más aspira y disfruta, más exige y sufre; si no logra esa realización, se trastorna aún más y pierde o mata, con los mismos rayos venenosos de su mente desaliñada, las defensas inmunológicas y la vibración de la armonía mental, para caer después en estados enfermizos.

LA ANGUSTIA

La inseguridad personal, consecuencia de varios factores psicológicos, genera inestabilidad de comportamiento; esto potencia altas cargas de ansiedad y de miedo.

Al sentirse incapaz de alcanzar las metas que se propone, el hombre transita entre emociones alteradas y se refugia en los fenómenos de la angustia como efecto de la imposibilidad de controlar los acontecimientos de su vida. Mientras transita en los primeros niveles de conciencia, la falta de claridad de los objetivos esenciales de la vida lo conducirá a la inseguridad, porque sus búsquedas serán los placeres, las aspiraciones egoístas, las promociones de la personalidad, y se sentirá fracasado cuando no logre esos fines transitorios, equivocados con relación a la felicidad.

Al tornarse prisionero de erróneos conceptos sobre la plenitud del yo, que confunde con las ambiciones del ego, piensa que tener es de relevante importancia, y deja de ser iluminado, es decir, superior a los acontecimientos y presiones perturbadoras.

La angustia como efecto de la frustración es semejante a una densa carga tóxica que se aspira lentamente y envenena de tristeza injustificable, que a veces termina como fuga espectacular a través del mecanismo de la muerte anhelada, o que se produce simplemente como efecto de querer hacer desaparecer el deseo para acabar con el sufrimiento. Normalmente, en los casos de angustia cultivada, están en juego los mecanismos masoquistas los cuales, al propiciar el placer mediante el dolor, intentan invertir el orden de los fenómenos psicológicos para mantener el estado perturbador que en el paciente asume características de normalidad.

El recurso para superar los estados de angustia, cuando no tiene un factor psicótico, es conquistar la confianza en sí mismo, delinear los valores reales y esforzarse por adquirirlos, o recurrir a la ayuda de un profesional competente.

Los acontecimientos que conducen al fracaso deben ser evaluados como una ejercitación para realizar otras experiencias, como recurso-desafío para el crecimiento intelectual, como aprendizaje de nuevos métodos de realizaciones humanas.

Los ejercicios de autocontrol, de reflexiones optimistas, de acciones ennoblecedoras, funcionan como terapia liberadora de la angustia, que debe ser eliminada de los sentimientos y del pensamiento.

EL RENCOR

Fenómeno natural derivado de la inseguridad emocional, el rencor produce ácidos destructivos de alta potencialidad que consumen la energía vital y abren espacios intercelulares para la distonía y el establecimiento de enfermedades.

Desecho psíquico, el rencor acarrea diversos daños emocionales que conducen a psicosis profundas y a incidentes esquizofrénicos de difícil reparación.

La criatura humana está destinada a la plenitud. Su paso por la existencia debe caracterizarse por la confianza, y los acontecimientos desagradables deben convertirse en accidentes del recorrido que no interrumpen el plan general del viaje ni son un obstáculo para alcanzar la meta. Por eso cuando los acontecimientos son negativos, imponen la necesidad de una catarsis libertadora para que no se transformen en residuos de amarguras y rencores que generalmente adquieren la posibilidad de convertirse en acontecimientos destructivos más dañinos.

La psicoterapia del perdón con sus mecanismos de renuncia dinámica, logra eliminar las secuelas de la frustración y saca el rencor de los ámbitos mentales y emocionales del individuo, sin lo cual se desarticulan los procesos de armonía y equilibrio psíquico, emocional y físico.

EL ODIO

Etapa terminal del desequilibrio comportamental, el odio es un tóxico fulminante en el oxígeno de la salud mental y física. Se desarrolla en su área mediante el análisis injusto del comportamiento de los otros con relación a sí mismo, pero nunca en sentido inverso. Como se ha formado un concepto equivocado de la realidad, el ser se considera víctima, se deja consumir por el complejo de inferioridad que procede de la infancia castrada, y descarga, inconscientemente, en ímpetus de ondas mentales de odio, su falta de afectividad, su inseguridad, su miedo a la pérdida, su frustración de deseo, hasta que llega el momento de la agresividad física, de la violencia en toda forma de manifestación.

El odio es un estadio primario de la evolución; ha sido mantenido atávicamente en el psiquismo y en lo emocional de la criatura humana y necesita ser transformado en amor a través de terapias saludables de bondad, de ejercicios fraternales, de disciplinas de la voluntad.

Agentes corrosivos y responsables de disturbios emocionales de gran importancia, son los generadores de perturbaciones en los aparatos respiratorio, digestivo, circulatorio. Las causas de los vicios mentales y sociales que perturban la vida y el mundo son responsables de los cánceres físicos.

La salud del ser humano procede del ser eterno, proviene de las experiencias adquiridas en las vidas anteriores, como sucede con las enfermedades kármicas, pero, depende de la conciencia, del comportamiento, de la personalidad y de la identificación del ser con lo que le agrada y con aquello a lo cual se apega en la actualidad.

CONDICIONES DE PROGRESO Y ARMONÍA

En la estructura profunda de la individualidad humana se encuentran las experiencias milenarias del ser, no siempre armónicas entre sí, generadoras de conflictos y de complejos negativos que la atormentan.

Atávicamente vinculada aún a las sensaciones que proceden de la franja primaria por donde transitó, la libido ejerce un poder preponderante en el comportamiento, de acuerdo con las constataciones de Freud, quien la consideró un hecho, esencial en la vida humana. Al observar los diversos fenómenos de la conducta, las terribles angustias y las exacerbaciones de la emotividad de las criaturas, el maestro de Viena organizó todo el edificio del psicoanálisis en la manifestación sexual castradora o liberada, así como en la compleja influencia materna-paternal que desde la infancia condujo al ser bajo tabúes perniciosos, y en las constricciones de los deseos no realizados, de las conciencias de culpa, de los elementos perturbadores de la personalidad patológica.

Sin duda, estamos ante factores indiscutibles, unidos aún a las áreas fenomenológicas y no causales, si tenemos en cuenta que, heredero de sí mismo, el Espíritu es el autor de su destino — nunca será demasiado repetirlo — y renace en hogares en los cuales mantiene vínculos afectivos y familiares según su conducta anterior.

Ante la variedad de los renacimientos, no siempre logra diluir los recuerdos que permanecen en forma de tendencias y aptitudes, de deseos y necesidades. Las frustraciones no asimiladas se imponen en forma más grave al resurgir en la sucesión de los acontecimientos comportamentales en forma de disturbios psicológicos de variada catalogación.

Preocupada por el ser-máquina, la psicología no le ha otorgado una mayor comprensión a la criatura, que queda en la visión reduccionista, limitada a un haz de deseos y de pasiones primitivas.

En un análisis transpersonal, el ser se enriquece de valores que le corresponde multiplicar cada vez más a través del autoconocimiento y de la disciplina de sí mismo, a medida que su conciencia adquiere lucidez y se torna superior. Se abren entonces ante él perspectivas que antes estaban cerradas, las cuales le brindan oportunidades de amplias el ámbito intelecto-emocional, y comienza entonces a vencer las secuelas de las existencias anteriores que aún predominan en el psiquismo y que se exteriorizan en forma de desarmonía.

Es factible lograr la falta de identificación con los graves compromisos que aún lo atormentan mediante la impregnación de otros ideales y aspiraciones más amplias y agradables que pasan a poblar su ámbito mental. En ese esfuerzo, es posible el autoconocimiento como primera tentativa de crecimiento psicológico.

La necesidad de convertir a la mente en un espejo y de colocarse delante de ella desnudo, es impostergable. Sólo a través de un examen de la propia realidad en el que se observe sin emoción — actitud que impide tanto los sentimientos de autocompasión como los de autopromoción, de justificación o de culpa — se logra un retrato fiel de lo que se es y en lo que es conveniente convertirse para amarse más y ayudarse, como tramo inmediato del esfuerzo.

Mientras la criatura humana no se despoje de los artificios con los cuales se oculta y evite desnudarse en una actitud infantil represiva, todo intento exterior para progresar y lograr armonía es inocuo, cuando no se convierte en perturbador.

Nadie es culpable conscientemente de ser frágil, fragmentario, porque son acontecimientos naturales del proceso evolutivo. No obstante, la permanencia en esa postura denota inmadurez psicológica o manifestación patológica del comportamiento.

Cuando alguien aspira cambiar para mejorarse irradia energías saludables desde su campo mental que contribuyen en la realización de la meta. A través de continuos esfuerzos dirigidos hacia ese objetivo crea nuevos condicionamientos que conducen al éxito como consecuencia normal del querer. En esa actitud, producto del empeño individual, no se produce ningún milagro o algo inusitado.

El autodescubrimiento tiene por finalidad concienciar a la persona respecto de lo que necesita, de cómo utilizarlo y cuándo dar inicio a la nueva etapa. Adaptada a los estados habituales no se da cuenta de las incalculables posibilidades que están a su alcance; sólo basta disponerse a ampliarlas.

Se puede lograr el encuentro consigo mismo a través de la meditación reflexiva, del esfuerzo para fijar la mente en ideas positivas, de la búsqueda para saber quién se es, cuál es la finalidad de su existencia corporal y del futuro que le aguarda.

Equipada con el honesto deseo de equilibrarse, la esfinge perturbadora se arroja al mar del discernimiento, y desaparece, dejando al individuo libre de proseguir sin la maldita fatalidad de ser desdichado.

La conciencia lo libera de las herencias paterno-maternales produciendo el conocimiento lúcido y benéfico que lo torna hijo capaz de ser conducido por los caminos de la vida sin la imposición caprichosa del dios-destino.

Junto a la meditación se encuentra la acción solidaria en el ámbito social que amplía las posibilidades en el campo donde se desenvuelve y promueve al ser profundo, lo limpia de los caprichos del ego y lo libera de las arbitrarias imposiciones limitadoras, angustiosas.

El intercambio social con objetivos fraternales rompe las amarras del miedo porque le da otra dimensión a la afectividad — sin apego, sin pasión, sin deseo, sin neurosis—

posibilita la armonía personal — sin ansiedad, sin conflicto, sin culpa — y proporciona la salud mental y emocional indispensables para la salud física.

Las condiciones de progreso y armonía del yo real proponen un estudio de las virtudes evangélicas, una nueva lectura de sus fundamentos y posterior aplicación en la conducta personal.

El amor indistinto que se manifiesta en todas las expresiones y que comienza por sí mismo con seguridad de propósitos, metas y realizaciones es el paso inicial de la nueva fase, junto al perdón liberador de remordimientos, disgustos e inferioridad que generan reacciones de violencia o de depresión con carácter autopunitivo.

En el enfoque transpersonal, el progreso y la armonía son conquistas interiores del ser humano que se exteriorizan como comprensión de la vida y atracción por ella, en un empeño incesante de crecer, de no cansarse, de no saturarse ni de desistir nunca.

El progreso es fatalidad de la vida, y la armonía es la consecuencia de la conciencia despierta para la conquista de su plenitud.

3 - PROBLEMAS Y DESAFIOS

ÉXITO Y FRACASO DIFICULTADES DEL EGO NEUROSIS

ÉXITO Y FRACASO

El estado normal de la criatura humana es el de salud, en el cual el bienestar y el equilibrio proporcionan un clima de satisfacción.

Elaborada para un ritmo armónico de vida, la maquinaria fisiopsíquica obedece a automatismos precisos de los cuales son consecuencia la salud y las disposiciones emocionales, para alcanzar planicies elevadas reales en los procesos de las aspiraciones idealistas.

Ser pensante, el ser humano se destaca en la escala zoológica porque comprende los mecanismos de la vida y porque aplica el conocimiento para lograr la propia realización y la plenitud de sí mismo, que constituyen el ápice de la salud. Por tanto, la salud sería un fenómeno natural. Desde el punto de vista biopsicológico, se considera que, si no fuera por las herencias genéticas, los factores psicosociales, los acontecimientos familiares y la convivencia en el hogar, el ser no transitaría por los difíciles caminos de los disturbios y de las dolencias perturbadoras.

Si se observa al ser sólo como una máquina, la vida no tendría finalidad ni objetivo, porque ya nacería bajo los estigmas de los ancestros, en lo referente a las herencias genéticas, al hogar condicionante y a la sociedad, en el caso de las distonías y anormalidades, de los síndromes degenerativos y de los diversos fenómenos patológicos que determinan las desgracias de unos y, por otro lado, los que propician la felicidad, la salud y la belleza de una reducida franja de los demás. Sin duda, esa manera de considerarlo falla por ausencia de una base de sustentación lógica, debido a que se considera que todos los acontecimientos proceden de un azar fatalista y absurdo...

El análisis transpersonal del ser le concede dignidad causal y destino final mediante la travesía del trayecto que le cabe recorrer, lo cual genera los medios felices o desdichados que son efectos de sus realizaciones precedentes.

Paso a paso se desarrollan los atributos de la personalidad, se amplían los contenidos de la individualidad y despiertan las aptitudes latentes que son el germen de la presencia divina en todos.

Poseedor de recursos y potencialidades no dimensionadas aún, el ser se abre y crece en concordancia con sus condiciones inherentes, y le cabe seguir el heliotropismo (*) superior que lo conduce a su destino glorioso.

(*) Heliotropismo Biol. Movimiento de ciertas plantas, por el cual sus flores, tallos y hojas se orientan hacia la luz del sol. (N.T)

Impregnado por las partículas y moléculas materiales que lo visten, por lo general, mientras está encarnado, se enfrenta con un distorsionado enfoque del éxito, considerado como deleite continuo, como la consecuencia de placeres hedonistas que la posición social relevante y el poder político-económico proporcionan brindando un prolongado disfrute.

Al olvidarse de la transitoriedad de todo y de la fugacidad del tiempo — por el cual sólo transita en su dimensión de eternidad — se desgasta, envejece, se enferma y muere. Lo imprevisible lo sorprende y surge en él la saturación, el desinterés, los sentimientos apasionados y los frustrados que le proporcionan desequilibrios interiores porque se manifiestan en forma de tormentos para sí mismo y para los otros seres en su interrelación personal.

En la búsqueda del éxito, el ser psicológicamente inmaduro, ataca todos los valores, y en la competencia encuentra el estímulo para subir los peldaños del destaque, mientras desciende moralmente en la escala de valores a medida que asciende en la apariencia.

Esa dicotomía de acontecimientos — la interna y la externa — le producirá infelicidad, porque perturbará su sentido de evaluación y de consideración de la realidad, y tal vez, herirá profundamente a la persona.

En la floresta humana se persigue la caza del éxito como si fuera el objetivo esencial de la vida, confundiendo el triunfo exterior con la realización de la armonía interior. Se denigra entonces al adversario, situación que ignora, procurando estar frente a él o más alto, siguiendo sus pasos para ocupar el lugar inmediatamente inferior que dejó, hasta colocarse a la par, derribarlo y asumir su posición.

Inevitablemente, porque no hay espacios vacíos en las relaciones humanas, mientras éste a su vez asciende, deja un peldaño libre que será ocupado de inmediato por otro que lo sustituirá.

El triunfo de hoy es el prólogo del desencanto y de las lágrimas de mañana; las sonrisas se convertirán en muecas y los aplausos se transformarán en pedregales, si tenemos en cuenta que en la población humana existen las mismas aspiraciones y conflictos equivalentes. Las criaturas humanas son sus necesidades.

El psicólogo estadounidense pragmático William James, clasificó a los biotipos humanos como espíritus débiles y fuertes, mientras que Ernesto Kretschmer, psiquiatra alemán, consideró a las personalidades de acuerdo con la complexión del individuo, en pícnico, o persona redonda; atlético, o persona cuadrada y el asténico, persona delgada. Ante esta conclusión afirmó, que hay espíritus esquizoides y ciclotímicos, mientras que Carlos Gustavo Jung, los consideró introvertidos y extrovertidos.

En todos hay un ansia común: que los débiles se fortalezcan, los ciclotímicos se armonicen y los introvertidos se exterioricen.

Las psicoterapias se aplican conforme las revelaciones del inconsciente, extrayendo de los archivos del psiquismo los factores que generaron los traumas y determinaron los conflictos, e interpretando los acontecimientos de los sueños en los estados oníricos y las liberaciones catárticas en los pormenorizados análisis. Sin embargo, no siempre se encontrarán los orígenes de esas patologías porque están profundamente registradas en

el espíritu como consecuencia de conductas, de actividades, de los acontecimientos de reencarnaciones pasadas.

Solamente el sondeo cuidadoso de los arcanos del ser pretérito permite que se encuentren las causas pasadas generadoras de los problemas actuales.

Un análisis transpersonal lo libera de los tabúes, inclusive, del punto de vista desfigurado de la realidad, que deja de ser de exclusiva expresión terrenal para orientarlo hacia la vida inmortal que precede al cuerpo y que sobrevive a él, demostrando que el éxito, el triunfo, el fracaso, la frustración, no se presentan según la propuesta social de la inmediatez, sino en otra dimensión más significativa y poderosa.

Conviene determinar que el éxito material puede significar el fracaso emocional, espiritual, y a veces, la frustración, la aparente falta de triunfo, constituye la plena victoria sobre sí mismo, sobre sus pasiones y pequeñeces. Esto es una forma de opción para el crecimiento interior, en lugar de empeñarse en acumular monedas y en reunir títulos que no calman las emociones ni tranquilizan las ambiciones.

Lógicamente, el individuo debe poseer y disponer de los recursos necesarios para tener una vida saludable, de acuerdo con el grupo social en el cual se encuentre inserto. No obstante, el éxito no puede ser medido por las cuentas bancarias, el prestigio en la comunidad ni el destaque político. De la misma forma, no es factible definir como fracaso la ausencia de esos trofeos.

Los hombres y mujeres plenos, victoriosos de todos los tiempos se vencieron completamente, se integraron, y sin ningún tipo de conflicto, optaron por la realización interior, respetando todas las aspiraciones y derechos de los demás individuos, pero imponiéndose a sí mismos la propia realización que les proporcionó salud — aun cuando estuvieran enfermos, — felicidad — a pesar de que algunas veces eran perseguidos, y éxito, es decir, la victoria en lo que anhelaban, pese a ser conducidos al martirio.

El enfoque transpersonal del éxito o del fracaso está grabado en la persona interior, real, en el individuo armonizado consigo mismo, con las otras personas, con la naturaleza, con la vida.

El éxito es encuentro, mientras que el fracaso es el dominio del ego.

El éxito genera paz y el fracaso, intranquiliza.

Cuando se analiza a sí mismo, cada uno se descubre, se da cuenta del triunfo o de la frustración, puede volver a empezar para lograr el éxito, nunca el fracaso.

DIFICULTADES DEL EGO

Evidente característica de inmadurez psicológica del individuo es su preocupación por proyectar su propio ego.

Atormentado por la ausencia de valores personales y por ser inseguro en el comportamiento, se apega a las actitudes afligentes de la propia promoción y pasa a vivir en continua inquietud, porque siempre está insatisfecho.

Freud afirmó que el sufrimiento es inevitable, teniendo en cuenta los grandes problemas que perturban a los seres en las diversas formas en que se exteriorizan. De hecho, la transitoriedad de la vida física es responsable de la muerte rápida de la ilusión y de la destrucción de sus castillos que producen lamentables estados emocionales en aquellos que se aferran a ella con todas sus fuerzas. Después, se encuentran con las manos vacías, sin bases donde apoyar y afirmar las aspiraciones que abrigaban.

Las diversas enfermedades y las variadas frustraciones radicadas en el ego tienen sin embargo una historiografía muy amplia que trasciende la existencia actual y se remonta al pasado espiritual del ser.

Como no conoce las génesis de estas, el individuo centraliza sus anhelos en las necesidades de reafirmación de la personalidad, y derrapa por los fosos de la proyección indebida del ego.

Cuando no logra manifestarse a través de realizaciones edificantes, se coloca una máscara y promueve situaciones que vitaliza en su interior, siempre con la finalidad de llamar la atención y de que pueda hacerse notar.

En algunos casos, víctima de crueles conflictos, elabora estados narcisistas y se ahoga en la contemplación de su propia imagen, en permanente estado de alienación respecto del mundo real y de las personas que lo rodean.

Patológicamente, se siente disminuido y como mecanismo de fuga, oculta su drama interior a través del exhibicionismo, sustentándose sobre falsos pedestales que se desmoronan y le producen daños psicológicos irreparables.

El individuo que no se conoce, atiende al ego y busca ser el centro de las atenciones mediante intrigas y malevolencias que establece con especial habilidad, o se envuelve en mantos que la convierten en víctima para, de ese modo, inspirar simpatía, con lo cual logra el objetivo de ser admirada y tenida en cuenta.

Toda preocupación fija que conduzca a la auto-promoción de sí mismo constituye una señal de alarma que denuncia la manifestación dominante del ego en desequilibrio, que después generará problemas.

La concienciación de la transitoriedad de la existencia física, induce al ser a cooperar y a una natural humildad, porque tiene como objetivo las realizaciones que deben permanecer después de su desaparición orgánica. Por otro lado, el autodescubrimiento ayuda a lograr la madurez del ser, porque le permite comprender la necesidad de la discreción que induce al crecimiento interior, a la plenitud.

Cuando alguien se promueve, llama la atención, pero no se realiza. Por el contrario, agrada al ego y permanece intranquilo observando a sus eventuales competidores, ya que en todas las personas que se destacan ve enemigos debido a su propio desequilibrio, y en consecuencia, genera nuevas técnicas para no estar en segundo plano, para no quedar en el olvido.

El tormento suele ser tan agudo y perturbador que en determinadas áreas de las artes se creó la sentencia: "Que se hable mal de mí, pero que se hable", de lo que se desprende que el hecho de evidenciarse satisface su ego, aun cuando sea negativa.

Frente a ese estado, la Psicología Transpersonal propone la revisión de los contenidos de la personalidad, del ego, y establece como factor esencial en el proceso de la búsqueda de la salud, la conquista del ser pleno, realizador, que se identifica como preexistente al cuerpo y como sobreviviente a él, sin lo cual la vida se transforma realmente en un sufrimiento inevitable.

