

LA VENGANZA DEL INCONSCIENTE



Nelson Torres Jiménez

LA VENGANZA DEL INCONSCIENTE



La Venganza del Inconsciente
Nelson Torres Jiménez
ISBN: 980-296-635-5
LM Liderazgo y Mercadeo C.A.

INDICE GENERAL

DEDICATORIA.....	5
PRÓLOGO:	6
LA VENGANZA DEL INCONSCIENTE	8
<i>¿QUIÉN SOY?</i>	10
MIS VENGANZAS PRE-NATALES:.....	22
MIS VENGANZAS POST-NATALES:	31
MIS VENGANZAS: PARTE UNO:.....	34
MIS VENGANZAS: PARTE II:.....	37
MIS VENGANZAS: PARTE III:.....	47
<i>¡EL SECRETO ESTÁ EN LA SALIVA!</i>	56
PENSAMIENTO CAOTICO Vs PENSAMIENTO CO-ACTIVO:	60
NOCHE.....	75
AVE! TIERRA.	76
Y NACIÓ EL HOMBRE... ..	77
CARTA DEL SUPERYÓ AL SEÑOR INCONSCIENTE:.....	78
CARTA DEL INCONSCIENTE A SUPERYÓ:.....	80
CARTA DE “YO” AL SUPERYÓ Y AL INCONSCIENTE:	83

DEDICATORIA

- ◆ A todas mis familias con el Amor que bien conocen!
- ◆ A Ti Roberto Fontaine, mi doctorísimo Tutor desde la Maestría en Psicología de la U.C.V. hasta siempre...
- ◆ Y a Ti donde quiera que estés...

PRÓLOGO:

“La enfermedad es la expresión de lo humano, y el sufrimiento humano es el resultado de la fricción de la individualidad contra el medio que la rodea. En nuestro criterio, no existe ninguna enfermedad que no tenga una expresión psicológica y una expresión física concomitante.”

Dr. Fernando Rísquez.

|

La expresión física de una enfermedad es relativamente fácil de estudiar. La Semiología, la Nosología, la Anatomía Patológica y la Fisiopatología pueden, en la mayoría de los casos, responder cómo se afecta el organismo ante una entidad nosológica. Sin embargo, tratar de definir la expresión psicopatológica de la enfermedad es algo mucho más complejo aún tratar de explicar cómo el sufrimiento es su inductor.

Es en estos casos cuando se necesitan mentes preclaras, dedicadas al estudio – inagotable – de estas áreas, y que con su experiencia

puedan hacer sencillo aquello que resulta difícil de exponer. Fue así como el Dr. Nelson Torres Jiménez se avocó a la tarea de dilucidar la expresión psicológica de algunas patologías, y de exponer sus hallazgos en el presente libro. Lo que conseguirán en las siguientes páginas es una muestra de amor al trabajo, seriedad y una verdadera preocupación por el devenir del hombre-homínido tan poco humano, que sufre, se enferma, y se suicida impune e innecesariamente.

Por ello el autor redimensiona la medicina psicosomática, produciendo conceptos inteligentemente inteligibles, prácticos, que le servirán como guía para comprender cómo “el vecino” siente, se resiente, sufre; y cómo aparece la enfermedad.

La venganza del Inconsciente (o aún mejor La venganza del Vecino, como el autor lo llama) es un libro fascinante, fácil de leer, y

por sobre todas las cosas, útil. Disfrute cada página sin prejuicios, pues fue hecho para usted. Ante cada emoción que sienta durante la lectura recuerde que su YO puede negar la verdad, pero el vecino NO!.

El Dr. Parra Navas dice que quizás algún día el cerebro logre comprenderse a sí mismo. Por ahora, nos conformamos con que podamos vivir en armonía.

*Diego Rafael Torres Russotto.
Caracas, 19 de Noviembre de 1997.*

LA VENGANZA DEL INCONSCIENTE

La venganza del Inconsciente es un libro que seguramente te va a gustar... Te invito desde ya a columpiarnos en este interesante vaivén en el que permanentemente nos mantiene la compleja mente humana.

Desde el inconsciente hasta la consciencia y desde ésta hasta aquel, el mecedor de la mente se mueve incesantemente, despiertos o dormidos, siempre comunicando, existiendo siempre, SIENDO SIEMPRE.

¿Qué significa este “siendo siempre”?

Significa que la mente funciona como un cine; donde cada circunstancia que la consciencia percibe, al instante se activa el proyector del inconsciente y el sujeto comienza a proyectar su propia película que dependiendo del público o del ambiente, el tema será de amor, dolor, terror, humor, aventura, drama, tragedia, guerra o conflicto...