En las franjas más densas de la evolución, en las que se encuentra la gran masa humana, el sufrimiento domina porque es una forma de martillo y de yunque para perfeccionar al individuo grabando en él el ángel y arrancarle el demonio del primitivismo que predomina.

Celos, resentimiento, envidia, odio, maledicencia, y un largo séquito de emociones perturbadoras son hijos dilectos del ego que desea dominar, y en el ansia de promoverse, no logra más que proyectar su propia sombra, profundamente perjudicial, perversa.

La superación de esa debilidad moral, de esa inmadurez psicológica se producirá cuando el paciente, desde el principio, vigile las nacientes del corazón como lo propuso Jesús, el Excelente Psicoterapeuta, y efectúe un trabajo de crecimiento emocional y una realización personal que le otorguen plenitud.

Toda elusión de la situación mórbida constituye un riesgo para el comportamiento, frente a los peligros que producen los problemas del ego dominador.

NEUROSIS

Enfermedad apirética (*), consecuencia de perturbaciones del sistema nervioso sin ninguna lesión anatómica de importancia, la neurosis es un mal que perturba a un significativo número de individuos de la masa humana.

(*) Apirética: Falta de fiebre. (N.T)

Con características propias y sin causalidad cerebral, desequilibra la emoción y genera trastornos fisiológicos sin patogénesis profunda.

Para un mejor y breve estudio metodológico recurrimos a Freud, quien clasificó a las neurosis en dos grupos, a pesar de la complejidad moderna de conceptos y de las variedades presentadas ahora por los especialistas.

El célebre médico vienés que mucho se interesó por las neurosis, estableció que hay verdaderas y psiconeurosis. Las primeras surgen de fijaciones y presiones de diversos

órdenes que desequilibran el sistema nervioso sin que necesariamente lo lesionen. Junto al mecanismo psicológico causal, manifiestan una temporaria perturbación orgánica. Ellas son: la neurastenia, la hipocondría, las neurosis de ansiedad, las de origen traumático... Al establecerse, presentan estados de angustia, de ansiedad, de inseguridad, de miedos... Las segundas, de origen psicógeno, conducen a la regresión de fijaciones de la infancia, y se expresan como manifestaciones de histeria convertible, ansiosa, incluyendo los estados obsesivo y compulsivo.

Como las neurosis en su comienzo se presentan en forma sutilics nerviosos, repetición de palabras o de gestos, dependencias de muletillas psicológicas, fijaciones psíquicas que se agravan, se propagan progresivamente en la sociedad como consecuencia de las exigencias del grupo social y de la colectividad en forma de presiones reales o aparentes, que en los temperamentos frágiles producen desarmonía y originan perturbaciones a veces alarmantes.

Es común que se presenten acompañadas de episodios y fenómenos somáticos muy variados, como taquicardias, estreñimiento intestinal, dolores que parecen reales. A medida que se agravan, pueden producir parálisis, movimientos incoherentes, disturbios en la actitud, en la fonación.

Cuando se presentan con manifestaciones fóbicas-miedo a los ambientes cerrados, a la altura, a las enfermedades, amnesia, etc, tienen componentes graves de más difícil recuperación.

El cuadro de los estados histéricos conversores y ansiosos, radica en la psique y tiende a avanzar hacia las fijaciones obsesivas y compulsivas atormentadoras.

En un panorama más generalizando de su etiopatogenia, también pueden tener manifestaciones de carácter mixto, es decir, verdadero y psicógeno simultáneamente; en estos casos, asumen proporciones más serias, a un paso de estados psicóticos que a veces son irreversibles.

Es común que las neurosis se manifiesten como culpa, atormentando al paciente con la idea perturbadora de que todo mal y que todo fracaso que le sucede es de su responsabilidad. La manifestación del pensamiento de culpa tiene el significado perturbador de autocastigo que disocia la personalidad y la fragmenta.

Otras veces se expresan bajo la forma de transferencia: la necesidad de culpar a otro perturba al paciente, quien se muestra siempre como víctima. Por ese motivo, busca fuera de sí mismo las razones que justifiquen los acontecimientos mínimos o máximos que lo desagradan. Cuando no encuentra un responsable próximo, directo, apela a la figura del abstracto colectivo: la sociedad, el gobierno, Dios...

Los estados neuróticos son profundamente perturbadores y desarmonizan el psiquismo humano; necesitan recibir una terapia apropiada, así como es necesario un perseverante esfuerzo de recomposición psicológica.

Cuando se profundice la sonda de la indagación en la psicogénesis de los fenómenos neuróticos, se encontrarán las causas reales en la conducta anterior del paciente, quien comprometió su conciencia en comportamientos desequilibrados que quedaron ocultos, y por tanto, fue injustamente considerado, porque recibió simpatía y amistad de amigos

y conocidos, en lugar de haber sido ajusticiado; por ese motivo, transfirió a la actual reencarnación los recelos e inseguridades que ahora permanecen camuflados por una apariencia digna, mientras que afloran del inconsciente profundo las culpas y los conflictos que se manifiestan ahora como procesos reparadores. Es por eso por lo que, junto a las neurosis, surgen episodios de obsesión espiritual que agravan la débil constitución del enfermo y lo inducen a prolongados estados de locura.

Esto sucede así, porque las víctimas de sus acciones indignas murieron sí, pero no se consumieron, y como prosiguen viviendo, reencuentran a los adversarios por afinidad de conciencia de deuda-cobranza, y les imponen una mayor suma de aflicciones, al principio, telepáticamente para dominarlos, después, los someten a través del control de la mente, y más tarde, mediante la dominación física, que es cuando se producen las lamentables subyugaciones.

La conciencia perturbada, que refleja en la psicología del individuo los estados neuróticos, está vinculada a acontecimientos pretéritos negativos, cuando no son funestos. Las dolencias, particularmente en el área psíquica, se establecen porque sus portadores son enfermos del alma.

Toda terapia libertadora debe tener como recurso de auxilio la renovación moral del paciente, su reeducación a través de las disciplinas espirituales de la oración, de la meditación, de la relevante acción caritativa, por cuyo medio se lenifica y se apacigua con aquellos que lo odian y consigo mismo, porque constata la excelencia de su propia recuperación.

Lentamente, la Psicología Transpersonal identifica que esos seres — personalidades anómalas, dobles, etc. — que interfieren en el comportamiento de las criaturas humanas y las perturban, no son sino las almas de los hombres que vivieron en la Tierra y que prosiguen vivos.

Como terapia preventiva de todo disturbio neurótico, debe utilizarse el autoanálisis frecuente, con el correspondiente examen de conciencia para desidentificarse de las matrices perturbadoras del pasado y abrirse a las realizaciones de ennoblecimiento del presente, con anhelos de una serena conquista del futuro.

Indudablemente, conociendo la etiopatogenia de las enfermedades en general, Jesús afirmó: A cada uno según sus obras...

Actuar siempre con seguridad después de una saludable reflexión, pensar con rectitud y vivir en paz consigo mismo, representan la más equilibrada e importante característica psicológica del individuo que posee salud mental.

4 - FACTORES DE DESINTEGRACIÓN DE LA PERSONALIDAD

AUTOCOMPASIÓN

QUEJAS

COMPORTAMIENTOS EXCÉNTRICOS

AUTOCOMPASIÓN

Psicológicamente, el hombre que cultiva la autocompasión desarrolla tormentos innecesarios que lo deprimen en la medida en que se entrega a ellos. Las reflexiones sobre las dificultades personales constituyen un fenómeno auxiliar para las acciones dignificantes porque facilita la identificación de los recursos disponibles, así como la evaluación de las actitudes que redundaron en fracaso o desequilibrio, con el fin de evitarlas en el futuro o de corregirlas cuanto antes.

Todo aprendizaje se afirma en los criterios de error o de acierto, y selecciona las experiencias consideradas saludables, benéficas, que se fijan por natural repetición. De ese modo, los fracasos son descansos de la ascensión que propician los avances para lograr peldaños más elevados.

No obstante, cuando el individuo elige la posición de víctima de la vida asumiendo la lamentable condición de infelicidad, se encuentra a un paso de graves perturbaciones emocionales y se precipitará hacia psicopatologías devastadoras.

La mente, conforme sea accionada por la voluntad, se convierte en cárcel sombría o en alas de liberación; nadie puede evitar su influencia.

Conducida por los oscuros corredores de la queja desata los condicionamientos que aprisionan al ser durante largo tiempo. Por eso mismo, el cultivo de su propia compasión a través del reclamo insistente sobre los acontecimientos de la vida demostrando insatisfacción sistemática, se transforma en mecanismo masoquista de perturbadora presencia en el psiquismo. La pseudo aflicción mantenida se convierte en motivo de alegría, y realiza un mecanismo de valorización personal cuyo desvío comportamental brinda plenitud al ego.

Todo aquel que se permite la autocompasión neurótica tiene en sí inseguridad y un complejo de inferioridad que enmascara recurriendo inconscientemente a las transferencias de la piedad por sí mismo, sin ningún respeto por las demás personas; desarrolla sentimientos de indiferencia por los problemas de los otros y se encierra en el círculo diminuto de la personalidad mórbida.

En su atormentado punto de vista, sólo la suya es una situación dolorosa, digna de apoyo y de solidaridad. Y cuando se le brinda ese socorro, reacciona y las rechaza con el fin de permanecer en la postura de infelicidad que lo hace feliz.

Aquel que se entrega a la compasión de sí mismo no se satisface nunca con lo que tiene, con lo que es, con los valores de que dispone y a los cuales puede utilizar. Generalmente

se encuentra más favorecido que la mayoría de las personas de su grupo social; no obstante, reclama y se convence de la desdicha que imagina, se encarcela en el sufrimiento y exterioriza malestar a su alrededor contaminando a las personas de su entorno o a aquellas que se le acercan.

Los grandes victoriosos del mundo lucharon con tenacidad para romper los límites, los problemas, las enfermedades, los desafíos. No nacieron fuertes; se volvieron vigorosos en el fragor de las batallas trabadas. No se detuvieron para lamentarse; invirtieron en la acción todo el tiempo disponible.

Milton, el poeta ciego, prosiguió escribiendo excelentes poemas en lugar de lamentarse; Beethoven continuó componiendo con más belleza después de su sordera total; Chopin, tuberculoso, prosiguió con sus músicas ricas en ternura entre crisis de hemoptisis, y Mozart, en la miseria, sufriendo competencias vengativas, tradujo para los oídos humanos, las bellas melodías que vibraban en su alma...

Epiceto, esclavo y enfermo, filosofaba, estoico; Demóstenes, tartamudo, recurrió a los cantos rodados de la playa y los colocaba sobre la lengua para corregir su dicción; Steinmetz, minusválido, contribuyó en el engrandecimiento de la Química...

Franklin D. Roosevelt, víctima de la poliomielitis, fue presidente de los Estados Unidos y colaboró enormemente para la paz mundial durante la Segunda Guerra; Helen Keller, ciega, sorda y muda, conmovió al mundo con su coraje, cultura y amor a Dios, al prójimo, a la vida y a sí misma...

La galería es importante y está iluminada por el genio y por el coraje de esos hombres y mujeres extraordinarios.

Cuando se conserva la autocompasión se extermina el amor sin amarse y sin amar a nadie.

El hombre tiene el deber de profundizar sus meditaciones en torno de las aflicciones y de sus problemas con el fin de superarlos.

El desarrollo saludable del ser psicológico lo impulsa a la confianza y lo induce a la actividad para adquirir el sentido de la vida, de su finalidad.

Quien se compadece de sí mismo, se niega a crecer, no lucha, y permanece en la amargura con la cual se complace.

Factor de desintegración de la personalidad, la autocompasión debe ser siempre rechazada sin ninguna consideración, con el fin de ceder espacio mental a las tentativas que conduzcan a la victoria, a la salud emocional y a la armonía interior.

QUEJAS

El golfo de Corinto, en Grecia, es una región de belleza sin par. Sus aguas, de tonalidad azul turquesa parecen un espejo enmarcado por las montañas que resguardan su tranquilidad multimilenaria.

En el Monte Parnaso, en un lugar destacado, se yergue el santuario de Delfos, el más importante de la época, donde se rendía culto a Apolo, el dios de la razón, de la cultura, de la luz.

En la mitología griega arcaica, Apolo era el símbolo del conocimiento, era quien solucionaba los enigmas y los conflictos. En consecuencia, a su templo concurrían multitudes perturbadas y ansiosas que buscaban orientación, seguridad emocional, solución para sus problemas.

Psicoanalíticamente, era un reducto donde nacían las identificaciones inconscientes del ser, organizadoras del yo. Allí, las sibilas, que transmitían las respuestas del dios evocado, desempeñaban un rol importante en el comportamiento de los consultantes, así como en el de las ciudades-estado que buscaban su ayuda, su inspiración.

Era el santuario en el cual se sucedían las solicitudes y se multiplicaban las quejas de los desesperados, de los que necesitaban soluciones inmediatas para la supervivencia moral, financiera, social, emocional...

Hoy, reducido a escombros, su mensaje aún permanece en el inconsciente del ser humano, heredado del arquetipo arcaico, que prosigue buscando soluciones fáciles, milagrosas, sin la contribución del esfuerzo personal que debe ser desarrollado.

Al permanecer en la infancia psicológica, aquel que de todo se queja, carece de una personalidad estructurada y permanece bajo constantes bombardeos del psiquismo, de la amargura y de los rayos destructivos de la mente rebelde.

La queja que conduce en sí mismo es una reacción mental y emocional patológica que refleja inseguridad y perturbación, responsables de los acontecimientos negativos que trata de ignorar o de eludir.

Para ocultar los conflictos perturbadores, transfiere hacia las demás personas las causas de sus fracasos sin lograr exponerlas porque carecen de lógica, motivo por el cual las acusaciones pasan a las épocas en las que vive: a las autoridades gubernamentales, a la mala suerte, a los hados perversos. De esa manera, al convertirse en víctima se calma y en eso se complace.

Los ritos mágicos que aún restan en el inconsciente surgen y se personifican en los individuos a los cuales pasa a detestar, o en las circunstancias, que considera aciagas.

Indudablemente, hay factores humanos y ocasionales que producen dificultades y problemas humanos. Entretanto, son la fragilidad y la inseguridad del paciente las que ocasionan el fracaso, que podría ser transformado en éxito si se abandonara la queja y se perseverara en una acción bien dirigida.

No consideramos éxito solamente al triunfo económico, social, político, religioso, artístico, casi siempre responsable de manifestaciones de profundo desequilibrio en el comportamiento porque genera estados neuróticos y lamentables perturbaciones que se agravan con las quejas.

Nos referimos al éxito, cuando el individuo, en toda circunstancia, conduce sus problemas con serenidad, se mantiene en armonía en el éxito social o en la dificultad, sin ninguna perturbación o desagregación de la personalidad a través de los Bien

aceptados recursos de evasión de la responsabilidad. Por eso, el santuario de Delfos enseñaba el conócete a ti mismo como psicoterapia relevante, y por medio de esa contribución, el ser maduraba creciendo interiormente aferrado a su destino histórico que es la plenitud.

La queja, como herrumbre en el engranaje del psiquismo es un cruel verdugo de aquel que la cultiva.

Sustituida por la comprensión ante los fenómenos de la vida es un valioso mecanismo de salud psicológica.

Ante cualquier imposición perturbadora, el enfrentamiento sereno de los hechos debe ser la primera actitud a tomar, como si se buscara a Apolo — el discernimiento — para dejarse conducir por la razón lúcida — la sibila — y descubrir la real finalidad de todos los acontecimientos existenciales.

COMPORTAMIENTOS EXCÉNTRICOS

La dependencia psicológica del morbo de la queja traduce inseguridad e inestabilidad emocional y conduce a estados psicóticos que se pueden evitar a través de la precaución, en la elaboración de las ideas y el optimismo puesto en la observación de las eventualidades.

El quejoso perdió su propio rumbo y se transfiere entonces a las regiones de la censura de la conducta ajena.

Síndrome compulsivo para figurar, el paciente se oculta en la engañosa postura de víctima o en la condición de poseedor de una conducta irreprochable, y se precipita en el vicio de la acusación, que agrava aún más el disturbio en el cual agoniza.

De la simple fijación del error y sólo de él —según afirma el proverbio popular, ve una aguja en un pajar — modifica el comportamiento, pierde la línea convencional de lo que es correcto y saludable, y comienza a vivir de manera alienada cultivando excentricidades para liberar el inconsciente, responsable de las represiones que se transformaron en mecanismo de afirmación de la personalidad.

La salud, en realidad, es un estado de buen humor, con inalterable tolerancia por las extravagancias de los otros y de sus correspondientes errores.

El hombre saludable se destaca por la armonía y el optimismo que demuestra en todas las situaciones porque se mantiene equilibrado, sin amarguras perturbadoras, sin gestos llamativos ni las agravantes manifestaciones anómalas.

La enfermedad se caracteriza por la falta de armonía en algún área de la persona humana que genera los disturbios registrados en las diferentes regiones del cuerpo, de la mente, de la emoción.

La inseguridad, la frustración, los complejos de inferioridad que perturban el equilibrio psicológico, se transfieren a las reacciones nerviosas y se manifiestan en contracturas musculares, fijaciones, repetición de gestos, palabras y conductas alienantes que

degeneran en psicosis compulsivas específicas, cada vez más constrictoras, que conducen al desequilibrio total.

El excéntrico es un ser atormentado, ególatra; frágil, que se vuelve indiferente; un ser temeroso que se presenta con reacciones imprevisibles; un ser insensible que se niega a enfrentarse a sí mismo. Ignora a los otros y vive comportamientos especiales como única manera de liberar los conflictos en los que se desequilibra.

La psicoterapia apropiada, la que le proporcionará una readaptación, le propone una revisión de los valores culturales y sociales que lo involucre en el grupo familiar y en los problemas de la comunidad, con el fin de que rompa el caparazón de la simulación, asuma las responsabilidades que interesan a todos y se convierta en una célula armónica, activa, en lugar de mantenerse en un proceso degradante, amenazador...

Atávicamente heredero de los hábitos del pasado, conduce de encarnaciones desacertadas múltiples excentricidades como arquetipos del inconsciente colectivo, los que, entretanto, son generados por él mismo.

En esa área, surgen los disturbios del sexo, en los que predomina la psicología sobre la morfología caracterizando biotipos excéntricos que llaman la atención apartándose de las líneas de conducta por el fenómeno psicológico de no aceptar su realidad que los conduce a componer una personificación que hiere a los otros, y que en sí mismo se realiza a través de un fenómeno de autodestrucción.

La exhibición no es solamente una forma de asumir el estado interior, psicológico, sino también de provocar, en evidente rebeldía contra el equilibrio mente-cuerpo, emoción - función fisiológica....

Por extensión, la compulsión psicótica lo lleva a ser excesivamente extrovertido en todas las formas de su comunicación con el mundo exterior y a extraer los conflictos enmascarados en expresiones con las que cree afirmarse ante sí mismo y ante las demás personas.

Además, algunas de esas personalidades extravagantes aparecen aisladas en cualquier parte que se encuentren: evitan la relación con el grupo en una postura excéntrica, egoísta.

Exigen una consideración que no conceden a nadie; auxilio, que nunca retribuyen; gentilezas que jamás ofrecen, y son rudos, malhumorados, insensibles y presuntuosos.

Esa es una faz avanzada del comportamiento excéntrico que exige una acentuada terapia de profundidad. En ese estadio de la conducta, sus sueños se caracterizan por la necesidad tormentosa de conseguir la realización plena, que no logran.

Desvaríos íntimos pueblan su ámbito onírico construido de trastornos y pesadillas que lo inquietan aún más cuando se encuentra en estado de conciencia lúcida.

Los hechos de la infancia resurgen en la mente en forma fantasmagórica y la imagen de la madre, excesivamente dominadora o trágicamente benévola, quien transfirió hacia el vástago sus frustraciones y pasó a realizarse en él, anhelando para la felicidad del ser querido todo aquello que no pudo disfrutar, por tanto, neurótica, en su estructura maternal.

La psicoterapia debe apoyarse en la búsqueda de la concienciación del paciente para que asimile nuevos hábitos y se empeñe en armonizar su naturaleza interior con su realidad exterior, y a ejercitarse en la convivencia social sin la tentación de destacarse, sino actuando como una persona común, identificada con los objetivos normales de la vida, que escogerá conforme sus propias aptitudes y que labrará con esfuerzo el modelo de la nueva personalidad.

El desarrollo de la creatividad contribuye para que la personalidad se amolde al equilibrio porque promueve el enriquecimiento interior que anulará los condicionamientos viciosos. Sin dudas, el acompañamiento del psicólogo, así como el del psicoanalista le permitirá el encuentro con su yo profundo y con sus contenidos psíquicos y lo liberará de las herencias neuróticas y de las dependencias psicóticas.

El hombre y la mujer saludables, tienen un comportamiento ético sin vivir presionados, y se comportan como seres comunes sin rebajarse.

5 - PROBLEMAS HUMANOS

GIGANTES DEL ALMA: RESENTIMIENTO, CELOS Y ENVIDIA.

NECESIDAD DE LA VALORIZACIÓN.

PATRONES DE COMPORTAMIENTO: CAMBIOS.

PROBLEMAS HUMANOS

Los problemas humanos o desafíos existenciales forman parte del organigrama de la evolución. ¿El ser humano pensante es aún incompleto, en constante proceso de perfeccionamiento, de transformaciones, en prologado esfuerzo para desarrollar las potencialidades psicofísicas, parapsicológicas y mediúmnicas que yacen latentes en él.

Aferrado a las impresiones más groseras del ego, frente a lo que considera como factores indispensables para la sobrevivencia — valores materiales que propician alimentación, vestuario, reposo, placer y tranquilidad ante la enfermedad y la vejez — desarrolla el apego y exterioriza el sentimiento centralizador de la posesión manteniéndose en alerta para preservar esos bienes que parecen tener para ella un significado único, por tanto, esencial.

Toda amenaza, real o imaginaria que pueda producir una pérdida, se transforma en problema que después se incorpora a la conducta y genera perturbación, desdicha. Además de ellos, hay otros (problemas) de naturaleza psicológica, como las herencias reencarnacionistas que se manifiestan en forma de fenómenos patológicos perturbadores. A éstos se suman aquellos que derivan de la interrelación personal insegura como consecuencia de lo que se consigna como imperfecciones del alma.

Los problemas se enraízan generalmente en las fibras de la delicada malla del psiquismo y aumentan o pierden sentido de acuerdo con las resistencias fuertes o frágiles de la personalidad individual.

Lo que para unos constituye gravamen, contrariedad, para otros no es más que un insignificante accidente del recorrido que estimula la marcha.

Cuanto más se valoriza el problema más vitalidad se le brinda, y esto aumenta su fuerza de acción con los correspondientes efectos.

Normalmente, en las personalidades inestables, los complejos psicológicos asumen las responsabilidades de los acontecimientos que producen problemas.

Cuando algo en lo que se confía o de lo cual se espera un resultado positivo se transforma en desastre, en fracaso, el ego huye, lo encubre por falta de conciencia lúcida, y afirma: Yo soy el culpable.

La inferioridad psicológica desarrolla el complejo en el cual se refugia, y aun cuando esté en aparente conflicto, se realiza en él, se justifica, deja de luchar.

Indudablemente, cada problema merece cierto tipo de atención, de cuidado especial para su solución. Ese esfuerzo debe ser natural, sin los estímulos negativos del miedo o de la ansiedad, de modo de analizar la situación conforme se presente y no de acuerdo con los que los fantasmas de la inseguridad proyecten en la imaginación creativa — refugio para la irresponsabilidad que no asume el rol que le corresponde.

En otros temperamentos, cuando el problema se convierte en dificultad y en situación perjudicial, establece: La culpa es del otro; o de la salud; de la familia; del grupo social; de la sociedad en general; o del destino...

La dificultad se resuelve utilizando el complejo de superioridad, y a través de esa conducta, se coloca por encima de cualquier sospecha de fragilidad para encubrirse en las justificaciones de incomprendido, perseguido, desdichado...

Como evita considerar el problema en su real significación, pasado el momento, construye la conciencia de culpa, y ese mismo ego recurre, afligiéndose, al modo condicional de los verbos: Yo debería haberlo hecho de tal forma; yo podría haber enfrentado; yo intentaría evitar...

Perversos mecanismos de inmadurez componen la trama protectora del escapismo para huir de las consecuencias de problemas cuya finalidad es comprobar las posibilidades y los valores de cada uno en particular, y de todos los individuos en general. Por tanto, el mayor problema humano que debe ser solucionado, y el más urgente, es el propio individuo.

Para conseguirlo, es necesario la madurez psicológica, consecuente del esfuerzo serio y bien dirigido, del estudio del yo profundo y de su búsqueda incansante, que son las metas existenciales más urgentes.

En la transitoriedad de la condición humana, el yo profundo debe emerger mediante la liberación de sus inestimables recursos innatos, gracias a los cuales el psiquismo conduce conscientemente la vida y abre el inmenso abanico de las percepciones paranormales. En ese conjunto de registros parapsicológicos florecen los recursos mediúmnicos que propician el libre tránsito entre las dos esferas de la vida: la física y la espiritual. Esa ampliación de la capacidad para física propicia la inmersión del yo profundo — el espíritu — en la causalidad de los fenómenos humanos, para interpretar en su origen los problemas que siempre proceden de experiencias anteriores.

Aun cuando sean actuales y hayan comenzado recientemente, el ser que los enfrenta necesita de ellos para recuperarse moralmente y elaborar su madurez, porque el estado de infancia psicológica surge por la ausencia de realizaciones evolutivas.

Nadie permanece vivo sin enfrentarse con los problemas que existen para ser resueltos y ofrecer el saldo positivo de la evolución.

GIGANTES DEL ALMA

Envuelto en la pequeñez de las aspiraciones egotistas, el ser se mueve bajo las exigencias de las necesidades de proyectar la imagen, porque se siente incapaz de superar la sombra al manifestar la fuerza del yo real, imagen y semejanza de Dios.

Creado para alcanzar el Infinito y la Conciencia Cósmica, es un dios en embrión que las experiencias evolutivas desarrollarán y perfeccionarán. El ego, al proyectarse en demasía, compone cuadros de aflicción en los cuales se refugia, y al negarse a luchar, desarrolla los fantasmas gigantes que lo protegen como hongos venenosos que se desarrollan en terrenos húmedos y fértiles, creciendo en su psiquismo atormentado para dominar, esclavizador.

Entre los terribles gigantes del alma que tienen dominio en la naturaleza humana se destacan: los resentimientos, los celos, las envidias, que entorpecen los sentimientos, azuzan la inferioridad y terminan por vencer a aquellos que los vitalizan, en caso de que no se resuelvan a enfrentarlos con hercúlea decisión y pertinaz insistencia.

RESENTIMIENTO

Entre los tormentos psicológicos alienantes, la presencia del resentimiento en la criatura humana tiene un lugar destacado.

Injustificable desde todo punto de vista, se establece y se enraíza en el suelo fértil de las emociones descontroladas del paciente y engendra en ellas males que terminan por consumir a aquellos que le dan cabida.

La vida se expresa en patrones sociales que son el resultado de la condición evolutiva de los seres humanos que se interrelacionan. Como es natural, al haber una amplia variedad de biotipos emocionales, culturales y religiosos o no, sus reacciones son compatibles con los niveles de conciencia en que se encuentran, y exteriorizan ideas y comportamientos que corresponden al estado en el cual permanecen.

La convivencia humana se construye por medio de episodios conflictivos por falta de una madurez general que favorezca el entendimiento y la transacción psicológica en términos de bienestar para todos los participantes. Al predominar la naturaleza animal en detrimento de los valores espirituales y éticos, la competición y la audacia arman celadas en las cuales caen los temperamentos más confiados e ingenuos, que después se mortifican.

Al descubrir el engaño y al creerse traicionado, el compañero convertido en víctima recurre al ego, se provee de resentimiento e instala en los paneles de la emotividad violentas cargas que terminarán por desarmonizar sus delicados equipamientos, hecho que se reflejará en su conducta mental y moral.

Al caracterizarse, porque es una expresión de inferioridad, el resentimiento anhela la venganza, consciente o no, y trabaja para sobreponer el ego herido al concepto de aquel que no lo consideró.

En el importante capítulo de la salud mental indispensable para el equilibrio integral, el resentimiento puede ser comparado a la herrumbre en las piezas de la sensibilidad que se transfiere a la organización somática para manifestarse como disturbios gástricos e intestinales de prolongadas consecuencias. Gastritis y diarreas inexplicables proceden de los tóxicos exhalados por el resentimiento que debe ser expulsado de los ámbitos morales de la vida.

Normalmente, las personas son competitivas en el sentido negativo de la palabra, porque desean adueñarse de espacios que no les pertenecen, y como se encuentran en franjas primitivas de la evolución, son injustas, persiguen, calumnian. Sin embargo, el hecho de aceptar sus dardos, de vincularse a las ondas vibratorias de bajo tenor, es opción de todo aquel que no se resuelve a preservar la salud o no desea crecer emocionalmente.

Cuando el resentimiento exterioriza sus manifestaciones, debe ser combatido mental y racionalmente para eliminar la injerencia del ego herido y propiciar la liberación del yo profundo, invariablemente olvidado o relegado a plano secundario.

El individuo a través de la reflexión y del encuentro consigo mismo, debe preocuparse por descubrirse a sí mismo, identificar los valores relevantes y los perniciosos sin conflictos, sin eludirlos, trabajar en aquellos que perturban de manera de no facilitar al ego enfermizo el apoyo psicológico en ellos con el fin de esconderse bajo el resentimiento con la justificación de buscar ayuda para la autocompasión.

El proceso de evolución es incesante, y los cambios, las transformaciones, son continuos e impulsan a la conquista de los recursos adormecidos en lo íntimo, el Dios interior que yace en todos los seres.

La liberación del resentimiento debe realizarse a través de la racionalización, sin transferencias ni compensaciones egóticas. A medida que la experiencia fija los aprendizajes, ese terrible gigante del alma se empequeñece, se diluye y desaparece a partir del momento en que deja de recibir alimentos de manutención a través de la idea fija y del deseo de vengarse, de sufrir, de ser víctima...

CELOS

Caracterizando inseguridad psicológica y desconfianza sistemática, la presencia de los celos en el alma se transforma en verdugo implacable del ser. El paciente que cae en sus redes agoniza entre sospechas y verdades que nunca encuentran apoyo ni consuelo.

Atormentado por el ego dominador, el paciente, cuando no consigue asfixiar a aquel a quien estima o ama dominando su conducta y su pensamiento, huye hacia los celos, en cuyo campo se refugia con el fin de entregarse a sufrimientos masoquistas que ocultan su inmadurez, su pereza mental y el deseo de imponerse a la víctima de su psicopatología.

En el ofuscamiento producido por los celos, el ego ve lo que le agrada, se involucra solamente con aquello en lo cual cree y permanece sordo a la razón, a la verdad.

Los celos atenazan a quienes lo sufren y a aquellos que se tornan en su blanco preferente.

El celoso, inseguro de sus propios valores, descarga la furia de su estado primitivo en manifestaciones tan ridículas como perturbadoras, en las cuales se consume. Atiza incendios en acontecimientos imaginarios, su mente está exacerbada por sospechas insensatas, y se envenena con los vapores de la rebeldía en la que se enloda insanamente.

Al apartarse de las personas y ampliar el círculo de preponderancia, los celos involucran objetos y posiciones, valores y posesiones que asumen una importancia alucinadora porque aísla al paciente sitiándolo con angustias, o lo arma con los instrumentos de la agresividad contra todos y contra todo.

Los celos tienden a conducir a su víctima a la locura. El ego atrapado por los celos fija el móvil de la existencia en ese deseo exorbitante, se circunscribe a la pasión dominante y destruye las resistencias morales y emocionales con lo cual sus fuerzas ceden, y finalmente, como consecuencia, deja de reaccionar.

Trampa del ego presuntuoso, merece ser exterminado a través de la conquista de valores significativos que le demuestren al individuo sus posibilidades de ser feliz.

Solamente el self(*) puede lograr esa hazaña y romper las cadenas en las que se encuentra encadenado, para manifestarse rico en realizaciones interiores y superar la estrechez y los límites egóticos, con el fin de expandirse y de llenar los espacios emocionales, las aspiraciones espirituales vencidos por los gases venenosos de los celos.

(*) Self / uno mismo en inglés en el original. N del T.)

Al liberarse de la comprensión de los celos, poco a poco, el yo profundo respira, logra las amplias playas de la existencia y disfruta de paz, con alguien o no, con algo o con nada, pero, con armonía, con amor, con la vida.

ENVIDIA

Remanente de atavismos inferiores, la envidia es una flaqueza moral que perturba las posibilidades de lucha del ser humano.

En lugar de empeñarse en la valoración de sí mismo, el paciente de la envidia lamenta el triunfo ajeno y no lucha por el suyo; compite a través de la trama de la intriga y de la maledicencia; aguarda el fracaso del adversario, en el cual se complace; observa y persigue acosado por una pérfida desdicha interior.

Egocéntrico, no salió aún de la infancia psicológica y pretende ser el único centro de atención, ser el acreedor de todos los cultos y referencias.

Insidiosa, la envidia es el resultado de la indisciplina mental y moral que no considera a la vida como patrimonio divino para todos, sino solamente para sí mismo. Trabaja, por envidia, para competir, sobresalir, destacarse. No tiene ideales ni respeto por las personas ni por las arduas conquistas.

Normalmente moroso y sin determinación, resultado de su morbidez insana, el enfermo de envidia no se alegra nunca con la victoria de los otros ni con la realización ajena.

La envidia descarga corrientes mentales perjudiciales dirigidas contra sus víctimas a las cuales sólo alcanzarán si éstas están en sintonía, no obstante, los daños se producirán en el centro generador perturbando su actividad, su comportamiento.

La terapia para la envidia consiste inicialmente en una cuidadosa reflexión del ser profundo respecto de su grandioso destino, de su futuro, con lo que evaluará los

recursos de los cuales dispone y considerará que su realidad es única, individual, que no puede ser medida ni comparada con otras, en razón del proceso de evolución de cada uno.

El cultivo de la alegría por lo que es y de los recursos para alcanzar otros nuevos objetivos, posibilita el despertar del amor a sí mismo, al prójimo y a Dios como medio y meta para lograr la salud ideal que le facilitará una perfecta comprensión de los mecanismos de la vida y las diferencias entre las personas, con lo cual formará un todo holístico en la Gran Unidad.

NECESIDAD DE LA VALORIZACIÓN

Los destructivos gigantes del alma, que exteriorizan los tormentos y la inmadurez del ego, reflejan de alguna forma un fenómeno psicológico, generalmente inconsciente, y en otras ocasiones, hábilmente establecido, que es la necesidad de su valorización.

Cuando escasean los estímulos para esa empresa del yo sin crecimiento interior porque no recibe compensación exterior mediante el reconocimiento ni la proyección de la imagen, el ego sobresale y se establece en mecanismos perturbadores con el fin de lograr la atención y de liberarse del conflicto de inferioridad, de la sensación de estar incompleto.

Si tuviera madurez psicológica y recurriera a otros constructores gigantes del alma como el amor, el esfuerzo personal, la concienciación, la solidaridad, la filantropía, desarrollaría las posibilidades de enriquecimiento interior capaces de brindar plenitud.

Acostumbrado a las respuestas inmediatas, el ego infantil desea los juegos del placer a cualquier precio, aun sabiendo que después dejan un saldo de frustración, de amargura y de nuevos anhelos para disfrutar otros. Con el fin de conseguirlo y por no saber dirigir sus aspiraciones, se asfixia en conflictos perturbadores y se entrega a la desesperación.

Cuando esto se produce, se vuelve hacia su mundo interior, reprime los sentimientos y se encierra en el estrecho cuadro de la depresión. Obstinado, permite que afloren las tendencias del placer enmascaradas de auto flagelación, de auto menosprecio.

Entre muchos religiosos que viven en un clima de insatisfacción personal, esa necesidad de valorizarse reaparece en estructuras de aparente humildad, de disimulo, de piedad, de protección al prójimo... y están desprotegidos de sí mismos...

La humildad es una conquista de la conciencia que se expresa en forma de alegría, de plenitud. Cuando se manifiesta con sufrimiento, con desprecio por sí mismo, con desconsideración violenta por vida, exhibe el lado oscuro de la vanidad, de la violencia reprimida, y llama la atención hacia aquello que legítimamente debe pasar desapercibido.

La humildad es una actitud interior ante la vida, no una indumentaria exterior para llamar la atención, que forja comentarios, que compensa la fragilidad del ego.

El camino para la concienciación, de vigilancia natural, sin tensiones, fundamentado en la intención libertadora, es recorrido con naturalidad y cuidado.

Jesús, Psicoterapeuta excepcional, recomendaba la vigilancia antes de la oración, como una forma de encuentro consigo mismo, para efectuar después la entrega a Dios sin ninguna otra preocupación.

Su propuesta es actual porque el enemigo del hombre está en él, debido a que se viene heredando a sí mismo a través de los tiempos, en la estela de las reencarnaciones por las cuales ha transitado. Se trata de su ego, disimulador y hábil, que conspira contra las fuerzas de la liberación. Al no poder huir de sí mismo ni de los factores arquetípicos colectivos, el ser se debate entre el pasado de sombras — ignorancia, comodismo, automatismo de los instintos — y el futuro de luz — plenitud a través del esfuerzo tenaz, amor y autorrealización — y deja que sus días presentes transcurran perturbados por las herencias y las aspiraciones.

Entretanto, atraído por la razón a su fatalidad biológica: la muerte-transformación del soma; histórica: la felicidad, y espiritual: la libertad plena, ve que sus anhelos se desmoronan, y reconstruye los edificios de la esperanza avanzando sin cesar, conquistando palmo a palmo la tierra de nadie, donde se expresan sus propias emociones perturbadas.

Esa necesidad egotista de valorizarse puede ser transformada en realización de su yo mediante la contribución de estímulos. Cada acción provoca una reacción equivalente. Cuando no se consigue una respuesta a través de un estímulo positivo, como, por ejemplo: — Yo te amo, para una contestación equivalente: — Yo también, se recurre a una negativa: — Nadie me ama, para recibir una evasiva: — No me incluyas en eso. Como efecto del trauma o del rencor, el estímulo se expresa en forma agresiva: — Nadie me gusta, para recoger algo idéntico: — La reciprocidad es verdadera.

Los estímulos son fuentes de energía. Según cómo sean dirigidos brindarán los correspondientes resultados. El ego que siente la necesidad de valorizarse sin la contribución concordante del self utiliza estímulos negativos y agresivos para compensarse, sean cuales fueren los resultados. Lo importante en ese momento no es la calidad de la respuesta, sino su presencia en el escenario de donde se considera ausente.

En la interrelación social, cuando todos se encuentran, el ego aísla a sus víctimas para llamar la atención, o las bloquea de tal forma, que no están ausentes, sino que se vuelven invisibles.

Se encuentran en el lugar, pero no están allí. Esa invisibilidad hábilmente buscada, compensa el conflicto del ego manteniendo la propia flagelación de que no es notado, que no posee valores atrayentes. Esa mortificación neurótica le proyecta imágenes desdichadas y personajes míticos del sufrimiento que componen su cuadro de desamparo emocional, de desdicha personal.

En ese comportamiento enfermizo del ego, el cual no posee recursos relevantes para exponer, se expresa la necesidad de valorización en la engañosa conmiseración de sí mismo que satisface sus exigencias perturbadoras, y se relaja, complementándose emocionalmente.

Cuando el self aparece y gobierna el ser, los estímulos son siempre positivos, aunque tengan origen negativo o agresivo, porque exteriorizan su propio bienestar.

Si alguien dice: TÚ no me gustas, el mensaje transaccional retorna elucidando: — No obstante, yo te estimo.

Si la propuesta afirma: — Te detesto, la respuesta replica: — Yo te admiro.

No se contamina ni se amarga porque está equilibrado, posee valor, no tiene necesidad de ser valorizado.

PATRONES DE COMPORTAMIENTO:

CAMBIOS

El comportamiento revela al exterior la realidad interior del ser humano. No obstante, no siempre esa manifestación es auténtica, porque muchos factores contribuyen para enmascarar lo que se es, y se demuestra solamente lo que se aparenta ser.

La Psicología Transaccional procura descubrir los enigmas del comportamiento utilizando la comunicación interpersonal para liberar al individuo de conflictos y presiones. De acuerdo con la madurez o inmadurez del ser psicológico, la comunicación padece dificultades que sólo podrán ser saneadas cuando exista un propósito firme para el éxito.

Hay una tendencia natural a enmascarar el ego cuando prevalece un impulso dominante para la convivencia, la experiencia social, el diálogo.

La ausencia de esas exigencias contribuye para que se establezca el desequilibrio emocional, y en consecuencia, surjan los estados psicopatológicos que se multiplican, avasalladores.

La comunicación desempeña en todas las vidas un rol relevante cuando es visceral, emocional, libre, sin las presiones de la desconfianza y de la inseguridad personal.

A medida que el ser se abre a una narración afectuosa o amiga, el interlocutor se siente acompañado y se descubre. Mientras coordina las ideas para el diálogo, se autoanaliza, se identifica y facilita su propio entendimiento.

Al liberarse de las conversaciones con interrogantes clichés, desprovistas de interés, se adentra en sí mismo y permite al otro la oportunidad de desvelarse también.

Cuando se reparten informaciones en la interrelación personal, se comparten emociones. Entretanto, si la conversación es trivial, los clichés usuales y sin sentido no manifiestan nada. Por eso, cuando se pregunta:

- ¿Cómo estás? - la respuesta es invariable: - ¡Bien, gracias!

Y aun cuando el interrogado resolviera decir realmente cómo le va, es muy probable que el interlocutor no tenga ningún interés en escuchar una respuesta más compleja y profunda. Tal vez la acepte de manera sorda, con enfado, sin prestar atención.

En la gran masa humana se destacan los biotipos introvertidos y los extrovertidos. Los primeros, en la etapa inicial del desarrollo psicológico, asumen una actitud tímida y

hacen una introspección. Pasada la faz del auto análisis, es indispensable que efectúen la extroversión, la relación, para romper el velo que los oculta y se revelen.

Los segundos, normalmente, ocultan su realidad y conflictos irguiendo una niebla densa a través de la exteriorización que realizan, inseguros e inestables. Cuando se descubren con honestidad, disminuyen la locuacidad, y reflexionando, asumen un comportamiento saludable, sin exceso de ruidos ni ausencia de ellos.

Los patrones del comportamiento están establecidos a través de parámetros que no siempre están fundamentados sobre valores reales. Aceptados por conveniencia aquellos que fueron considerados correctos, pueden ser clasificados como sociales, culturales, morales y religiosos... En todos ellos hay reglas establecidas por el ego para exteriorizar una buena presentación, lo que quiere significar engaño al proceso de constantes cambios y crecimientos, en detrimento del yo profundo.

En los comportamientos sociales están establecidas las reglas del buen tono para dejar y transmitir impresiones agradables, compensadoras.

Las personas se someten a las pequeñas o grandes reglas de la etiqueta de la convivencia social preocupadas siempre por disimular los sentimientos con el fin de que produzcan resultados intencionalmente esperados.

En muchos encuentros sociales se convive con individuos, no obstante, todos se desconocen entre sí.

El comportamiento cultural reúne las adquisiciones intelectuales, artísticas, deportivas, mediante las cuales la exhibición del ego produce constreñimientos perturbadores que generalmente despierta lamentables fenómenos competitivos y de presunción, con total falta de respeto por sí mismo, por la persona humana real.

Las preocupaciones financieras de promoción egotista, complacen al individuo a través de una exposición innecesaria del desaprovechamiento y de la disolución, que provoca los estados auto obsesivos-compulsivos de ser el más importante, el más extravagante, el de mayor renta...