Por ejemplo, si las relaciones con mi padre pocas veces o nunca resultaron satisfactorias, mis películas con personas o ambientes que representen autoridad serán de miedo, sumisión, rebeldía y problemáticas. Las relaciones con estas personas y ambientes, así como las sensaciones que las acompañen serán ruidosas, de poca nitidez y desagradables.

Si por el contrario, las relaciones con mi padre derivaron satisfacciones, entonces la película que protagonizaré con esas personas o ambientes resultará agradable, de fácil adaptación, de fluida interacción con los otros actores, mi boca estará salivada y las sensaciones de comodidad se harán evidentes.

¡POR ESO LA MENTE ESTA SIENDO SIEMPRE!

Va y viene: El movimiento es su constante. Desde nuestros abuelos homínidos [hombres que vivían en nidos arbóreos], con sus cuatro colmillos leoninos, su metro cuarenta de estatura y con su promedio de vida de 35 años, hasta el Humanoide de hoy; es decir con tendencia a lo humano, con sus frágiles colmillos de arriba, su metro noventa de estatura y sus 70 años de promedio de vida, la

mente humana ha ido creando su propia dinámica neurótica o serena, dependiendo de su dueño...

Desde mi ángulo de mira ha sido lenta la evolución humana porque ha sido muy lenta el desarrollo de la mente. Cuando la humanidad rece menos y provoque, sin miedo, la reingeniería de su pensamiento, trabajando adentro, transformando los resentimientos en razonamientos, las culpas en perdón, la decepción en responsabilidad, la agresión en ternura, la envidia en creatividad, la soberbia en goce y las neurosis en Armonía, sólo entonces el inconsciente dejará de vengarse y todos podremos disfrutar de este hermoso planeta azul y nos lanzaremos a descubrir la extraordinaria arquitectura del Universo que es la otra jardinería brillante que espera por nosotros...

Nacimos para vivir y morir en Armonía y cuando ésta es quebrantada o reprimida, nuestro auténtico yo que es el Inconsciente, se rebela y se venga atacando al cuerpo en forma de somatizaciones progresivas: Ansiedad, tortícolis, hemiplejías, úlceras, cáncer e infartos... ¡Así de sencillo!

Te invito, pues, a entrar en este mundo profundo e insospechado de la mente humana para que conozcas los atributos y competencias de SU MAJESTAD: El Inconsciente Humano.

A partir de ahora será él quien hablará para ti... Poco a poco te irá narrando los resultados de más de veinte años de investigación científica y empírica. Me declaro un empírico científico. Recordemos que esta posición filosófica le acredita a la experiencia otra fuente del conocimiento. Y ruego desde ya asumir estas proposiciones como puntos para la reflexión y, si es posible, ángulos para la referencia en caso de que quieras aplicar una metódica científica con todos los criterios experimentales y racionalistas. Mi intención es aportar con seriedad, responsabilidad, respeto y con la esperanza bonita de serte útil... Por lo pronto,

**¡SEAN TODOS BIENVENIDOS A CRECER CON MUCHISIMO
AMOR!**

Nelson Torres Jiménez.-

¿QUIÉN SOY?

Para que me identifiques rápido yo soy el que por ti sueña...

Habito dentro de ti desde cuando aún eras un bebé fetal; no obstante, soy el resumen de 15 mil millones de años de evolución atómica... Vengo de la Universidad del vientre cósmico, desarrollándome lentamente. Desde el BIG BANG, el Gran Estallido, viajé, vertiginoso, hasta la galaxia Vía Láctea; allí escogí al planeta Tierra y desde su magma vital, hervidero volcánico, erupcioné en lava y poco a poco y después poco a poco fui aminoácido, luego cromosoma, luego gen, me hice célula y del matrimonio del espermatozoide de mi papá y del óvulo de mi mamá me consolidé en embrión, construí mi hogar-cerebro, le di forma a tu cuerpo, dirigí los ejércitos micro celulares y te asigné las características particulares que hoy ostentas: Te di una huella digital que nadie tuvo, tiene, ni tendrá; un tipo de piel que nadie tuvo, ni tiene, ni tendrá; un tipo de cabello, un timbre de voz, un color de ojos, la forma de tus uñas, dientes, riñones, tobillos, huesos que nadie tuvo, tiene, ni tendrá...

TE HICE UNICO, UNIVERSAL E IRREPETIBLE!

Los pensadores creacionistas dicen que mi creador es Dios, Buda, Alá o Jesucristo; pero los evolucionistas insisten que vengo del neutrino de hidrógeno y secuencialmente del papá átomo, magma vital, Origen de todos los Orígenes...