Después, en los raros momentos de encuentro consigo mismo, surgen las depresiones que son asfixiadas bajo la acción del alcohol, de las drogas adictivas, de la propia emulación exhibicionista, con las cuales huye de la realidad interior para llegar a ningún lugar.

El comportamiento moral está sujeto a los dictámenes legales establecidos conforme la inmediatez de los intereses de los grupos y de los legisladores, a veces imprudentes, que piensan más en sus placeres que en el bien general de la comunidad que les paga para servir...

Cuando elaboran las leyes, muchos de esos hombres públicos, despreocupados de su deber, insensatos, dan la impresión de que están realizando algo extraordinario que los sacrifica y no aquello para lo cual son regiamente remunerados. Se apoyan entonces en un comportamiento moral-social de tendencias egoístas, sin ninguna consideración por la vida.

En el área del comportamiento religioso, sin tener en cuenta los fundamentos de las Doctrinas, innumerables imposiciones castradoras contribuyen para dirigir falsas conductas las cuales deberían pautarse a través de procesos de liberación de las conciencias y no mediante el temor, la presión, la hipocresía, la discriminación.

Jesús convocó a Sus seguidores a la búsqueda de la Verdad que libera, en cuyo comportamiento se funden el ego y el yo en una formulación de amor sin máscaras y sin conflictos. Por lo general, los patrones de comportamiento se fijan sobre directrices que no responden a la realidad del ser, el cual, generalmente, es mutilado en sus aspiraciones nobles de vida, en las relaciones dignas, confiables, saludables...

La seguridad sobre la inmortalidad del alma abre un conjunto de comportamientos autenticados por la educación espiritual en la búsqueda del venir-a-ser, del transformarse, del encontrar al Otro, como proponía Kierkegaard, el filósofo y teólogo existencialista...

El Otro que facilita el diálogo, Dios, es la Fuente que se debe buscar para alcanzar la plenitud, la felicidad existencial.

CAMBIOS

El ser humano prosigue en crecimiento, en desarrollo continuo, en cambios. Es natural que, por ello, su comportamiento sufra alteraciones.

Toda la contextura celular se renueva incesantemente, y las experiencias, así como las vivencias contribuyen para el cambio de los patrones comportamentales en un inevitable proceso de perfeccionamiento del ser a medida que el self se libera de las contenciones impuestas por los arquetipos consecuentes de las reencarnaciones pasadas.

Como consecuencia, la estructuración psicológica de la persona humana exige una renovación y el estudio de sí misma con el fin de crecer psíquicamente, debido a que se desarrollan sus equipamientos orgánicos responsables de la madurez cultural y social, y se amplían su percepción moral y la religiosidad ante las exigencias de la Vida. De este modo, nadie es igual al otro, ni puede ser evaluado mediante comparaciones de frágil apariencia.

La conquista de sí mismo es el desafío constante para la propia realización, para la armonía psicológica, para el desarrollo de las percepciones parapsíquicas y mediúnicas.

6 – CONDICIONAMIENTOS

EL BIEN Y EL MAL

PASIÓN Y LIBERACIÓN PSICOLÓGICA

ENFERMEDAD Y CURA

EL BIEN Y EL MAL

Interrogante de alta complejidad para la criatura humana, la dualidad entre el bien y el mal está innata en su psicología interior; generalmente se la confunde y se perturba su discernimiento.

Con características metafísicas en su formulación abstracta, esa dualidad se concreta en los actos del ser generando fenómenos relevantes de conciencia que contribuyen al equilibrio o al desorden psíquico, de acuerdo con sus respectivas manifestaciones.

En todos los períodos de la cultura ancestral encontramos que la religión y el pensamiento se esfuerzan para establecer los paradigmas en que ambos se apoyan para explicarlos mejor. Ayer era una abstracción meramente filosófica o religiosa que pasó más tarde a formar parte de la ética, en el capítulo de la moral, y que avanzó históricamente hasta interesar a la sociología, a lo comportamental, a la psicología.

El código de Hammurabi, inscripto en una columna de diorita, definía ya las acciones loables y las reprochables y simbolizaba el bien y el mal, con las respectivas consecuencias legales en el comportamiento humano, en relación con la criatura en sí misma, a la sociedad y a su prójimo.

Entre los modos y los persas, el libro sagrado Zend Avesta, separaba la misma dualidad en las personificaciones de Ormuz o representación del bien y Arimán personificación del mal en cuya lucha el último era sometido y, en consecuencia, eliminado.

La Biblia, a su vez, representa el bien en las entidades angelicales y el mal en las demoníacas, ambas, no obstante, bajo el control de Dios contra Quien se revelará Lucifer, que al ser expulsado del paraíso, se convirtió en Su temerario adversario ...

La Metafísica Tradicional, al analizar la Creación estableció los dos principios, el del bien y el del mal, que se vinculan y concilian en el vértice superior del simbólico triángulo isósceles. Después, la interpretación china los presentó en las dos admirables fuerzas cósmicas: el Yang — masculino, positivo, seco, bueno, — y el Yin — femenino, húmedo, negativo, frío - que al reunirse, se concilian bajo la conducción de la suprema perfección generando armonía.

Inspirada en el hinduismo, la Trilogía de la Creación presenta a Brahma como Omnipotente, como el Principio Supremo, y a sus dos fuerzas antagónicas: Vishnú, el Conservador o principio constructor y Shiva, el Destructor, o principio aniquilador de los seres, en perenne lucha, hasta que se logra la supremacía del edificador...

Desde las concepciones pretéritas hasta la realidad presente, filosóficamente, el bien es todo aquello que impulsa la belleza, lo ético, la vida en concordancia con la moral, y el mal, viene a ser aquello que se opone a lo aleccionador, a lo armónico, al bien.

Sociológicamente, el bien contribuye al progreso y a todas las realizaciones que promueven al ser, al grupo social y al ambiente; expresan su grandeza, su acción concreta que proviene de la capacidad selectiva de valores éticos para la armonía y la felicidad. Como efecto, el mal surge de todo fenómeno que se oponga o conspire contra esa contribución superior.

La Psicología no podía quedar indiferente a esta dualidad que existe en el ser humano y permanecer rezagada en sus aspiraciones de crecimiento y elevación, de lo noble y lo equilibrado, de lo saludable y de lo que proporciona la paz.

Al mismo tiempo, el atavismo de los instintos agresivos lo impulsa a la violencia — cuando desea poseer —, a humillar — cuando se siente disminuido —, y a lo grotesco y vulgar, -cuando cae en el menosprecio de sí mismo...

No obstante, cuando desarrolla la conciencia la cual sale de la inercia moral del nivel de sueño sin sueños, inmediatamente comienza a percibir los valores que compensan y los que producen conflictos en el comportamiento psicológico; esto lo impulsa, aunque lentamente, a adoptar una conducta mental y física idealista y comportamental del bien, convirtiéndose así en un instrumento útil en el grupo social donde se promueve y lo eleva a un estadio superior, al mismo tiempo que le permite aspirar siempre más y mejor.

Ese discernimiento, que es consecuencia de la conciencia que se está liberando de los condicionamientos que la esclavizan, amplía su capacidad de identificar el bien y el mal y la predispone a la elección del primero en detrimento del otro.

Si por casualidad incurriera en errores en la selección y cayera en las redes del mal, aún bajo las circunstancias perturbadoras del odio, del miedo, de la angustia, de la voluptuosidad, del desorden interior, cuando se descubre en falta, se produce el cuadro de conciencia de culpa y sufre las patologías afligentes que se convierten en mecanismos reparadores. Sin embargo, en una dialéctica sofista que bien podría ser considerada anárquica, se afirma que la línea divisoria entre el bien y el mal es tan fluida y oscilante, que es muy común que el bien de hoy se transforme en el mal de mañana y viceversa. Ciertamente, muchos códigos y leyes establecidos de acuerdo con las conveniencias de grupos y castas, de partidos y de razas, de religiones y credos, por cuestiones inmediatistas, pretenden convertir en legales comportamientos que no son morales, y por otra parte, justificando actitudes vulgares e intentando liberarse, adoptan comportamientos alienados, conductas excéntricas y arbitrarias.

No obstante, el Decálogo mosaico sintetiza los códigos moral y legal, y por tanto, lo que es el bien y lo que es el mal. Esto le permitió a Jesús afirmar en una grandiosa propuesta, toda la complejidad de ese fenómeno dual: No hacer al otro lo que no se desea que nos hagan. Como los hombres son aún injustos, las leyes que elaboran poseen sus parcialidades, sus defecciones, pero deben ser respetadas, aunque a algunas de ellas no se les atribuyan reales valores morales, significativos y definatorios del bien y del mal.

El bien y el mal están inscritos en la conciencia humana, en la naturaleza, en su armoniosa organización que dio origen a la vida y que la fomenta.

Todo aquello que contribuye a la paz interior de la criatura humana, a su desarrollo intelecto-moral, es un bien que debe cultivar y acrecentar para irradiarlo como una bendición proveniente de Dios.

... Y ese mal, transitorio, temporal, que lo impulsa a acciones viles y a sufrimientos es el remanente atávico de su proceso de evolución que será superado a medida que madure psicológicamente y que se desarrollen sus patrones de sensibilidad y de conciencia para adquirir la integración en el Cosmos liberado de los compromisos dolorosos, inferiores.

PASIÓN Y LIBERACIÓN PSICOLÓGICA

Las tradiciones religiosas en torno de la pasión de Jesús se obstinan en revestirse de la noticia trágica, en la cual la acción auto punitiva sobresale en el comportamiento del fiel.

Influyendo en su mente con el fin de generarle conciencia de culpa con las lógicas consecuencias del miedo a la justicia divina, intentan el lavado de cerebro para producir el odio al mundo, al mismo tiempo que se mantienen los lamentables procesos de cilicios físicos entre los fanáticos, y procesos mentales y emocionales entre aquellos que tienen una estructura psicológica frágil.

Innegablemente, los acontecimientos dolorosos que marcaron la última semana de Jesús entre los seres humanos, en Jerusalén, se caracterizó por hechos desdichados que aún se repiten en la sociedad, aunque guardando las naturales proporciones.

Es necesario recordar la pusilanimidad humana, la fragilidad de los caracteres de Judas y de Pedro cuando los fines son educativos, pero se debe evocar también el estoicismo de las mujeres piadosas, de Juan, de José de Arimatea quien Le cedió el sepulcro nuevo, para que el aprendizaje sea pleno a través de la dicotomía que existe en el comportamiento humano, con el fin de ofrecer un mensaje de confianza, de vehemencia y de fe.

El ser humano es aún muy fragmentario e incierto, carece de amor y de paciencia, excelentes terapias para inducirlo al fortalecimiento del carácter, de la personalidad.

La constante condena multimilenaria dejó profundas marcas en el inconsciente colectivo que ahora es su heredero natural, surge transformada en miedo y desprecio por sí mismo, o en indiferencia personal y negligencia en el culto a los valores morales.

La lección viva que resalta en Jesús desde la entrada triunfal y el juicio arbitrario sin ninguna defensa, propone una nueva lectura del comportamiento individual y colectivo de los seres, y ofrece la contribución de resultados positivos en las reflexiones mentales.

Las creencias ortodoxas se satisfacen con las inmolaciones y las actitudes condenatorias que, si fueran tenidas en cuenta, conducirían nuevamente a la ignorancia, a las tormentosas tinieblas medievales.

Las conquistas del momento en las más diversas áreas, particularmente, en las de la Psicología, ya no permiten más actitudes alienantes como esas, sino que proponen la liberación de los conflictos con el fin de que la responsabilidad, que es consecuencia de la conciencia lúcida, impulse al individuo al avance, al crecimiento, a la madurez.

Toda acción impositiva-castradora o liberadora-insensata, obra a favor del desequilibrio, de la desintegración del hombre.

Toda la vida de Jesús es un proceso que permite el crecimiento y la dignidad del ser humano.

Sus conceptos plenos de actualidad mantienen un lenguaje dinámico, desobsesivo, sin compulsión, porque propone elementos de alegría y posibilita el desarrollo de aquellos que los reciben.

Cada paso de Su vida Lo conduce a las metas expresamente programadas. Sin rutina, pero también, sin ansiedad, se caracteriza por la vivencia de cada momento sin preocuparse por el mañana, porque para Él, a cada día le bastan sus propias preocupaciones.

La alegría es una constante en Su mensaje, a pesar de las frecuentes advertencias, de las luchas abiertas y de que siempre Lo veían llorar.

La verdadera alegría supera las sonrisas, y generalmente, se presenta como preocupación que no deprime ni debilita.

Se convierte en una constante búsqueda de continuas realizaciones, de victorias sobre las circunstancias y los fenómenos naturales durante el proceso de la vida. Sin paradigmas fijos, toda Su doctrina está integrada por el optimismo y la plenitud.

Cuando Sus seguidores marchaban al holocausto, al martirio, al testimonio, lo hacían motivados por el amor, sin fugas psicológicas, sin transferencias, en manifestaciones de fidelidad, joviales y jubilosos, sin resentimientos ni odios por los perseguidores, porque era una libre opción para utilizar la vida.

La dinámica de las palabras de Jesús logró conducir a innumerables criaturas humanas a la realidad trascendente.

Libertador por excelencia, a nadie le impuso ningún fardo, y aseguró que el Suyo, es leve y suave; ésa es Su forma de juzgar, de analizar y de comprender.

Mientras destilen en la conciencia de la Tierra las conductas punitivas y las evocaciones deprimentes en el ámbito de las religiones, el pensamiento de Jesús permanecerá entre sombras, conflictos, perturbaciones.

La conquista de las conciencias que integren las filas de la armonía sólo será posible mediante el establecimiento de directrices saludables en las cuales el dolor asumiría aún su inevitable realidad de fenómeno degradante, aunque sea posible superarlo, resistirlo, diluirlo a través de reflexiones y de la renovación de la energía que preserva el equilibrio de la existencia.

La imposición infundada surge del sentimiento de culpa de los religiosos que la transfieren a aquellos que se someten a ellos y pasan a depender de sus imposiciones psicológicas mórbidas.

Sin la semana del ultraje, sin los contenidos de la extrema ingratitud humana no tendríamos Su muerte estoica, elocuente, grandiosa, a través de lo cual demostró Su conciencia de inmortalidad.

Después de ese suceso, un solemne himno a la vida se presentó a través de la resurrección, del retorno a la convivencia con los amigos temerosos y con la humanidad arrepentida que Él vino a libertar, amando, paciente y alegre, porque conocía los límites y las deficiencias de aquellos que marchan en la retaguardia, pero que miran con expectativa y avanzan rumbo al futuro.

ENFERMEDAD Y CURA

El fenómeno biológico del desgaste orgánico, de las distonías emocionales y mentales de la criatura humana, es perfectamente natural porque es consecuencia de la fragilidad estructural de la cual está formado.

Sus equipamientos delicados sufren las influencias externas e internas que contribuyen a alterarlos y hasta a destruirlos a través de las incesantes transformaciones a las que se encuentran sujetos.

Cambios de temperaturas que superan los límites de su resistencia, otras condiciones atmosféricas e insalubres, colonias de bacterias y de microorganismos tan agresivos como destructores atacan sus piezas y casi siempre las vencen, estableciendo disturbios que se transforman en enfermedades variadas.

Por otro lado, conflictos emocionales, estados no habituales de depresión y de ansiedad, presiones de todo orden, especialmente las psico-sociales y económicas, las afectivas, arrastran a desorganizaciones perturbadoras. Secuelas de diversas enfermedades, muchas de ellas atacan los más intrincados conjuntos electrónicos y producen las alteraciones funcionales y psíquicas que caracterizan a los desequilibrios de la mente y de la emoción.

La propia constitución de esos órganos tiene mucho que ver con los orígenes genéticos, y posteriormente, con los factores organizadores del hogar, de la familia, del grupo social, contribuyendo decisivamente en las manifestaciones de salud o de desorganización.

No obstante, el ser, trino en sí mismo — espíritu, periespíritu y materia — es la consecuencia de un largo proceso de educación y desarrollo efectuado a través de continuas experiencias reencarnacionistas. En cada fase de ese transitar, en el cuerpo o fuera de él, el espíritu conquista bendiciones que incorpora a su patrimonio evolutivo y modela los futuros cuerpos de acuerdo con esas adquisiciones afectadas vibratoriamente por las ondas de energía positiva o negativa que emite sin cesar.

Como consecuencia, cada individuo es especial, con reacciones específicas y diseño apropiado, pese a las semejanzas profundas en unas, como discordantes en otras. Esos

logros de la evolución se reflejan en la constitución orgánica, en la emocional y en la psíquica, y seleccionan genes y valores que les permitan establecer los aparatos correspondientes y necesarios para proseguir evolucionando. Así se organizan moralmente las estructuras expiatorias y de prueba como recursos necesarios para el aprendizaje y la fijación de los valores que proporcionan progreso.

Las expiaciones, normalmente, devastan el ser orgánico o psíquico de manera irreversible, como consecuencia de los actos de rebeldía pasados: suicidio, homicidio, perversidad, lujuria, concupiscencia, avaricia, odio y sus secuaces.

Las pruebas, a su vez, son correctivos temporarios que sirven de advertencia a la insania o a la comodidad, al error y al vicio y que permiten la reconquista de la armonía mediante el esfuerzo justo de reorganización interior que integran al ser al orden vigente del Universo. No nos referimos aquí a los interrogantes de las necesidades morales y sociales; sólo nos detenemos en aquellos pertinentes a la salud y a la enfermedad. Esos cuadros de las acciones morales generan reacciones correspondientes, como leyes de causa y efecto que impulsan a rescates idénticos a los daños y perjuicios producidos. Conocidos esos efectos como karma, también éste puede ser positivo y edificante, conforme a las realizaciones anteriores que propicien felicidad y paz.

No obstante, vulgarmente, el concepto de karma ha sido aceptado como una imposición de aflicción y de reparación de la que nadie huye, por efecto de sus malas acciones. Entretanto, ese karma, cuando es de prueba, tiene que ser liberado por el libre albedrío de aquel que lo padece, como también a través de ese libre albedrío, puede encarcelarse aún más y depender de la nueva dirección que le ofrezca.

Las realizaciones morales generan energías positivas las cuales anulan a aquellas negativas que propician el sufrimiento de cualquier naturaleza y ofrecen estímulos para la superación de las antiguas coyunturas atormentadoras.

Sujeto, por espontánea elección, al karma negativo, el ser expresa, más allá de los problemas en el área de la salud, diversos conflictos en la emoción, en el comportamiento, que surgen como complejo de culpa (inconsciente), timidez, miedo, ansiedad, inseguridad... Al mismo tiempo, manifiestan auto desvalorización, ausencia de autoestima, presencia de otros complejos como los de superioridad, de inferioridad, narcisismo, de Edipo, de Electra y otros, que generan graves patologías, las cuales, no obstante, pueden ser superadas a través de terapias especializadas y de gran esfuerzo personal.

En el vasto cuadro de las enfermedades la ausencia del amor a sí mismo del paciente es la responsable de la desarmonía que lo aflige. No siempre esa manifestación es consciente, porque está instalada en los repliegues del alma bajo la forma de falta de respeto, de desconfianza y amargura por sí mismo, consecuentes de desafortunadas acciones pretéritas.

Cuando una dolencia se establece en el organismo físico, hay una fisura en el conjunto vibratorio que lo mantiene. Entonces, la mente debe ser accionada de inmediato para corregir ese disturbio de modo que le proporcione salud. No obstante, generalmente, los tóxicos de la ira, de la rebeldía y del resentimiento son proyectados en el organismo y agravan aún más la región afectada. Casi siempre inseguro, el ser considera que no

merece lo que le está sucediendo y teme que el mal se agrave. Esto se transforma en él en un problema que lo aflige al cual agrega los fantasmas de la duda, de la perturbación, del desamor cultivado bajo muchos disfraces.

El amor-terapia tiene sus directrices consolidadas en la enseñanza evangélica propuesta por Jesús cuando estableció: Amar a Dios por sobre todas las cosas y al prójimo como a sí mismo.

... como a sí mismo, es una disposición que no puede ser confundida con el egoísmo o con el egocentrismo, sino que debe ser considerada como respeto y derecho a la vida, a la felicidad que el individuo tiene y merece. Se trata de un amor que preserva la paz, el culto a los hábitos sanos y a los cuidados morales, espirituales, intelectuales para consigo mismo, sin el cual, la manifestación del amor al prójimo es una transferencia de su sombra, de su imagen (fracasada), que rápidamente se transforma en decepción y amargura, o a Dios, a Quien no ve, pero que todo lo espera de Él, aún como mecanismo de fuga de la responsabilidad.

El adecuado amor que nos profesemos induce a la elevación de los sentimientos y a la conquista de los valores éticos que promueven al individuo y lo iluminan interiormente.

En él están los cuidados que se le debe brindar al cuerpo y su preservación a través de los recursos a su alcance, mediante la estimulación de órganos y células para que efectúen un funcionamiento armónico, consecuente, de pensamientos auto-estimulantes, auto-resarcidores. También es necesario desarrollar el intelecto y la emoción para que marchen juntos como alas preparadas para un largo vuelo, con el fin de que proporcionen conocimiento y actividad fraternal benéfica, que hace bien primero a aquel que lo práctica, y auxilia después a quien lo necesita.

No es un referencial al gozo personal ni a la propia satisfacción de los sentidos, sino un notable recurso de equilibrio interior con el objetivo de lograr la iluminación personal. Ese amor terapéutico ayuda a los campos vibratorios afectados por la enfermedad, restaura sus deficiencias y recompone la armonía del todo.

En efecto, no evita que se enferme o que muera, ya que, si esto sucediera, agrediría a la ley de la vida que establece: Todo cuanto nace, muere, en lo que se refiere al fenómeno biológico terminal de la materia en incesantes transformaciones.

En ese enfoque del amor a sí mismo, la enfermedad y la muerte no constituyen el fracaso del ser, sino el camino a la vida. El concepto de realidad entonces se altera, y pasa a convertirse en una plenitud que se logra en el cuerpo o fuera de él, con los naturales accidentes del camino. La salud ya no es más una compulsión para la existencia corporal, sino un estado sujeto a múltiples alteraciones que surgen de las variantes comportamentales del ser integral y que sólo será lograda plenamente después de que se despoje de los andrajos físicos, debido a que éstos son temporales, transitorios. No obstante, el amor por sí mismo, permite disfrutar de bienestar, de equilibrio, de funciones y órganos saludables, y coopera para lograr la estabilidad emocional.

Se asevera que la tensión nerviosa es uno de los tiranos destructores del cuerpo y de sus equipamientos, no obstante, la forma cómo se la enfrenta tiene mucho más que ver con

sus perjuicios. En el amor terapia, la tensión cede lugar a la confianza y se amortigua ante la entrega del ser a Dios, relajando los focos de desesperación y de ansiedad, compresores de los nervios que generan tensión.

En el propio amor, la confianza irrestricta en la realidad, de la cual nadie huye, permite el equilibrio que propicia la salud. Ese sentimiento produce optimismo, que es el factor preponderante para el restablecimiento del campo de energías afectado por el trastorno, porque favorece con un cambio de comportamiento mental y, por tanto, actúa en el centro generador de las vibraciones.

Cuando se vive en forma diversa de la que se exterioriza, esto es, cuando se habla y se aparenta algo que no se hace, hay una tendencia a contraer algún tipo de enfermedad, porque la salud no soporta esa duplicidad que es la que genera el infortunio.

Hay una interrelación entre la mente y el cuerpo más seria de lo que parece. De ese modo, el amor a sí mismo estimula la veracidad de los actos y de las palabras sustentando la salud o corrigiendo la enfermedad.

Los tejidos orgánicos interactúan por intermedio de sustancias químicas que circulan en la corriente sanguínea y a través de las hormonas del sistema endocrino. La hipófisis es la responsable de ello, ya que recibe los estímulos mediante los impulsos nerviosos del hipotálamo, el cual regula la mayor parte de los fenómenos y automatismos fisiológicos. Todo ese mecanismo se produce a través de las fibras nerviosas que proceden del cerebro a las cuales dirige bajo las órdenes de la mente, consciente o inconscientemente. Por eso, la inducción del amor a sí mismo promueve vibraciones armónicas que terminan por mantener, organizar o reparar el organismo, propiciando su salud cuando está enfermo.

Psicológicamente, el amor por uno mismo es, sobre todo, el propio encuentro, conquista de la conciencia de sí mismo, madurez, equilibrio.

7 - LA CONQUISTA DEL SELF

MECANISMOS DE FUGAS DEL EGO

MIEDO Y MUERTE

REFERENCIAS PARA LA IDENTIFICACIÓN DEL SÍ

LA CONQUISTA DEL SELF

Todos necesitamos viajar hacia nuestro interior para descubrirnos y no identificarnos más con aquello que nos oculta a los otros y a nosotros mismos. Al retraernos en actitud defensiva a través de un falso apoyo de razonamientos incompletos, preferimos la actitud de no permitir que ninguna otra persona nos aflija como ya lo hicieron otros en el pasado. De ese modo, coleccionamos resentimientos y temores que nos conducen a un comportamiento de piedad por nosotros mismos que nos hace marchar hacia un estado patológico de nuestra propia destrucción.

Un enfrentamiento consciente con nuestras amarguras nos demostrará que ellas no son verdaderas ni tienen sentido, sino que son fruto de la inmadurez y de la presunción del ego que se atribuye merecimientos que no tiene.

Normalmente, lo que consideramos falta de respeto de los otros hacia nosotros es el resultado de nuestra óptica equivocada al observar los hechos, de precipitación o aún, de cierto grado de paranoia.

Nuestra relación, que está formada por estímulos, fracasa porque no sabemos producir el encuentro cuando nos acercamos a alguien. Al evitar abrirnos a la relación permanecemos en estado de sospecha, nuestra estimulación es negativa y provocamos una respuesta de rechazo.

En proceso de cambios constantes, las personas son imprevisibles, y esto es muy bueno porque ese fenómeno proporciona nuevos descubrimientos y correcciones de conceptos.

Cuando nos presentamos ante alguien con sinceridad, ese alguien se nos muestra con fidelidad. Un estímulo que vigoriza y dignifica provoca correspondencia equivalente. Al brindarnos a alguien, conocido o no, ofrecemos una parte, algo valioso de nosotros.

Si la otra persona no sabe corresponderlo, el problema no es nuestro, porque verdaderamente somos lo que expresamos y no nos podemos arrepentir ni debemos sentirnos amargados por eso.

Aceptar el malhumor ajeno es sintonizar con él, es permitir que nos digan y nos impongan cómo debemos actuar y comportarnos. Nuestra contribución a la sociedad es preservar su salud en la forma que nos relacionamos personalmente educando a los rudos y medicando a los enfermos, a los antisociales.

La amargura es consecuencia de la inmadurez psicológica, y la actitud retraída, desconfiada, deriva del predominio de nuestra naturaleza animal sobre la naturaleza espiritual.

La conquista del self con todos sus atributos y posibilidades constituye la meta primordial de la existencia terrenal, en cuya búsqueda debemos invertir todo el potencial humano emocional, moral, intelectual.

Al considerarnos en constante proceso de crecimiento, que se produce a través de las experiencias vividas y de los conocimientos adquiridos, nuestra búsqueda del ser espiritual que somos, es imprescindible.

La vigilancia en torno de las celadas del ego, hábil encubridor de propósitos, constituye para nosotros un motivo para superarlo con el fin de poder disfrutar de la felicidad real. En ese sentido, la no identificación con los apegos y las pasiones surge como paso decisivo en el programa de la liberación. Para esa decisión, el amor propio, debe ser nuevamente examinado para que pueda ser sustituido por el amor a sí mismo profundo, sin los vestigios egoístas que generan el personalismo enfermizo y nos conduce a conflictos perfectamente evitables.

La reencarnación tiene como objetivo la conquista de sí mismo, que permite la realización intelecto moral recomendada por Allan Kardec como requisito indispensable para lograr la sabiduría que sintetiza la adquisición del conocimiento con el amor.

Cuando esa meta no es alcanzada, el ser reencarna y desencarna para volver a reencarnar en una verdadera rueda de samsara, hasta que las Leyes establezcan expiaciones mitigadoras que interrumpan el círculo vicioso para fomentar el progreso. De ese modo, surge el imperativo del dolor, en lugar del amor, expresión inevitable para el progreso constante en los Estatutos Divinos.

MECANISMOS DE FUGA DEL EGO

Habitado a no enfrentarse con el self el ego enmascara su resistencia a aceptar su realidad profunda y elabora mecanismos de escapismos con el fin de preservar su dominio en la persona. De ese modo, podemos enumerar algunos de esos instrumentos del ego para ocultar su realidad y facilitar la fuga al enfrentamiento con el yo profundo, como: compensación, transferencia, proyección, introyección y racionalización.

COMPENSACIÓN

Fue el admirable padre del Psicoanálisis individual Alfred Adler, quien, al percibir que un órgano deficiente es sustituido por su par — un pulmón o un riñón enfermo — estableció que se produce una compensación correspondiente en el área psicológica.

Grandes ases de la cultura física se convirtieron en atletas porque buscaron compensar su fragilidad orgánica o algún límite al entregarse a extenuantes ejercicios que les permitieron alcanzar las metas que se habían propuesto. Lo mismo sucede en las artes, en la ciencia, con muchos de sus paladines. Esa compensación se enraíza en las bases de algún conflicto y nos conduce a exagerar determinada tendencia como fenómeno inconsciente que nos demuestra lo contrario.

El exceso de devoción a una causa o idea, es la compensación al miedo inconsciente de sustentarla. El fanatismo es consecuencia de inseguridad interior porque no se es lo suficientemente consciente de la legitimidad de aquello en que se piensa creer y se compensa de ese modo.

Siempre hay una exageración, un desarrollo excesivo compensador cuando de forma inconsciente se establece un conflicto porque se adoptó la creencia en algo sin convicción.

El exceso de pudor, la exigencia de pureza, probablemente sean compensaciones por exorbitantes deseos sexuales reprimidos y anhelos de gozos promiscuos vigentes en el ser profundo. Sin duda, esto no se aplica a la generalidad de las personas correctas y púdicas, sino a aquellas que se caracterizan por el exceso, por el énfasis predominante que dan a esas manifestaciones naturales.

En la compensación se produce la formación de reacción; que responde a la necesidad de un efecto psicológico contrario. De ese modo, las actitudes exageradas en cualquier área disimulan deseos inconscientes opuestos. En esa compensación psicológica, el ego exacerbado se presenta siempre correcto, y sin piedad por la fragilidad humana, se manifiesta dominador, superior a los demás, a los cuales generalmente persigue con inclemencia.

En el distorsionado punto de vista egótico, la suya es siempre la postura correcta, por eso exagera para sentirse aliviado de la tensión consecuente de la incoherencia entre el ego presuntuoso y el yo debilitado.

La compensación sustituta — una deficiencia orgánica impulsa al individuo a destacarse en otra área de la salud sobreponiendo la conquista de realce al factor límite — también se transfiere al ámbito emocional, y el conflicto de orden psicológico da lugar al desarrollo de otra facultad o expresión que se puede destacar, anulando, o mejor dicho, ocultando el ocasional fenómeno perturbador.

Gracias a la compensación sustituta, el ego alcanza la plenitud, aunque intenta ignorar el desequilibrio que queda reprimido bajo compresión. No obstante, todo conflicto no liberado, retorna, y ante esa represión, acaba por aflorar con fuerza generando disturbios más graves. La compensación egótica es, sin duda, un engaño que debe ser elucidado y vencido.

Cada ser humano es lo que logra ser, y le cabe presentarse como tal, aceptarse, ser aceptada y trabajar por el crecimiento interior mediante catarsis, consciente de los conflictos degradantes. Todo ese mecanismo de evasión de la realidad y de encubrimiento del ego, hace que la persona carezca de autenticidad, que sea artificial, desagradable, porque irradia energías repelentes que causan malestar en los demás.

DESPLAZAMIENTO

La conciencia ejerce sobre la persona un criterio de censura ante el discernimiento en torno de lo que conoce y de la experiencia, porque sabe cómo y cuándo se puede hacer algo de manera de evitar la culpa. En ese discernimiento lúcido, cuando surge un

impulso que la censura de la conciencia prohíbe que se presente sin reservas, el ego produce un desplazamiento.

Freud había identificado esa capacidad de censura de la conciencia que situó como súper ego. Cuando se tiene un sentimiento de rebeldía o de animosidad contra alguien o contra alguna cosa que las circunstancias no permiten expresar, el ego lo desplaza hacia reacciones de violencia contra objetos a los cuales rompe o contra otras personas no involucradas en la problemática.

En la antigua arena romana o en el actual ring de boxeo se traducen esos sentimientos reprimidos contra la víctima momentánea desplazando la furia oculta que se mantiene contra otros en ese ser desamparado.

Subconscientemente, la persona que apoya al dominador y le pide que extermine al contrincante, tiene una hostilidad que reprime porque las convenciones sociales o las circunstancias le impiden exteriorizarlas.

La hostilidad conduce al individuo a reaccionar siempre a través de motivos reales o imaginarios. Una mirada, una palabra inoportuna, una expresión carente de profundo significado son suficientes para provocar un desplazamiento, una actitud agresiva.

Ante esa postura, hay una tendencia a enmascarar los significados perturbadores de la vida. Al reprimirlos, se adopta un comportamiento agradable para el ego. Ese mecanismo, es de fácil identificación, porque el ego busca la vivencia de cualquier acontecimiento sin sentido para ocultar un grave problema que no desea enfrentar conscientemente. Esa reacción puede derivar también de un ambiente hostil en el hogar, donde la persona se acostumbró a desplazar los sentimientos que cultivó en la convivencia familiar y no desea reconocer que son agresivos.

Solamente una actitud de autorreflexión logra despertar al individuo para aceptar conscientemente su self; sin enmascarar el ego y sin desplazar reacciones hacia otros, luchando contra las perturbaciones psicológicas.

PROYECCIÓN

La represión inconsciente de los conflictos de la personalidad conduce al ego a proyectarlos en los otros individuos en determinadas circunstancias y lugares para evadirse de la aceptación de los errores y de la responsabilidad por ellos.

Si tropieza con una piedra en la calle, la culpa es de la administración pública municipal; si choca con otro, la culpa es de esa persona...

La proyección alcanza reacciones sorprendentes.

Un joven tropezó con otro en la calle, y reaccionó preguntando:

—"¿Usted es ciego?"— Su interlocutor le respondió:

—"Sí, soy ciego".

Había atropellado al invidente y se permitía el lujo de creerse la víctima.

En el ser humano hay una natural y mórbida tendencia a ignorar ciertas deficiencias personales y a proyectarlas en los otros. Siempre que alguien combate con exagerada vehemencia determinados trazos del carácter de alguien, se proyecta en él transfiriendo del yo, que el ego no desea reconocer como deficiente, la cualidad negativa que le es peculiar. Transforma a su víctima en el espejo en el cual se refleja inconscientemente. Hay una necesidad de combatir en los otros lo que es desagradable en uno mismo.

Hay personas que consideran que son perturbadas por los demás, perseguidas donde se encuentran, están molestas en todas partes; con esa actitud revelan un carácter y un comportamiento paranoicos al proyectar en los otros individuos la animadversión que mantienen por sí mismos bajo el alegato de que no los estiman e intentan entorpecerles el paso, el avance.

La proyección es fácilmente identificable y puede ser combatida mediante la honesta aceptación de sí mismo, tal cual se es, y de esforzarse por ser mejor.

INTROYECCIÓN

Otro mecanismo que tiene el ego para enmascararse, es la introyección, que se caracteriza por la concienciación de que las cualidades de las personas le pertenecen. Los valores relevantes que son observados en otro son características del propio carácter; esto es una trampa-defensa del ego.

La persona se introyecta en la vida de los héroes a los cuales ama y con quienes se identifica, y acepta que es parecida a ellos. Asume su forma de ser, sus hábitos, la manera de andar y gesticular, el modo de hablar y de comportarse...

Puede suceder también, que se adopte el comportamiento desdichado de los personajes de los dramas cotidianos, de las películas cinematográficas, de las telenovelas, de las tragedias narradas por los periódicos.

En la actualidad, junto a los innumerables vicios sociales y a las dependencias del alcohol, del tabaco y otras drogas, está también la dependencia a las telenovelas, mediante las cuales los personajes, especialmente los desdichados, son introyectados en los espectadores angustiados. Esa morbidez debe ser liberada, y el individuo tiene la necesidad, que le cabe atender, de asumir su realidad interior con el fin de identificarse en una armoniosa combinación entre el self y el ego, para mantener el equilibrio emocional a través del ejercicio del autodescubrimiento y eliminar las ilusiones, los romances imaginarios, porque esos mecanismos de fuga, a pesar del momentáneo placer que producen, terminan por alienar al ser.

RACIONALIZACIÓN

La racionalización es el mecanismo de fuga de mayor gravedad del ego, porque busca justificar el error mediante aparentes motivos justos que distorsionan el sentido crítico de integridad moral y asume posturas equivocadas y perniciosas. Siempre hay una razón para justificar favorablemente los actos, aún los más irreflexivos y graves, a través de las razones presentadas, que no son legítimas. Esa dicotomía — lo que se justifica y lo

que se es — se transforma en un mecanismo perturbador porque niega lo real a favor de lo que es imaginario.

Las razones legítimas de los hábitos y conductas son disimuladas con alegatos falsos. Por no admitir lo que se prefiere hacer o ser, sabiendo que es erróneo, se asume la máscara erótica de la racionalización. Esa falta de honestidad como falsa expresión del yo, se transforma en un desequilibrio psicológico que termina en la pérdida del sentido existencial. Nadie puede cambiar un mal en bien sólo porque se niegue a aceptar conscientemente ese mal que debe esforzarse por mejorar en lugar de ignorarlo o justificarlo con la racionalización.

La tendencia humana de la elección está siempre dirigida al bien. Por eso, hay un rechazo natural por el mal al que la racionalización intenta alterar en su contextura con el fin de apaciguar la conciencia, provocando perturbación psicológica.

Esa lucha que se traba entre el intelecto y la razón, busca una justificación para convertir el mal en bien, y esto es irreal. Por eso, cuando la persona actúa equivocadamente y la razón se lo reprocha, el intelecto busca un alegato justo para reprimir el bien y proseguir en la acción.

La ejecución supera la razón, y la mente justifica el mal, del cual surgirá un bien para sí mismo o para otro, como racionaliza el ego desequilibrado. Solamente una voluntad inflexible y noble que ejerza su fuerza sobre los mecanismos de evasión preservará el equilibrio entre la razón y el intelecto con la emoción del bien y de lo justo, y propondrá el ajuste psicológico del ser. Fuera de esto, esos mecanismos para enmascarar la realidad conducen a la alienación, al sufrimiento.

MIEDO Y MUERTE

Los mecanismos de evasión del ego enmascaran la realidad del self normalmente receloso de emerger y de predominar como es su fatalidad. No obstante, importantes factores son los responsables de los estados fóbicos del ser, que van desde los disturbios generados por la química cerebral que producen variadas desarmonías, hasta los fenómenos de naturaleza psicológica consecuentes de los conflictos vivenciados por la madre gestante, contraria a la concepción, tensa ante la responsabilidad, amargada por la incertidumbre y los problemas del parto, donde predominan los conflictos post natales cuando el ser es retirado de la protección intrauterina en la que se siente seguro y es colocado en un medio hostil en el cual todo parece amenazar su frágil existencia.

También se pueden señalar otros factores preponderantes en la formación patológica de los comportamientos fóbicos: los de naturaleza psicógena.

La educación en el hogar, la madre dominadora y el padre negligente o a la inversa, generalmente anulan la personalidad del educando durante su tránsito por el período infantil. Son innumerables los factores como predominantes predisponentes en las psicopatologías del miedo, responsables de estados lamentables en la criatura humana.

El miedo se insinúa de manera sutil, aparentemente lógica, tomando cuenta de los paisajes de la psique en forma de inseguridad tormentosa poblada de horribles

pesadillas que conducen a alucinaciones e impulsos incontrolables de fuga que llegan hasta la búsqueda de la contribución de la muerte. Con el tiempo se alteran las conductas del paciente: apatía mórbida o temor continuo, ambas de gravedad indiscutible.

Sin embargo, en la génesis psíquica de los cuadros fóbicos en general no se puede descartar la anterioridad existencial del ser espiritual, peregrino de innumerables reencarnaciones, cuya historia está escrita en las intrincadas fibras de su propia estructura espiritual.

Comportamientos irregulares, actividades hirientes, acciones perversas ocultas que no fueron descubiertas se inscriben en la conciencia profunda como necesidad de reparación, que resurgen desde la nueva concepción cuando se producen los factores que los despiertan permitiendo su inmersión en el inconsciente, y pasan a trabajar al ser real conduciéndolo de la inseguridad inicial al miedo perturbador.

La reencarnación es un método para que el espíritu aprenda, obre, se eduque, se recupere cuando yerra y repare cuando se compromete negativamente. Como es inevitable que se produzca, la reencarnación funciona por automatismo de la Vida imponiendo las cargas de una experiencia en la siguiente, dentro de un natural mecanismo de evolución.

Inscritos los códigos de justicia en la conciencia individual, que representa la Conciencia Cósmica, nadie puede eximirse de sus dictámenes porque es un fenómeno automático e inmediato.

A cada acción le corresponde una reacción semejante portadora de la misma intensidad vibratoria. Cuando el efecto es reiterado, se manifiesta en forma predominante y permite los estados de liberación o de sufrimiento, según esté constituido su campo de energía.

El autodescubrimiento es la terapia saludable para identificar las causas generadoras y al mismo tiempo, para que se efectúe la concienciación de cuáles son los recursos que se pueden utilizar para la liberación.

Al conocer el factor responsable del miedo se antepondrá la confianza en las causas positivas que en el futuro producirán equilibrios de fácil adquisición.

Junto con las terapias académicas, conforme a la etiopatogenia del miedo en el ser humano, la renovación personal mediante el optimismo, la autoestima, el hábito de los ideales elevados, de la oración, de la meditación, constituyen eficaces recursos curativos para el propio encuentro, para la paz interior. El miedo es un enemigo mórbido que debe ser enfrentado con naturalidad mediante el ejercicio de la razón y de la lógica.

Entre las variadas expresiones del miedo, se destaca el de la muerte, herencia atávica de los arquetipos ancestrales, de las religiones castradoras y sin fundamentos, de los cultos bárbaros, de las coyunturas de lo desconocido, de las imágenes mitológicas que diseñaron en la estructura social las impresiones del temor, de los castigos eternos para las conciencias culpables, de los horrores sin nombre que el ser humano no tiene modo de asimilar...

El temor a la muerte, a veces patológico, se presenta tan penoso, que el individuo se mata con el fin de no aguardar a la muerte...

Comprensiblemente, desde el momento de la concepción se manifiesta el fenómeno de la transformación celular o muerte biológica. En ese proceso de incesantes modificaciones llega el momento de la detención final de los equipamientos biológicos, acontecimiento perfectamente natural, que no es el responsable de los miedos y terrores que han sido cultivados.

No es la primera vez que se produce la muerte del cuerpo en el viaje de la evolución de los seres. Por el hecho de que haya olvidado el fenómeno, de ninguna manera puede ser considerado como algo desconocido por el espíritu, porque lo ha vivenciado antes.

Una profundización mental demuestra que la muerte no duele, no produce terror, sino que es el estado psicológico de cada uno con relación a ella el que transfiere íntimas impresiones hacia lo exterior y da curso a manifestaciones desorientadas.

La Psicología Transpersonal lidia con el ser psíquico, el ser espiritual, sabe que está en proceso de evolución, que entra en el cuerpo — reencarnación — y sale de él — desencarnación - de la misma forma que el cuerpo se vale de las ropas necesarias e indispensables de acuerdo con las ocasiones. El simple hábito de dormir, cuando el ser se sumerge en la inconsciencia relativa, es una experiencia de muerte que debe servir de patrón comparativo para el fin del proceso biológico.