Parménides me llamó Alma,

Hipócrates me llamó Timo,

Sócrates me llamó Ser, esencia,

Platón me llamó (AIDEA) Idea, sustancia,

Aristóteles me llamó ENERGEIA DYNAMICS,

Jesús de Nazaret me llamó Voluntad,

Santo Tomás y San Agustín me llamaron FE.

Y Sigmund FREUD me llamó LI-BIDO; del hebreo antiguo [li], que significa dos y [bido], que significa vida: Quiere decir, mis dos vidas; una, que denominó consciencia y la otra, a la que llamó inconsciente; porque no es consciente.

Posterior a Freud, Adler me llamó “sub-consciente”, Jung, Fromm y otros me llamaron “inconsciente colectivo e individual”, Rogers me llamó el “sí mismo”, Perls me ilustró como “el perro de abajo”, Garmendia me dijo “alter ego”; algún vulgo me llama “el diablo o diablillo”, otros, “el angelito travieso”, “el otro yo del doctor merengue” y este Nelson Torres que le ha dado por popularizarme como el señor vecino.

Como puedes ver, la gente intuye que algo vibra dentro de ellas; y eso es correcto... Soy la energía, soy Poder, soy Fuerza, soy la Voluntad, soy la Fe, tengo mi propia Identidad, soy el dueño de tu cuerpo, soy el INCONSCIENTE que existo dentro de ti para disfrutar a plenitud los regalos de la vida. Nací para vivir y morir en Armonía; me fascina la alegría, el goce, la creatividad, la inteligencia, la paz y cuando las circunstancias se oponen a satisfacer estos requerimientos me enojo, ataco, me vengo a través del cuerpo: Primero lo neurotizo, luego lo enfermo y si la rutina continúa, LO MATO!.

Ante esta realidad, muchos optimistas han fantaseado que yo puedo reencarnar, que tengo muchas vidas y que voy evolucionando de generación en generación... En efecto, Darwin nos habló de evolución y cada día el átomo le da la razón. Nos habló de evolución, no de repetición progresiva. Por su parte, el Dr. Pinillos estableció que especie que se extingue no renace y el gran Lavoisier puntualizó que nada se crea, nada se destruye, todo se transforma. Quiero dejar sentado, de una vez por todas que yo no reencarno, ni renazco... Mi vida no se repite, no hay otra oportunidad. Mis huesos que es lo único que quedará de mí, se transformarán en abono para la tierra, fértil o infértil, de acuerdo a la bondad o maldad con la cual viví mi vida. Morimos con el rostro con el cual vivimos (esto bien lo saben los jardineros de los cementerios).

¿Y del espíritu qué? - preguntarán los más temerosos - Prácticale un electro completo a algún moribundo y verificarás que mi energía corporal se acaba cuando yo decido transformarme en abono...

Y yo te pregunto: ¿Valdrá la pena preocuparse tanto por ese futuro imaginario que todavía nadie ha comprobado, haciendo rituales, leyendo libros sin fundamentos reales, practicando magias y haciéndome perder mi tiempo y mi energía?

Mira : Vamos a suponer que nos den otra oportunidad y te lo digo sin ironías y con mucha responsabilidad. En principio, ¿qué vamos a hacer allá arriba: Hay libros para seguir estudiando, podré casarme de nuevo, podré dialogar con Einstein, con Freud, con Bolívar, con Dios, cuando yo quiera; podré jugar ajedrez, truco, dominó; podré bailar, trotar, reír, echar chistes con Aquiles Nazoa, tomarme unos tragos con Neruda hablando de poesía. Podré seguir investigando y de alguna manera ser ÚTIL?. ¿Dime, qué vamos a hacer allá arriba que no podamos hacer desde aquí abajo?

¿Qué te parece que comencemos desde aquí y ahora mismo a graduarnos de HOMBRES HUMANOS: Rezando menos y sembrando más, ahorrando menos y disfrutando más, criticando menos y admirando más, razonando con mayor sensatez y sintiendo, sintiendo intensamente más?

Convéncete Amigo: ¡DIOS NO TIENE PREFERENCIAS!

Cuando el Hombre no encuentra respuestas en la Ciencia, las busca en la magia con todas sus modalidades, cediéndole su inmenso poder a terceros; precisamente a éstos, tan ingenuos como él, que creen que Dios le ha otorgado la especial “facultad” para dirigir todos los destinos. Algún día la humanidad entenderá que Dios es más grande que todas las religiones, santerías y brujerías juntas. Ciertamente, cultura no es inteligencia pero como ayuda.