Según cómo el yo profundo considere a la muerte y la pueble de incertidumbres, de genios del mal, de regiones punitivas o de aniquilamiento, de esa forma la enfrentará. Sucede también lo opuesto. Vistiendo a la muerte con la esperanza de reencuentros felices, de aspiraciones ennoblecidas, de agradable despertar, se producirá el milagro de la vida.

El miedo a la muerte es consecuencia de la ignorancia de la realidad espiritual y del apego a lo transitorio físico.

Freud afirmaba que el instinto de la muerte es superior al de la conservación de la vida, y esto es perfectamente natural si se tiene en cuenta que el cuerpo es fenómeno y que pasa, mientras que la causa permanece, que es la energía, la vida en sí misma.

La psicoterapia preventiva, como curadora del miedo a la muerte, propone una conducta armónica con los niveles superiores de la conciencia despierta, lúcida, para avanzar hacia la trascendencia del yo hasta culminar en la identificación con la Conciencia Cósmica.

Pensar y actuar bien. Amar y amarse.

Servir como manera de ser feliz.

Vincularse a la Fuente de la Vida Perenne, Causal y Terminal.

Meditar para beneficiarse con el auto descubrimiento y convertirse en un agente de esperanza y de paz, he ahí la forma de vivir sin morir y morir para perpetuar la vida.

REFERENCIALES PARA LA IDENTIFICACIÓN DEL SÍ

Inevitablemente, las personas necesitan tener experiencias de algunos de esos escamoteos del ego, de sus juegos, porque carecen de estructura psicológica para soportar la realidad de la verdad.

El mecanismo de fuga puede constituir una necesidad de reprimir algo, para cuya manifestación el ser no se siente preparado. Siempre es un riesgo que imprevistamente se intente impulsar al individuo hacia el encuentro claro e inmediato con el sí, debido a la ausencia de valores íntimos que le permitan reconocerse frágil sin deprimirse, necesitado sin inseguridad con relación al futuro, desorientado, sin esperanza...

El ser psicológico es estructuralmente la suma de sus emociones y de las conquistas que caracterizan la individualidad personal en el proceso de evolución. Por tanto, la liberación de los complejos artificios de la fuga, se producirá a través de terapias adecuadas que posibilitarán la madurez psicológica para la autoestima y el enfrentamiento de la realidad soportable.

Toda tentativa de esgrimir la verdad — finalmente, la verdad de cada cual — puede derivar en un conflicto más grave. La caída de la máscara desnuda al individuo, y no siempre éste desea ser visto tal como es — incluso, porque se ignora. Con el descubrimiento prematuro, puede sufrir un shock o alienarse al saber que ha sido identificado de forma inadecuada, desagradable.

La verdad es absorbida poco a poco a través de la identificación de los valores reales, en detrimento de los aparentes, del descubrimiento del significado de la existencia y de su finalidad.

Las invitaciones existenciales que impulsan hacia lo exterior, hacia la apariencia, moldean la personalidad imponiendo innumerables mecanismos de sobrevivencia del ego, a los cuales se aferra el individuo, quien permanece ignorando su realidad y los relevantes objetivos de la vida. De ese modo, las ilusiones son comensales del individuo que se presenta conforme le gustaría ser y no de acuerdo con el sí, con el yo profundo, con lo que es. Extirparlas, es condenar al otro al desamparo, retirarle las muletas psicológicas de apoyo. Esto no significa apoyo a los comportamientos falsos, a las personalidades estereotipadas, sino que se refiere al derecho de cada uno de vivir como puede y no como le gustaría ser.

Es imprescindible ser leal, honesto consigo mismo, que el ser se desvele y se trabaje interiormente. La experiencia de la identificación del sí es un paso avanzado en el proceso del auto descubrimiento, de la propia madurez.

Esa búsqueda interior se expresa como una forma de insatisfacción con relación a lo ya conseguido: los valores que se poseen no llenan los espacios interiores y dejan vacíos emocionales; una necesidad de depuración psicológica, de superar los formalismos, los modismos, lo estatuido circunstancial, en los cuales la forma es más importante que el contenido, lo exterior es más relevante que lo interior; una conciencia lúcida que despierta hacia las planicies superiores de la existencia física; una incontentada aspiración por las conquistas metafísicas ante la vigencia permanente del fenómeno de la muerte que amenaza continuamente porque la transitoriedad de la experiencia física

es de escaso tiempo y posibilita la frustración; una imperiosa búsqueda de la paz desprovista de adornos y de condicionamientos, y un amplio anhelo de plenitud.

Con estos referenciales hay una inevitable auscultación psicológica de sí mismo, una búsqueda del sí, del conocimiento de uno mismo, con el fin de discernir bien lo que se anhela y para qué; lo que se posee y cuál es su aplicación; el análisis del futuro y cómo se presentará.

La emersión del sí y su predominio en el individuo es característica de cristificación, (sic) de liberación del dios interno, de plenitud. Cuando esto comienza, automáticamente se produce una transformación psicológica, la escala de valores se altera y el comportamiento cambia de expresión. La salud emocional y mental se establece y ofrece una visión correcta en torno de los accidentes orgánicos que ya no provocan más desequilibrios, y el fenómeno de la muerte se transforma en perfectamente natural, sin fantasmas terroríficos o anhelos de anticiparla.

Se produce la plena armonía entre el vivir — existencia física — y la Vida — realidad total. En razón del proceso reencarnatorio, el self; queda inmerso en la niebla carnal, adormecido por los tóxicos y vapores de la indumentaria física, bajo la presión de las experiencias humanas, de las relaciones sociales, en las cuales la astucia y no la sabiduría, la simulación y no la honestidad, la falacia y no el silencio promueven al individuo granjeándole un lugar destacado en la comunidad. Ese criterio, esa conducta irregular, impiden la liberación del sí.

Como efecto de la actitud del ego con relación al yo, predominan las psicopatologías que exigen un mayor conocimiento de las legítimas necesidades. La conquista del self es un proceso que debe comenzar inmediatamente recurriendo a terapias apropiadas y simultáneamente, a los recursos de la oración, de la meditación, de las acciones edificantes.

Cada logro permite la oportunidad de querer llegar a nuevos peldaños, lo que se torna un desafío atrayente, estimulante. Nadie puede pues detenerse en los niveles inferiores de conciencia y relegar a plano secundario el sí, a la realidad ambicionada.

8 - SILENCIO INTERIOR

DESIDENTIFICACIÓN.

LIBERACIÓN DE LOS CONTENIDOS NEGATIVOS.

LO ESENCIAL.

SILENCIO INTERIOR

La gran problemática desafío de la criatura humana es la adquisición de la paz. Cuando se empeña en su conquista, raramente busca y sigue los caminos ideales, idóneos, de conducir su meta.

Como vive una época de perturbación en las diversas áreas, se rebela con facilidad, aun cuando piensa estar en el rumbo correcto.

Atávicamente amante del ego, se aficiona a los valores externos, y ese comportamiento es el responsable de sus continuos fracasos.

Como no está equipada con los instrumentos interiores que la armonizarían en relación al prójimo y al Cosmos, se exaspera con frecuencia y se desanima ante los primeros obstáculos a los que considera no se pueden superar.

Adaptada a las conquistas exteriores de fácil logro abandona los propósitos iniciales de encontrar la paz y deja la postura de no violencia para unirse a los beligerantes, aunque enmascarando la agresividad.

La Tierra ha vivido siempre en guerra, y las Naciones sólo reposan en el espacio de tiempo que media entre los conflictos, yendo de un camino a otro sin encontrar aquel que preserve la tranquilidad general.

A esas guerras violentas le suceden los armisticios —que son pequeños períodos de reposo en los cuales los litigantes recuperan las fuerzas para nuevas contiendas — en los cuales siempre aparecen focos de destrucción ocasionados por motivos injustificables y sin ninguna razón, como si hubiera alguno legítimo para la manifestación macabra de las batallas sangrientas. Esto sucede, porque los individuos no tienen paz interior.

Desde el momento que no son capaces de tolerarse recíprocamente en pequeños grupos, no están en condiciones de respetar los tratados que ellos mismos han firmado, los cuales sólo ocultan su brutalidad, que adopta características de civilización y cultura.

Como consecuencia de ello, la paz mundial es aún una utopía, en razón de la falta de entereza moral y pacificadora de la propia criatura humana. Ese fenómeno es consecuencia de sus apegos egóticos, de sus fantasías doradas, de sus pasiones y de su voluptuosidad por la dominación de los otros.

Aficiones morales, emocionales, culturales, personales a objetos, a razas, a grupos sociales, son las fugas del ego arbitrario, ambicioso y loco, responsable de las lamentables disputas que, deterioradas, son los gérmenes de las guerras. Ese estado

psicológico de transferencia y proyección de la sombra de la personalidad inmadura es fruto de la confusión, de los intereses mezquinos y múltiples a los cuales se aferra, que lo conducen a desequilibrarse ante el orden, la naturaleza y la vida. Es indispensable una revisión del comportamiento humano, un estudio profundo con respecto al silencio íntimo, así como de la armonía interior. La única manera de lograrlos es viajar hacia adentro de sí mismo, dominar la mente impaciente — que los orientales llaman el "mono loco que salta de rama en rama" — e inducirla a la reflexión, al auto descubrimiento.

Hay quien teme la quietud porque cuando ésta se establece se produce la liberación del ego y el ser se ilumina. Todos somos esclavos de la mente.

El universo existe en razón de quien lo observa, de la mente que lo analiza, de la percepción con que lo abarca. Aquel cuya mente no dispone de ejercitación y lucidez no se da cuenta de la realidad, que para él tiene otros contenidos y significados. Ante esa conducta, habla y produce ruido. Es noble y útil cuando se comunica, y, no obstante, se torna grandioso si logra vivir en silencio mental.

Los contenidos psíquicos en relación al ego, cuando son captados por éste, constituyen la conciencia lúcida, y el silencio es de gran importancia para esa conquista.

El silencio interior está hecho de paz y de plenitud, cuando el ser comprende el significado de su vida y la trascendencia de su conducta en relación a los demás miembros que conforman el Cosmos.

Hoy, la Ciencia se une a la Religión, — se trata de una perfecta identificación del ego y del yo, del Logos y de Eros - se vinculan una a la otra, con lo cual pasan a contribuir en la felicidad humana sin enfrentamientos, como ocurrió otrora a través de absurdos antagonismos. Hasta este momento, la Ciencia se esforzaba solamente por el conocimiento, mientras la Religión buscaba sólo volver a unir al ser humano con el Creador, y marchaban separados, en oposición.

La Psicología Transpersonal, al estudiar los estados alterados de conciencia e ir más allá de la conciencia en sí misma, permitió la unión de las técnicas místicas de oriente con la razón de occidente, y favoreció la armonía entre Eros y Logos en beneficio de la individualización plena del ser.

Ahora, fe y razón marchan vinculadas y contribuyen para que surja el ser feliz. El silencio interior constituye el gran intermediario de la paz que proviene de esa unión, porque desarrolla en el individuo el sentimiento del amor — a Dios, a sí mismo, al prójimo — y este amor se transforma en el producto alquímico que diluye el odio, que vence las barreras que obstaculizan la fraternidad y la inunda con los recursos y contenidos psíquicos liberatorios.

El apego egoísta superado, cede lugar a la generosidad, a la entrega, y el individuo, libre de ataduras, en silencio interior, emprende la gran experiencia de vivir el self en armonía con las Leyes de la Vida. Esto es así, porque el nivel más elevado de la conciencia, por lo menos, en la graduación humana, es el cósmico, que proviene de la identificación entre el sí y el Universo, momento en el que el ser sumerge el pensamiento en Dios y se realiza totalmente.

DESIDENTIFICACIÓN

Podemos considerar que la personalidad humana está estructurada de esencia y sustancia. La primera, son las energías que proceden del Yo profundo, las vibraciones que fluyen de su causalidad, y la segunda, es la reunión de los contenidos psíquicos transformados en actos, experiencias, realizaciones, que provienen del ambiente, de las circunstancias y de las reminiscencias de existencias pasadas. Son las sustancias las responsables del ser porque propician su libertad o su esclavitud y dan nacimiento al yo.

En una persona media portadora de conciencia, sin la doble conquista del discernimiento y de la vivencia compatible, se estructura la ilusión y los engaños los cuales, al pasar a la posición de realidades únicas, ignoran, por efecto, la legítima Realidad.

Esa adulteración psicológica proporcionada por el ego que se entorpece y se engaña, contribuye para que se produzcan las experiencias utópicas y alienantes que alteran su conducta y se originen estados profundamente perturbadores.

El hábito y el cultivo de los pensamientos viciosos de cualquier naturaleza se convierten en las sustancias que forman la personalidad enfermiza, la cual se adapta a los factores disolventes rompiendo la línea del equilibrio y del discernimiento e impulsa a marchar por la senda de la irrealidad.

Sin duda, la persona portadora de sustancias fragmentadoras, transita en medio de una verdadera neblina, que es más compacta o más sutil según las fijaciones, los vicios a los cuales se aferra. Al identificarse con ideas que le resultan convenientes — algunas de procedencia psicopatológica — las adapta, las incorpora y deforma la personalidad. Esta irrealidad acabará por afectar su individualidad si no se resuelve a efectuar una psicoterapia específica y urgente. Esas identificaciones se manifiestan en las áreas fisiológica — como sensaciones — y psicológica — como emociones. Cada vez que la persona intenta la concienciación íntima, el encuentro con el Yo profundo, la búsqueda interior, las sensaciones que predominan en los ámbitos físicos perturban su decisión e impiden la experiencia. Son sensaciones visuales, gustativas, olfativas, auditivas, táctiles con las cuales se convive en régimen de esclavitud, que aparecen en el silencio, en la concentración, ocupan el espacio mental y desvían la atención de la meta que busca. Son ruidos externos que en otras circunstancias no son percibidos; imágenes visuales archivadas aparentemente olvidadas; olfacción excitada que provoca el apetito; pruritos y comezones que surgen simultáneamente en varias partes del cuerpo; salivación y deseo de alimentarse, que toman los centros de interés y los desvía de la finalidad libertadora.

Por otro lado, en las tentativas de silencio interior para lograr el reequilibrio de la personalidad, las sensaciones producen asociaciones de ideas que conducen a evocaciones insensatas.

La música y el perfume retornan a la sensibilidad orgánica e inducen a recuerdos que producen tribulaciones con lamentables anhelos de repetirlos y disfrutarlos nuevamente.

La mente viciada y el cuerpo satisfecho dificultan el despertar de la conciencia a la lucidez. Por eso mismo, la actividad de la desidentificación se torna urgente.

Mediante el cambio de los hábitos mentales, el cultivo de las ideas —sustituyendo las perturbadoras por las saludables, ya que todo espacio debe ser llenado — la ejercitación disciplinada de los pensamientos tratando de alterar los de los placeres y gozos ilusorios que deben ceder lugar a aquellos que se expresan como manifestación de la Realidad que otorga plenitud, se producirá la liberación de los vicios y fijaciones y dejará de identificarse con la conducta tormentosa.

Como envoltorios concéntricos que asfixian las irradiaciones del Yo real, las identificaciones deberán ser liberadas de adentro hacia fuera, por tanto, desde la esencia a la sustancia.

En la medida que la conciencia se desenreda de los obstáculos psíquicos, se logran más amplios descubrimientos en las áreas de las identificaciones que comienzan a ser diluidas y le permiten fulgurar cual estrella poderosa en el manto de la noche transparente.

Cuando la conciencia no se identifica con la personalidad fragmentada, enfermiza, tiene bienestar. Esa conquista, la de la conciencia plena, brinda alegría. Como consecuencia, el silencio interior consciente, responsable de la salud psíquica y emocional, predispone al ser al crecimiento de aspiraciones y al esfuerzo de los ideales de ennoblecimiento.

En esa fase de desidentificación y de lucidez plena, la conciencia se prepara para la conquista del estadio más elevado, por lo menos, en el área humana, que es la armonización total con la de naturaleza Cósmica.

LIBERACIÓN DE LOS CONTENIDOS NEGATIVOS

Debido al atavismo que predomina en su naturaleza, el hombre guarda las primeras expresiones de la conciencia en un nivel interior en el cual confunde el yo con el objeto; la suya es solamente una percepción sensorial.

La identificación con el propio cuerpo le brinda una conciencia orgánica deformada de la cual se libera poco a poco cuando avanza hacia la transferencia de ese contenido a otro nivel de discernimiento y de orientación.

En el proceso de evolución, debido a que permanece en las franjas del instinto que lo somete, va adquiriendo otros valores sin dejar de identificarse con los contenidos fijados; en razón de esto, la marcha es muy lenta.

La conciencia individual, que representa a la Cósmica, al principio, parece desviada y diferenciada. No obstante, el Dios en nosotros del concepto evangélico, se refleja en esa percepción embrionaria que se desarrollará a través de la sucesión de experiencias hasta liberarse y alcanzar la totalidad.

Generalmente de forma penosa, la liberación de los contenidos negativos — pasiones disolventes, apegos, ilusiones, sentimientos inferiores — posibilita los anhelos por las conquistas de otros niveles en los cuales el bienestar y la paz forman los nuevos hábitos, la nueva naturaleza del ser.

Al considerar patológicos los niveles superiores, la Psicología tradicional, define a cada uno de ellos con nomenclatura especial, por falta de interés en penetrar en los estados alterados de conciencia que la conducirían a constatar que el ser preexiste al cuerpo y sobrevive a la muerte.

En el nivel de conciencia inferior, los estados alterados demuestran que muchos de esos contenidos negativos que emergen y predominan proceden de reencarnaciones pasadas en las que no fueron liberados ni lograron diluirse a través de acciones ennoblecedoras.

Todos los contenidos primitivos provienen de realizaciones y fijaciones siempre anteriores, que solamente las disciplinas del esfuerzo, de la concentración, de la meditación para la acción, logran liberar.

En razón de eso, la meditación es una valiosa terapia para superar los contenidos negativos, con el objetivo de liberar el inconsciente en vez de oprimirlo o asfixiarlo, y lejos aún de concienciarlo, generar nuevas formulaciones e identificaciones actuales que aparecerán como recursos elevados en el futuro.

Todas las ideas que formulan la conciencia superior son unánimes, ya sea el orientalismo o la Psicología Transpersonal, en recurrir a la terapia de la meditación porque posibilita el auto conocimiento, llena los vacíos causados por la insatisfacción, anula el yo corporal —rico de necesidades de los sentidos— para despertar los ideales subjetivos, las transferencias metafísicas.

En el nivel de conciencia superior, el yo deja de ser más yo, para ser una síntesis y vibrar en armonía con el Todo.

Desaparece la fragmentación de la Unidad, y el equilibrio transpersonal sincroniza con la Conciencia Universal.

La característica fundamental del nivel inferior, por tanto, de la prevalencia de los contenidos negativos, es la fragilidad del Yo profundo ante las exigencias del ego atormentado que genera proyecciones de sombra y desarticula los proyectos de paz.

La Psicología espírita, a su vez, al tratar al hombre integral, distingue también en los contenidos psíquicos negativos la injerencia de mentes desencarnadas obsesoras que se complacen en el intercambio perturbador y producen malestar y aflicción en venganzas crueles mediante alienaciones de variados cursos. Al mismo tiempo, otros seres desencarnados, tan envidiosos como desdichados, vinculados a las criaturas humanas por afectividad mórbida o cruel falta de respeto, establecen fenómenos de hipnosis que retardan el desarrollo de la conciencia de aquellos que sufren su cerco.

En la psicoterapia espírita, el conocimiento de la supervivencia y de la interrelación entre los seres de las dos esferas física y espiritual, ofrece procesos liberadores centrados siempre en la transformación moral del paciente, en su renovación interior y en sus acciones edificantes, que posibilitan el discernimiento entre el bien y el mal y proporcionan la transferencia hacia un nivel superior en el cual es inaccesible la inducción perversa. En esa fase, la meditación, la búsqueda interior es relevante y científicamente básica para el proceso de crecimiento, de discernimiento, de lucidez.

El hombre avanza rumbo a su destino a paso lento en los primeros niveles de conciencia, por desinterés, por ignorancia, pero apresura la marcha en razón directa en que vence esos eslabones y descubre la excelencia de las conquistas con que se enriquece.

La liberación de los contenidos negativos es inevitable; no obstante, varios fenómenos patológicos y preferencias emocionales perturbadoras interfieren para que se mantengan, por eso es necesario que los psicoterapeutas atentos, insistan con esos pacientes para que se descubran y encuentren los beneficios de los niveles superiores.

La liberación es felicidad, y la conciencia enriquecida por los contenidos superiores significa plenitud, reino de los cielos, aún durante el tránsito terrestre.

LO ESENCIAL

Ante el inevitable proceso de crecimiento del Yo profundo, la vida asume características variadas y las oportunidades se presentan atrayentes porque seducen con la liberación, que sólo se logra a través de penosos esfuerzos.

En la fase inicial de la supremacía egocéntrica, el ser se proyecta en el mundo con el cual se identifica y queda preso en la maraña de las cosas exteriores bajo conflictos que no puede gobernar; esto casi siempre lo desequilibra y le produce estados neuróticos de insatisfacción, ansiedad, miedo o diversas alucinaciones.

El apego, esa fijación perturbadora a lo percedero, a lo que se pretende dar perennidad, se convierte en su meta existencial. Más tarde, en tentativas por deshacerse de la situación psicológica infantil, avanza a la posición egoísta, cultiva los valores personales narcisistas en los cuales se engolfa, y despierta amargado bajo los martillazos del tiempo degenerativo y de la tormentosa frustración. Casi siempre, lo esencial permanece en un plano secundario dentro del panorama psicológico de las aspiraciones conflictivas.

A medida que madura, se transfiere de las cosas y prisiones egóticas a la conquista de su realidad: el desarrollo del Yo profundo que debe predominar y conducir los anhelos y programas de liberación.

En brillantes y sucesivas tentativas de penetrar los niveles, los estadios de la conciencia, los psicólogos y otros estudiosos de las áreas de las ciencias psíquicas, diseñan una cartografía, que variando de escuela y de estadio, siguen los mismos procesos de desarrollo compatibles con el crecimiento del ser, según las experiencias que haya vivenciado en la búsqueda de la salud real.

Deseando ampliar el campo del análisis de sus pacientes, mientras Freud fundamentaba el Psicoanálisis y lo difundía, Roberto Assagioli, en Italia, al tener dificultades para aplicar en algunos de ellos las recomendaciones de la doctrina que absorbiera del maestro vienés, comenzó a trabajar en la organización de la Psicósíntesis, en la cual encontró mayores recursos terapéuticos para liberarlos, y amplió así los ámbitos de comprensión de las personalidades conflictivas.

Posteriormente, el bioquímico Robert De Ropp, al estudiar cariñosamente las reacciones cerebrales, entre otras experiencias, y buscando producir estados alterados de conciencia, formuló las bases y los paradigmas de su Psicología Creativa, inspirándose en las experiencias de George Ivanovitch Gurdieff, con sus complejas contribuciones psicológicas y cosmológicas místicas.

De Ropp, tratando de interpretar al maestro ruso, clasificó los niveles de conciencia en cinco estadios: conciencia de sueño sin sueños; de sueño con sueño; de sueño despierto; de trascendencia del yo y de conciencia cósmica. (*)

(*) Ver: Rumbo a las estrellas — Luis C. Postiglioni. capítulo 20. Varios Espíritus. Instituto de Difusión Espirita. Médiums y Mediúmnades. Espiritu Vianna de Carvalho. Capítulo 5- Editora Arte e Cultura. Nota de la Autora Espiritual.

Para él, el hombre evoluciona, a veces, de manera inesperada de un nivel a otro, especialmente en los dos primeros estadios de adormecimiento...

Mediante una psicoterapia perfeccionada y cuidadosos ejercicios, se logra avanzar por los diversos estadios hasta la etapa final, que se torna difícil de expresar verbalmente, por las emociones y descubrimientos logrados en ese momento de perfecta integración con lo que podríamos llamar el Logos, el pensamiento divino.

En el primer nivel — cuando se transita en el sueño sin sueños — sólo se exteriorizan los fenómenos orgánicos automáticos, sin el conocimiento de la conciencia, como: respiración, digestión, reproducción, circulación sanguínea...

La conciencia, como si estuviera anestesiada, no tiene una acción lúcida sobre los acontecimientos en torno de su propia existencia, y la ausencia de voluntad del individuo contribuye para que se produzca un lento tránsito del instinto a las zonas preliminares de la razón.

En el segundo nivel, el sueño con sueños, el hombre libera clichés y lentamente los incorpora a la realidad, pasando por las fases dramáticas — las pesadillas, los pavores — hacia los de la libido — acción de los estímulos sexuales — y los reveladores que corresponden a la parcial liberación del espíritu cuando el cuerpo está en reposo...

El desarrollo de la conciencia alcanza el tercer nivel, el del sueño despierto, en el cual, la determinación personal, aliada a la voluntad, conduce al ser a los ideales de ennoblecimiento, al descubrimiento de la finalidad de la existencia, a las aspiraciones de lo que es lo esencial, al encuentro consigo mismo, a la realización total. Naturalmente, a partir de ahí, asciende al cuarto estado, que es el descubrimiento de la trascendencia del yo, la identificación consigo mismo, con la consecuente liberación del Yo profundo, realizando la armonía íntima con los ideales superiores, su real objetivo psicológico existencial.

La superación de los conflictos, de las angustias, la desidentificación de los contenidos psicológicos afligentes, permiten la iluminación, y la próxima, es la meta de vincularse con la conciencia cósmica. No obstante, no siempre el hombre y la mujer logran alcanzar ese nivel ideal, fenómeno que, a pesar de todo se va a realizar a través de las reencarnaciones, que le permitirán triunfar sobre los karmas negativos, y paso a paso, mediante las leyes de causa y efecto, podrán lograrlo con esfuerzo continuo. De la

misma forma, la reencarnación aclara la cartografía de la conciencia de De Ropp cuando analiza los niveles que diferencian a los individuos en la inmensa masa humana.

Las experiencias acumuladas promueven o retienen al individuo en los fenómenos consecuentes de las acciones practicadas, y los beneficia o los aflige con las sombras que permanecen en ellos, dominadoras, como residuos espirituales. La conciencia los filtra y como no puede digerirlos, los transforma en conflictos, en perturbaciones, en estados psicopatológicos que requieren terapias especializadas y continuas.

No obstante, en cualquier nivel, a partir del sueño con sueños, la voluntad desempeña un rol relevante porque impulsa al ser a nuevas realizaciones y conquistas complementarias que enriquecen el arsenal psicológico, maduran lo esencial para la vida y seleccionan lo superfluo del almacenamiento egótico.

Psicoterapeuta Excepcional, con Su visión realista y creativa, Jesús definió la necesidad de buscar primero el reino de los Cielos, porque ese farol permitiría la conquista de todas las otras cosas. Es obvio, que al adquirir lo esencial, todas las otras cosas pierden su significado, porque carecen de valor frente a lo que sólo es fundamental. Asimismo, alertó sobre el dictamen de hacer al prójimo lo que nos agradecería que éste hiciera por nosotros, basando en el amor el proceso de liberación, en la acción edificante el medio de crecimiento, y en la oración fortalecedora la energía que proporciona la aspiración.

La ejecución de ese trabajo favorece la perfecta identificación del sentimiento con el conocimiento, y tiene como consecuencia la conquista del Yo profundo en sintonía con la Conciencia Cósmica.

9 - LA FELICIDAD

PLACER Y GOZO. LA FELICIDAD EN SÍ MISMA

CONDICIONES DE FELICIDAD

PLENITUD MEDIANTE LA FELICIDAD

PLACER Y GOZO

El sentido, el significado de la vida, se centra en buscar y encontrar la felicidad. Constituye el más frecuente desafío existencial responsable de continuas realizaciones humanas. Por eso, la felicidad se torna difícil de ser lograda, y generalmente, es muy compleja, porque difiere en contenido entre las personas en sí mismas y entre los grupos sociales. Confundida con el placer, pierde su verdadero carácter porque se vuelve frustrante y atormentadora.

El modo de comprender la felicidad es siempre distorsionado y conduce al individuo a considerar que cuando no se encuentra feliz, algo no está bien; esto es una conclusión incorrecta.

El sueño humano de la felicidad es color de rosa, está marcado por el confort, el ocio y el poder, gracias a los cuales se disfrutaría de bienestar y de gozo, que inadvertidamente son considerados su logro. Por supuesto, las personas ricas disponen de muchas horas vividas en esas condiciones sin considerarse felices, sino que más bien han estado tediosas, y el tedio es, sin duda, uno de sus grandes opuestos en cuyo interior fermentan muchas desgracias.

La felicidad se manifiesta mediante varios requisitos, entre otros, los de naturaleza cultural, atavismo que lega al individuo el medio social de donde se origina y en el cual se encuentra con su nivel de conciencia y de madurez psicológica.

Esos factores establecen las diferencias de cualidad de lo que es ser feliz frente a las variantes que imponen en los grupos y en los seres humanos, lo que demuestra que las aspiraciones de unos no siempre responden a las de los otros.

El nivel de conciencia y la madurez psicológica establecen los grados en los cuales se expresa, las realizaciones que conducen a la plenitud, a los estados de felicidad.

Cuando se persigue el gozo, el placer, se siente alegría cada vez que se los logra. Esos momentos son considerados de felicidad; no obstante, no corresponden al sentido profundo, de gran magnitud que ella tiene.

La interpretación equivocada conduce a búsquedas irreales que pierden su significado cuando se alteran los factores que la constituyen. Su enfoque en determinada época de la existencia cambia completamente en otro período.

La inmadurez psicológica de una fase, la juvenil, por ejemplo, predispone a aspirar una felicidad que cuando fue lograda, desaparece inmediatamente y al ser observada más

tarde, se presenta como desagradable, perturbadora. Por esa razón es necesario que se comprenda que la felicidad tiene que ver con lo que es el individuo y con lo que piensa ser. La diferencia entre lo que supone ser y su realidad le brinda la dimensión de su cuadro de deseos, de placeres y de gozos que interpreta como la búsqueda de la felicidad plena.

De este modo, la felicidad tiene que ver con la identificación del individuo con sus sentidos y sensaciones, con sus sentimientos y emociones, o con sus más elevadas aspiraciones idealistas, culturales, artísticas, religiosas, con la verdad.

En la fase de los sentidos, el gozo se transforma en insatisfacción, ansiedad o depresión después de haber sido disfrutado; en el período de los sentimientos, el placer incurre en pasiones posesivas que dan margen a tragedias y angustias después de haber sido saciados; en el ciclo idealista, religioso, trascendental, la búsqueda transpersonal fomenta el auto descubrimiento, la auto realización, la auto entrega en servicios desinteresados de liberación del ego y la participación en la vida, tanto individual como colectiva, de los seres, de la vida, de la Tierra...

Esa búsqueda es diferente de la ambición de ser virtuoso, en la cual enmascara el ego y se entrega a maceraciones que ocultan gozos patológicos o a narcisismos, en mecanismos de evasión de la realidad hacia planos egóticos, masoquistas-exhibicionistas, con apariencia de humildad y de renuncia. Esas expresiones de virtud, cuando son reales, son ignoradas por el propio postulante porque en él son naturales, sin los condimentos del placer insertados en la fuga psicológica que las adulteran.

Para que la identificación del individuo con su búsqueda de servicio sea legítima, tiene que haber una perfecta unión con el self de tal forma, que no haya diferencia entre dar y recibir, amar y ser amado, vivir y morir...

Hay quien afirma apresuradamente que la felicidad tiene que ver con el principio freudiano del placer, y que a través de ese comportamiento se podrían satisfacer las necesidades y evitar el dolor. No obstante, no se puede evitar el dolor. Considerarlo como un fenómeno natural del proceso de la evolución y encararlo como un instrumento de promoción del ser con relación a la vida, es la forma eficaz de lograr la alegría, de superar sus mecanismos desgastantes y los acontecimientos degradantes que, como no son comprendidos y aceptados con equilibrio, conducen a la infelicidad.

De la misma manera, la felicidad no consiste en la satisfacción de todo deseo del ego porque después de haber sido satisfecho, otro se manifiesta con vehemencia y genera ansiedad y malestar. Surge entonces la comprensión transpersonal de la existencia, y el deseo egotico cede lugar a la aspiración espiritual, a una búsqueda más profunda que no se identifica con los condicionamientos pasados, con personas y cosas. Probablemente, en esa búsqueda surgirán el sufrimiento, el malestar, que irán cediendo lugar a la armonía y al bienestar en la medida que se logren las bases que tienen como objetivo la realización de la plenitud. Lentamente desaparece la frustración de la vida cotidiana y se amplía el ámbito del idealismo y de la identificación con la deidad a través de la afirmación religiosa, o con el yo profundo, en una manifestación psicológica. Al principio, el camino de la búsqueda puede parecer oscuro como un túnel cuya claridad está distante, pero ésta adquiere mayor proporción cuanto más se acerque a la salida. A

esa búsqueda, como ocurre con cualquier otra, la realiza con la mente, que debe solucionar las dificultades en la medida que éstas se presenten y eliminar el sufrimiento perturbador; se trata de un continuo y lúcido trabajo interior.

En la búsqueda de la felicidad son inevitables los períodos de sufrimiento y de placer porque son fenómenos de la experiencia humana, de la realización del self no identificado con el ego.

Lo lamentable en ese hecho se produce con la aparición y el establecimiento del tormentoso sentimiento de culpa que niega inconscientemente al individuo el derecho de disfrutar de la felicidad o aún, del placer, sin el estigma del sufrimiento. Para escapar a su imposición, se busca el océano del gozo donde se ahogan los más elevados ideales en la denominada opción realista que, entretanto, consume los sentimientos y perturba las emociones porque los satura o los desborda, y los rebaja al nivel de las sensaciones.

Hay un mecanismo castrador que impide la experiencia del placer, que es la inhibición. Además de él, la conciencia de culpa conspira contra la realización de la felicidad. Tan arraigada se encuentra ésta en el ser humano, que cada vez que las circunstancias propician la presencia del placer — la persona cree que no merece disfrutarlo — o de la felicidad — el individuo recela vivirla y no se permite experimentarla — surge el temor de que algo malo le sucederá.

Para desarticular ese mecanismo conflictivo, es necesario efectuar una toma de conciencia de sí mismo y procurar descubrir la fuente que genera la inhibición con el fin de que se realice una psicoterapia libertadora conveniente, que puede tener origen en la conducta infantil — educación coercitiva, medio social asfixiante, familia dominante — o proceder de reencarnaciones pasadas — uso incorrecto del libre albedrío, conducta irregular, pasiones exageradas. Esa inhibición, asociada al sentimiento de culpa, castiga al ser, le impide disfrutar de los momentos de recreación, de ocio, y lo atormenta cuando no se encuentra produciendo algo concreto; esto se convierte en él en una necesidad compulsiva, por tanto, patológica.

Lógicamente, no se debe vivir en la ociosidad dorada, pero tampoco y exclusivamente, en una actividad estresante.

Existen ricas opciones en lo deportivo, un infinito panel de bellezas naturales que atraen constantemente, una amplia gama de sentimiento de lo bello que se pueden lograr mediante la lectura, el arte, la conversación, un bendito ámbito de idealismo a través de la plegaria, de la meditación, del control de la mente, que se transforman en tónicos revitalizadores para efectuar acciones que generen felicidad y de los cuales todos pueden y deben disponer cuando les plazca. Esos espacios entre las actividades, enriquecidos de placeres más amplios, son estímulos para la creatividad, para la liberación de las cargas psicológicas compresoras, para la autorrealización.

Esa búsqueda del self profundo debe superar y también romper las resistencias inhibitorias, el sentimiento de culpa, cuyas energías serán canalizadas para la conquista de la felicidad.

LA FELICIDAD EN SÍ MISMA

Considerada la felicidad como la armonía entre el ego y el self el descubrimiento de los valores profundos del ser y la conciencia de su legitimidad que induce a conquistarlos, a elegir los métodos para lograr la plenitud interior, es el próximo paso de esa búsqueda desafiadora.

Quien sitúe la felicidad en la conquista de títulos y triunfos mundanos, en el destaque social y de poder, en disfrutar de privilegios y de dinero, no salió aún de la periferia de lo inmediato de los placeres sensuales responsables de la competitividad y del desequilibrio de la emoción.

Jesús definió con firmeza el concepto pleno de la felicidad en el contenido del pensamiento mi reino no es de este mundo, porque tuvo en cuenta la fugacidad de la vida física, la transitoriedad del ser existencial terrestre en constante transformación, en su continuo venir-a-ser.

La criatura humana no es lo que se presenta ni cómo se encuentra. Ese estado pasajero es tránsito hacia lo que será. En el placer o en el sufrimiento, no se es eso, sino que se está eso, concienciándose del contínuum en el cual se encuentra inmerso.

El empeño en buscar la felicidad conduce a la elección de objetivos fuera del mundo físico. No obstante, no es necesario alienarse con el mundo, odiarlo, para conseguirla a través de transferencias y de fugas psicológicas. La meta más allá del mundo se establece como prioritaria porque en la vida terrestre, lo que se considera esencial en una etapa con determinada edad, en otra se transforma en una carga pesada, responsable de arrepentimientos y de angustias insoportables. De acuerdo con los cambios y las realizaciones culturales, los objetivos de la búsqueda cambian, se superan unos anhelos y surgen otros. Por eso, los valores sensuales tienden a producir vacío y las conquistas existencialistas pierden sus contenidos tan pronto son alcanzados, porque se transforman en tedio.

Parte de la Unidad Universal, e individual en ella, el ser humano puede disfrutar de los fenómenos existenciales sin abandonar la meta transpersonal como peldaños superados en la ascensión que lo conducirá a la planicie de la felicidad. Cuando se adquiere la conciencia de la unidad y de la valorización de sí mismo sin la presunción narcisista de darse excesiva importancia, se avanza en la búsqueda, se desarrolla interiormente, se enciende la luz de la determinación de ser feliz en toda circunstancia, en todos los momentos, placenteros o no. A pesar de que la felicidad no depende del placer, éste, bien estructurado, es su camino. Mientras tanto, su ausencia en nada afecta, porque la felicidad está por encima de las sensaciones y de las emociones inmediatas.

CONDICIONES DE FELICIDAD

Como consecuencia de un punto de vista caótico y pesimista de la vida se estableció que la felicidad es la consecuencia del triunfo en toda área que provenga de los placeres de rápido deleite, lo cual dio origen a los de naturaleza material, por tanto, sensuales, como el orgasmo, el dinero, el éxito, con todo el refinamiento de sucedáneos que van desde la alimentación hasta los relajantes baños, masajes, variaciones de la moda, frivolidades...

A pesar del bienestar que producen, estos placeres dan lugar a otras ansias que se convierten en tormentos — conscientes o no — los cuales generan conflictos por competitividad, como ante el inevitable desgaste corporal provocado por la edad y las enfermedades, por las fugas espectaculares hacia el alcohol, las drogas adictivas, el tabaco o las profundas depresiones...

Además de esos placeres, surgen como metas felices los placeres emocionales que inducen a las relaciones humanas de promoción, de liderazgo, y a exhibiciones sociales, políticas, económicas, religiosas, de gran valorización para el ego.

Esas metas que son gratificantes también tienen el sentido de lo efímero debido a que las relaciones son rápidas y perturbadores los estatus humanos, pues no llenan los vacíos interiores. Solamente cuando hay una reciprocidad honesta en esas relaciones, cuando el intercambio es leal y afectivo se establece la felicidad, ya que, desde el punto de vista psicológico transpersonal, la felicidad es el amar, es poseer la capacidad de amar plenamente, sin imposiciones ni pasiones egóticas.

Ese amor no pide, siempre da; no intenta modificar a los otros, siempre se perfecciona; no se rebela ni se decepciona porque nada espera en retribución; no se amarga ni se impacienta - irradia, cual admirable luz que al expandirse se potencia más.

Como ese amor no tiene apego, no es posesivo, se transforma en libertador, infinito, no se confunde con la búsqueda de la relación sexual, que puede estar insertada en él sin ser su causa. El placer que genera en la comunión de los sentidos no es fundamental, aunque contribuya.

La salud en sus variados aspectos depende mucho del amor, especialmente la salud psicológica, emocional, que deriva casi siempre de las relaciones íntimas conyugales, como mecanismo que completa la armonía personal. Esa contribución del amor preserva también el equilibrio mental sin el cual la felicidad es una utopía paranoica. En ese caso, la relación proporciona un bienestar tanto físico como espiritual, ya que no se los puede disociar mientras se está encarnado.

Para ese amor de plenitud es indispensable una entrega auténtica, sin subterfugios, sin apariencias; esto permite que desaparezcan las máscaras y las dependencias.

La felicidad se establece cuando los dos niveles — físico y mental — se armonizan, y brindan el placer emocional y transpersonal. En ese paso se alcanza, mediante la creatividad, el placer mental, la buena orientación de la mente que logra alterar la comprensión del mundo y la mejora. Ese sentido de la vida, esa finalidad, induce a sacrificios de bienes, de riquezas, de relaciones, para entregarse a la inspiración, al significado de la búsqueda de la felicidad. Ese placer no se restringe solamente al arte en sí mismo o a la cultura, sino a la vida y a sus valores, a las realizaciones en el ámbito personal para el bien de la humanidad y a la superación del ego.

Uno de los puntos claves de la desdicha, así como de los conflictos, reside en la evocación de los acontecimientos infantiles infelices que frecuentemente surgen como resentimientos y torturas. La creencia indebida de que la infancia tranquila, negligente, sin preocupaciones es un período sin traumas, no siempre corresponde a la realidad. Sin dudas, una infancia agradable es un factor positivo, pero no esencial para la felicidad.

Ciertas constricciones y castraciones, la relación con la madre, las inhibiciones y los miedos infantiles generan innegablemente tormentos que surgen y resurgen en todos los demás períodos de la existencia. A pesar de eso, en una visión transpersonal de la vida y del ser, cada uno trae consigo las predisposiciones comportamentales y kármicas para la actual experiencia, y convive con factores que merece porque le permiten madurar emocionalmente y predisponerse para la autorrealización.

Todo tipo de crecimiento, especialmente el psicológico, redundará en sufrimiento emocional. La liberación de una fase — infantil, adolescencia, edad de la razón — se produce como parto, con dolor, y culmina biológicamente en la tercera edad, cuando se produce la muerte del envoltorio carnal.

Los períodos infantiles y de adolescencia son decisivos en la existencia; todas las personas pasan por dificultades y crisis durante la formación de la personalidad, que favorecen los conflictos comprensibles los cuales conducen a la independencia personal. No todos logran vencer las tensiones internas y externas que se establecen a partir de entonces. No obstante, es en esa fase que se definen los rumbos futuros del comportamiento, y se necesitan psicoterapias emocionales y espirituales apropiadas para la liberación. Además, ese acontecimiento, feliz o desventurado y su aceptación, con el consecuente crecimiento, tiene que ver con la estructura profunda del self, la realidad del espíritu.

Naturalmente, los recuerdos infantiles positivos permanecen inmersos bajo los negativos, en razón de que lo desagradable marca al ser más que los otros, a los cuales se los debería tener más en cuenta. Se trata de un atavismo masoquista inconsciente que predomina en la naturaleza humana. De ese modo, los problemas existenciales pueden perturbar la identidad cuando el ser es frágil psicológicamente y carece espiritualmente de experiencias que lo desafíen. Aún en las infancias marcadas por dificultades, hay mucha belleza para recordar y momentos inolvidables que son inherentes a esa fase, con excepción de las personalidades psicópatas y retraídas que cultivan en su mutismo o exacerbación, los conflictos que padecen.

No obstante, sea cual fuere la herencia infantil que se tenga, la búsqueda de la felicidad debe proseguir sin solución de continuidad, especialmente, si las vivencias son conflictivas, porque, en este caso, el identificarse nuevamente con el self merece que se lo haga con mayor intensidad.

Avanzando terapéuticamente hacia la liberación de los traumas con la fijación de propósitos y logros de salud emocional, se consigue dar el primer paso hacia la conquista de la felicidad que luego se producirá.

En los períodos de formación de la personalidad — infancia y juventud — es común que se oriente al educando hacia las conquistas externas a cualquier precio, para lo cual se incentivan generalmente los valores sociales y económicos en detrimento de la realización interior. Sólo cuando se establecen metas de triunfo interior es que se logra la correcta identificación del ser con los legítimos objetivos de la reencarnación.

En esa fase de identificación, muchos individuos son inducidos a satisfacer las ambiciones malogradas o victoriosas de sus padres, educadores y jefes, que proyectan su sombra en los hijos, alumnos y subordinados sin pensar en la realización personal de

sus dependientes. Esa conducta es la responsable de muchos conflictos que impiden un discernimiento claro de lo que es realmente la felicidad. Ante eso, la edad de la razón puede presentarse con temores y perturbada por continuas crisis existenciales.

Constatar que las conquistas efectuadas no otorgan plenitud, defrauda las aspiraciones y quitan el sentido de la vida. El triunfo y el fracaso externo también producen la misma frustración e insatisfacción.

En ese período, la comprobación de que todo es efímero impulsa al ser hacia la felicidad, y es en ese nivel de conciencia que la búsqueda alcanza las elevadas planicies del amor desinteresado, de la paz interior y de la realización espiritual, que son las condiciones esenciales para culminar en el encuentro. A partir de ahí, la reflexión se torna frecuente, la oración es natural y la meditación es un reconfortante elemento normal. Cuando madura, el individuo irradia el bienestar de su mundo interior y pasa a disfrutar de la felicidad.

Esto no le impide tener problemas que administra con equilibrio, sin perturbación, sin deprimirse con ellos. Los problemas solucionados son los que proporcionan madurez y armonía interior. Sin ejercitarse con ellos el éxito es improbable.

PLENITUD MEDIANTE LA FELICIDAD

Todo emprendimiento proviene de una planificación mental y es factor de triunfo o no, de acuerdo con la intervención de la razón. Para alcanzar la plenitud del ser mediante la felicidad, la ejercitación mental y emocional es preponderante para facilitar el nivel de conciencia compatible. No hay victoria sin esfuerzo. Con la mente y la emoción serenas se vive el placer transpersonal que posibilita la plenitud y genera el ámbito para la capacitación intuitiva. Con ella, mediante el silencio de la mente y la calma de las ansiedades del cuerpo, el self es sondeado profundamente, su percepción de la realidad aumenta y permite la conquista del conocimiento — sabiduría que surge de la información y de la acción del amor — que lo proyecta en otras dimensiones del espíritu.

Al acrecentarse la conciencia, el ser alcanza la paranormalidad superior, se interrelaciona con los seres de franjas espirituales más elevadas y vive en plenitud dentro del cuerpo y fuera de él. De esta forma, logra la iluminación, la bienaventuranza, que son las máximas expresiones de la felicidad.

El encuentro con la vida espiritual pujante se convierte en una fuente perenne de alegría que se refleja en todas las cosas y en las personas. Por tanto, la conciencia iluminada es la responsable final de la felicidad. En el comienzo, apenas se la vislumbra, es intuitiva, hasta que se torna una realidad sin la necesidad de la alienación del mundo.

Todos los seres humanos tienen derecho a la felicidad y deben disfrutarla desde sus mínimas expresiones hasta las más grandiosas, en todo el panel de la existencia. A través de la visión transpersonal de la felicidad, todo y todos deben ser vistos, sentidos y amados como son. La conciencia los absorbe con su estructura. No obstante, es conveniente que la felicidad no sea el resultado de la inducción externa o de la

autosugestión, porque se transformaría en un engaño propuesto y logrado por el inconsciente.

La intimidad, la identificación con la unidad en forma persistente y natural, propician la manifestación de la felicidad y permiten al self pacificador una entrega consciente.

La felicidad es, por tanto, una forma de vivir, y para que sea permanente, es necesario que se haya adquirido el nivel de conciencia del espíritu; esto comienza cuando se descubre y se apunta a lo que realmente se desea de la vida, más allá de los niveles inmediatos del gozo y del placer.

10 - LA CONQUISTA DE SÍ MISMO

EL HOMBRE CONSCIENTE. TENER Y SER

LA CONQUISTA DE SÍ MISMO

EL HOMBRE CONSCIENTE

Gurdieff, el eminente psicólogo ruso, en un acertado análisis con respecto al hombre, se refirió a los dos estados con los cuales se presenta como consecuencia de su nivel de conciencia: adormecido y despierto.

El tránsito por la reencarnación le ofrece al ser la oportunidad de desarrollar los valores éticos y de ampliar su espacio mental para las conquistas relevantes. Al mismo tiempo, cuando la conciencia que antes era lúcida se encuentra entorpecida, el individuo se deja conducir a través de la inmersión en las distracciones, que se transforman en sus intereses máximos de lo cotidiano y se olvida de las cualidades superiores que son las que realmente producen la felicidad.

Esas distracciones captan su atención, detienen su proceso de búsqueda interior, lo impulsan a las fugas espectaculares, a las transferencias de las metas prioritarias, importantes, a aquellas otras que engañan, que lo apasionan y lo conducen a las conquistas vacías de las cosas, que no proporcionan más que el breve bienestar de la voluptuosidad egoísta del momento expresada en placeres que se esfuman rápidamente.

Cuando es convocado a realizar profundas reflexiones respecto de su realidad como ser inmortal, al encontrarse enlodado por las pasiones, no logra detenerse en un pormenorizado análisis de sí mismo porque sus pensamientos se expanden en varias direcciones y lo alejan del objetivo esencial que propicia el encuentro de sí mismo.

Saciado por el gozo, a pesar de estar atormentado por el deseo de nuevos placeres, su fijación mental sólo es posible cuando se refiere al área de las sensaciones en las cuales se revuelca hasta quedar exhausto, para volver otra vez a la situación anterior de insatisfacción y de ansiedad.

Acostumbrado a las ideas de lo inmediato que tienen respuestas momentáneas, toda proyección en el tiempo es un sacrificio vano para él, porque no se dispone a llevar adelante la propuesta inicial de una realización prolongada.

Los individuos psicológicamente adormecidos, aún son fisiológicos, a pesar de que puedan tener una proyección social y hasta ser bien considerados en ella.

Despertar significa identificar nuevos recursos que estén a su alcance, descubrir valores importantes que están desperdiciados, proponerse nuevos significados para la vida que antes no habían sido percibidos...

El despertar aparta el velo de la ilusión y permite la percepción de la realidad que no es efímera, sino aquella que precede a la forma y que permanece después de su separación. Estar despierto es encontrarse, participar de la vida vibrante y realizar todo con integral

lucidez. Y aún el acto de dormir para obtener reposo físico, como ya tiene conocimiento de su objetivo, se torna un fenómeno de armonía, sin los asaltos de los clichés mentales archivados que se manifiestan en forma de tormentosas pesadillas.

La fijación del despertar proviene de los insistentes y continuos espacios de la mente cubiertos por el deseo vehemente de adquirir lucidez.

Todo aquello que hace, lo realiza en forma consciente, desde el acto de rascarse cuando está concentrado, hasta el de superar el cansancio con todo su séquito de indisposiciones orgánicas y psíquicas.

Estar despierto es más que encontrarse vivo desde el punto de vista fisiológico; supera los automatismos para situarse en las realizaciones de la inteligencia y del sentimiento ennoblecido.

A las distracciones se las enmascara hábilmente, con el pretexto del trabajo exhaustivo se las justifica con el reposo prolongado, con extensas conversaciones, con caminatas y gimnasias que consumen horas y que, no obstante ser útiles, desvían de la meta esencial, que es el despertar de sí mismo.

Hay una generalizada preferencia humana por las distracciones, por la fuga de la realidad, por consumir el tiempo y la salud en lo secundario, y esto se debe por falta de consideración o por ignorancia de lo esencial.

Lentamente, a través de un proceso de saturación de las distracciones o por el imperativo de nuevas reencarnaciones, el hombre aspira a la conquista de otros niveles de conciencia, emerge del sueño y comienza a identificar el atraso en que se encuentra ante las infinitas posibilidades de que dispone.

Entonces, cambia su enfoque hacia la propia identificación, y comprende que el amplio período del sueño es el responsable de los innumerables conflictos que lo perturban, de las contradicciones entre lo que piensa y lo que hace, entre lo que aspira y lo que realiza, y mantiene la sensación permanente de estar incompleto.

Cuando está anestesiado en el nivel del sueño, siente la misma necesidad de completarse, pero no identifica los medios para la tentativa y se arroja más aún en las experiencias del instinto, frustrándose, sufriendo.

La razón lo impulsa a la toma de conciencia, y en este estado, a medida que se involucra en la liberación de las cargas psicológicas opresoras que lo asfixian, comienza a disfrutar de emociones que lo embelesan y aumenta el número de vivencias, de logros interiores, que se transforman en peldaños que debe subir teniendo como objetivo la cumbre, que será la perfecta concienciación de sí mismo.

Ser consciente significa, estar despierto, ser responsable, no arrogante, no sumiso, libre de ataduras, liberado del pasado y del futuro.

Cada momento actual es magno en la vida del hombre consciente, y todo aquello que se propone realizar, en lugar de transformarse en un desafío, es un estímulo para proseguir serenamente su iluminación interior. Utiliza la inteligencia y aplica el sentimiento en perfecta interacción; avanza siempre, sin retrocesos ni amarguras.

Ciertamente, sufre las contingencias de la vida social, de los prejuicios políticos, de las imposiciones del cuerpo, sin que esos acontecimientos lo desanimen o lo tornen desdichado.

Consciente de esos fenómenos se dedica más a la búsqueda de la armonía, y conquista nuevas áreas que antes eran desconocidas para él.

Actúa siempre con lucidez, y cada compromiso que asume lo cumple en paz, sin la preocupación de la victoria exterior o de la superación.

La autoconquista es para él un crecimiento natural, no lo perturba, porque está señalado por la profundidad del enfoque que le da a la vida, totalmente diverso de lo común, que la traslada a lo transpersonal, por tanto, a lo espiritual.

Como armoniza aspiraciones y luchas, búsquedas y realizaciones, el hombre consciente vive integralmente todos los momentos, todas las acciones, todos los sentimientos, todas las aspiraciones.

TENER Y SER

Quedan de la infancia física señales de inseguridad, y perduran los conflictos en la edad adulta debido a la falta de madurez psicológica del ser, que se manifiestan como apegos a las cosas y a las personas, con el consecuente rechazo de sí mismo, inestabilidad emocional y discordancia social.

Al utilizar los conocidos mecanismos de evasión de la responsabilidad y sintiéndose frágil, el individuo busca la autorrealización, y para lograrlo, fija su atención en valores externos como una forma de destacarse dentro del grupo social ignorando su realidad profunda.

Los sentimientos egocéntricos comienzan a perturbarlo, e inconscientemente, cree que merece todo en lugar destacado, sin tener consideración por los demás. Cuando esto no sucede, surgen de él las señales predominantes del egoísmo y comienza a reunir recursos que acumula para satisfacer el ego, aún cuando haya alcanzado el pináculo del poder ganancioso.

La inmadurez lo embrutece y obnubila su razón asfixiada por los tormentos del tener, los cuales enloquecen poco a poco a su víctima, cada vez más ansiosa por obtener nuevos haberes.

Nadie vive bien sin la seguridad en sí mismo. Cuando ésta no emana del propio encuentro libertador, se la busca a través de medios exteriores que envuelven al poseedor en preocupaciones para aumentarlas, en miedos a perderlas, y pasa a la angustia de asegurar mejor su retención. Como efecto, es traicionado por la voluptuosidad de la posesión, y es poseído por el objeto que supone poseer.

Se despierta en él un creciente grado de avaricia que lo oprime, y después de la fugaz alegría de la posesión material, se transfiere hacia la ilusión de la dominación arbitraria de otras vidas, de otras personas, porque cree que es capaz de retenerlas, de subyugarlas como una conquista más.

Se desprecia a sí mismo debido a su inseguridad interior; no se considera merecedor de afectos, y supone que todos aquellos que se acercan a él están interesados en lo que tiene, no en lo que es.

Como se siente sin posibilidad de amar, pese a que irrumpen en él episodios de afectividad que convierte en pasiones de gozo inmediato, no cree que pueda ser amado con desinterés por sus haberes. Si esto no sucede, al contraer matrimonio, lo hace mediante cláusulas de separación de bienes, bienes que son la base de su seguridad en el inconsciente.

Con su percepción insensibilizada, mide los fenómenos existenciales con los instrumentos de la actividad contable y considera triunfadores sólo a aquellos que disponen de cuentas bancarias voluminosas, amplios latifundios y semovientes que se reproducen a millares.

Su loca ambición lo convierte en misántropo, lo detiene en el pórtico de las grandes realizaciones sin coraje moral para atravesarlo, y lo torna mezquino. Si vence el miedo de donar algo y lo realiza, necesita sentir el ego recompensado por la gratitud, mecanismo por el cual pasa a la condición de benefactor, cuando todo en el mundo, en su carácter transitorio, convierten a los individuos afortunados en mayordomos que deberán rendir cuentas, o en servidores encargados de aplicarlos bien, como nos indica la enseñanza de Jesús a través de la parábola de los talentos en el Evangelio.

El buen inversor, más allá de los lucros que reciba, vive el júbilo de la realización, la inmensa alegría del servicio efectuado que se exterioriza en el bienestar que proporciona.

Nadie tiene nada en el mundo: ni el cuerpo, ni los valores en dinero, ni las personas bajo su dominio... La incesante transformación que rige el Cosmos lo cambia todo a cada instante, y el vivo de ahora estará muerto más tarde; el dominador se convierte en víctima; el cuerpo se diluye; los objetos cambian de manos...

Todo aquel que busca la posesión, el tener y retener, permanece vacío de sentimientos, y porque no es nada, se llena de artefactos y de cosas brillantes, pero muertas, con lo cual prosigue lleno de espacios y abarrotado de preocupaciones afligentes.

El objetivo de la vida humana parte del punto inicial en el cuerpo — la infancia — y crece sin perder el contacto con su realidad original, porque es un ser trascendental. Cuando llega a la realización de la conciencia, debe expandirla mientras más se interna en sí mismo y descubre nuevas potencialidades a desarrollar.

El ser consciente de sí mismo es la meta existencial para lograr el amor a sí mismo que amplía la bondad, la compasión, la acción benéfica en favor del prójimo.

Algunos psicólogos transpersonales llegan a la conclusión de que la meditación trascendental — abstracta — los sentimientos de amor y la propia entrega — concretos — deben prevalecer y emular al individuo a ser integral, realizado, capacitado para la felicidad. Entonces los conflictos ceden lugar cuando sus espacios son cubiertos por realizaciones importantes, libertadoras.

La auto-valorización no egoísta, sin pretensiones, permite el encuentro del self que se descubre con infinitas posibilidades. Se rompen los límites mezquinos y se amplían las áreas de producción que engrandecen.

Propia de ese período, la madurez psicológica permite que el individuo crezca siempre cada vez más al reconocer su pequeñez, que se acrecienta ante la excelencia de la Vida que conquista.

El individualismo que prevalecía en él, da lugar al amor que convive y se expande hacia los demás, hacia aquellos que constituyen la sociedad en la cual se encuentra, y comienza a trabajarla con el fin de que también ella sea feliz.

La vanidad, el narcisismo que existían en su personalidad, desaparecen por ausencia de la vitalidad que le suministraba el ego inseguro, que tenía necesidad de sobrevivir, ya que el self se encontraba enterrado en el desconocimiento.

La conquista del sí, es una realización que no depende del tener, del retener, sino que no prescinde del interés y de la lucha empeñada para ser.

La seguridad psicológica del individuo se centraliza en el autoconocimiento, en la propia identificación, en el amor por sí mismo, en el ser.

LA CONQUISTA DL SÍ MISMO

La adquisición de la conciencia requiere tiempo y esfuerzo humano, y se ha convertido en el gran desafío del proceso evolutivo del ser.

Los preliminares surgen en la fase del instinto, abriendo espacio para lograr la razón como fenómeno natural del desarrollo antropológico-psicológico-sociológico de la criatura humana.

El discernimiento entre el bien y el mal, lo correcto y de lo equivocado y las adquisiciones ético-morales surgen como crecimiento espontáneo de la esencia divina de la cual está constituido el espíritu; no obstante, el perfeccionamiento y la profundidad de esos valores, dependen del empeño, del interés, de las realizaciones de cada uno.

Herederos de los arquetipos remotos de sus antepasados, el individuo mantiene por atavismos religiosos y culturales, la conciencia de culpa, especialmente, los occidentales, víctimas de las herencias Judeo-cristianas en lo referente a la desobediencia de Eva en el paraíso, y al fratricidio cometido por Caín contra Abel.

La divina punición de Dios por la rebeldía de la mujer y por la insensatez del hombre que la siguió en el error es el responsable del sufrimiento que los acicatea, así como la expulsión del criminal aumenta su angustia, dando margen a celos enfermizos y a la rabia, si se tiene en cuenta la preferencia injustificable de Dios por Abel, cuyas ofrendas Le agradaban más...

La absurda aceptación literal del texto bíblico que tiene carácter simbólico, quizás para demostrar el momento en que surge la conciencia — cuando el ser puede diferenciar lo que debe de aquello que no le es lícito realizar, y sale del automatismo del instinto hacia la selección del discernimiento racional representados en el mito del Árbol del

conocimiento del bien y del mal— generó conflictos que aún perduran en las vidas psicológicamente inmaduras, debido a interpretaciones apasionadas y fanáticas.

En la fase del instinto, los fenómenos biológicos automáticos no presentan dolores, los cuales aumentan según sea más depurada la sensibilidad, como sucede en el parto, que pasó a ser una punición divina y convirtió a la procreación en un verdadero castigo, fruto aún de la desobediencia que milenariamente transformó la comunión sexual en algo condenable e impuro desde el punto de vista puritano e hipócrita.

Fuente de la vida, el sexo es instrumento para la perpetuación de la especie, no merecedor de condena. El ultraje y la vulgaridad, la nobleza y la acción amorosa mediante los cuales se expresa, dependen de su usuario, no de la función en sí misma. De la misma manera, la arbitraria elección celestial de uno por otro hermano, ambos generados en circunstancias iguales, tendría que despertar sentimientos contradictorios de celos y de rabia en el rechazado, que inevitablemente lo conduciría al horrible fratricidio...

De generación en generación, el niño que se sentía despreciado desarrolló esos sentimientos perversos y perturbó el desarrollo de la conciencia y la consecuente conquista de sí mismo. En toda actividad, competitiva o no, el inconsciente desata la inseguridad infantil allí adormecida, y surgen los conflictos, la desdicha, la desconfianza desastrosa. No obstante, gracias a la reencarnación, el progreso del ser es imperioso, inevitable, y los mecanismos de la evolución se manifiestan burilándolo y promovándolo a niveles y estratos cada vez más elevados, hasta que el ser, libre de conflictos, conquiste los sentimientos que canalizará hacia nuevas metas, que logra al realizarse, al sentirse pleno.

Ya no lucha contra las cosas, sino que lucha por las cosas que aprende a seleccionar y calificar, y abandona, por superación, las pasiones disolventes fijando los valores que ennoblecen.

Al percibirse instrumento de la vida que forma parte de la armonía del Universo, el individuo supera la rabia por ausencia de los celos, y no compite para destruir, sino que trabaja para fomentar el progreso en el cual se compromete y realiza. Por tanto, la conquista de sí mismo procede de la madurez psicológica a través de la racionalización de los acontecimientos y debido a las realizaciones de solidaridad que posibilitan la superación de las pruebas y de los sufrimientos, los cuales pasan entonces a tener un comportamiento filosófico dignificante — instrumentos de valorización de la vida — en lugar de ser castigos por la culpa que yace oculta en su mundo interior.

La liberación de esa conciencia enfermiza posibilita la comprensión del mecanismo de la responsabilidad en el comportamiento que establece el lema: A cada uno según sus actos, como lo enseñó el Terapeuta Galileo.

Señor del discernimiento, el hombre descubre que recoge de acuerdo con lo que siembra y que todo cuanto le acontece le corresponde, sin tener un carácter castrador o punitivo. Se siente emulado a generar nuevos efectos futuros, a actuar con conciencia y a producir con equidad. Esa conducta le proporciona la alegría que proviene de la tranquilidad de la realización, porque sabe que siempre es tiempo de reparar y que la postergación es perjuicio para la economía de su plenitud.

El hombre que se conquista supera los mecanismos de fuga, de transferencia de responsabilidad, de rechazo y otros, para enfrentarse a sí mismo sin acusaciones, sin justificación, sin perdón.

Descubre la vida y que está vivo, que hoy es su día y que debe utilizarlo apropiadamente y con sabiduría. No tiene pasado ni futuro en este tiempo atemporal de la relatividad terrestre, y la suya es una conciencia actual, fértil, rica en aspiraciones, que busca su integración en la Cósmica, de la que ya disfruta y que vive en las expresiones del amor a todo y a todos intensamente.

La conquista de sí mismo se logra mediante el querer.

Jesús afirmó que se podía hacer todo cuanto Él hace, si se quisiera; sólo basta esforzarse y entregarse a la realización. Para ello, sería necesaria la fe en sí mismo, en los valores intrínsecos que serían desarrollados a partir del momento de la opción.

Francisco de Asís, el santo, así lo quiso y lo consiguió.

Apóstoles del bien, de la ciencia, de la fe, del pensamiento y de la acción, quisieron y lo lograron.

Hombres y mujeres anónimos se entregaron a los ideales que vitalizaron sus existencias, y al superarse a sí mismos, se auto conquistaron.

La conquista de sí mismo está al alcance del querer para ser, del esforzarse para triunfar, del vivir para no morir jamás...