Y esto es lo que ha pasado: Nuestros abuelos primitivos, sorprendidos y asustados por el relámpago, el trueno, terremotos, ventiscas, temblores y erupciones volcánicas, creyeron que eran castigos y venganzas de los Dioses; pero hubo hombres que se resistieron a creer que los Dioses eran malos o perversos e insistieron en buscarle otras explicaciones a tales fenómenos. Estos Hombres fueron los creadores de lo que hoy denominamos Ciencia. Mientras los mágicos hacían rituales y sacrificios para contentar y calmar la ira de los Dioses, los científicos, por su parte, observaban, asociaban, discernían, contrastaban, comparaban, hacían cálculos y verificaban sus hipótesis. Por eso Andrómeda descubrió el origen de los

relámpagos, truenos y lluvias: Simplemente observó que cuando las nubes negras chocaban producían los estruendos y manaba el agua. Algunos pre-científicos inteligentes lo admiraron; el resto, los lerdos-ilusos, lo mataron!. Igual le sucedió a Sócrates, a Copérnico, a Galileo y a tantos otros...

Cuenta la historia que Diómedes, “el loco”, salía con su lámpara encendida y los lerdos le decían: “Mira, tonto, apaga tu lámpara, no ves que ya salió el sol” y Diómedes les respondía: “Ya lo sé, es que ando buscando a los hombres buenos.” ¡MÁTENLO!.

Y cuando Sócrates dijo: “Sólo sé que no sé nada, pero nadie sabe lo que yo sé”. “Ah! - dijeron los lerdos - si no sabes nada, entonces por qué te llaman Maestro?”. “ Es que ando buscando a los hombres nobles”. ¡MÁTENLO!

Y cuando Jesús de Nazaret manifestó: “Es que ando buscando a los hombres de buena voluntad” ¡MÁTENLO!.

Y cuando Swami Vivekananda expresó: “Es que ando buscando a los Hombres de Luz”. ¡MÁTENLO!.

Y cuando Simón Bolívar proclamó: “Es que ando buscando al Hombre Panamericano, para que luche contra el escogido por la Providencia y no siga pisoteando a los países de América...”. Los lerdos de sus propios pueblos, lo abandonaron y con estoica hipocresía, dijeron: ¡MÁTENLO!.

Y cuando Ghandi señaló: “Es que ando buscando al hombre Universal...” ¡MÁTENLO!

Y cuando Martin Luther King afirmó: “Así como hay flores, piedras y mariposas, blancas, negras, amarillas y marrones, así hay hombres blancos, negros, amarillos y marrones...” ¡MÁTENLO!.

Y cuando Alí Primera pidió: “No!, no basta rezar, hacen falta muchas cosas para conseguir la paz...” ¡MÁTENLO!.

Y yo les ruego que cuando este Nelson Torres pronuncie con su voz, que es mi voz, “Es que ando buscando a los HOMBRES HUMANOS”, no nos maten por favor...

Como puedes ver, hay dos formas de explicarse la vida: La mágica que responsabiliza a los Dioses de todo cuanto sucede y la científica que hurga e investiga los secretos profundos de la Vida para explicarle a los hombres su responsabilidad ante lo sucedido o por suceder.

¡Sí! Yo soy el que por ti sueña...

Yo soy quien pretende la bondad, la nobleza, la luz, la igualdad, la universalidad y la paz entre los hombres de buena voluntad.

En toda época siempre he repetido mis sueños a través de tantos personajes extraordinarios y fuera de lo común. Han sido Mujeres y Hombres especiales y evolucionados que fueron asesinados, simplemente, por pensar diferente y por anhelar una convivencia más humana y más bonita...

“¿Y es posible -preguntarán ustedes- que haya personas más evolucionadas que otras?”. ¡Claro que sí! No todos los gusanos se convierten en mariposas, ni todo carbón en diamante, ni todo hombre en Humano. Montesquieu decía “Somos diferentemente iguales”. Y es verdad: Respiramos el mismo aire pero no con el mismo ritmo ni con el

mismo placer... La “clase” no está en el sastre si no en quien luce la ropa...

Entre los mismos hermanos encontramos sutiles o radicales diferencias. La evolución es un proceso muy sofisticado, de alta complejidad y de sorprendentes sorpresas. Cada ser humano viene a la vida con un cofre donde algunos le dan su justo valor; otros lo convierten en guacal. Darwin, insistía en que “Toda especie lucha por su existencia”. Y ciertamente hay existencias cuyo guacal pareciera no tener fondo. Sus luchas son desaforadas, insaciables, personalistas y ¡claro! desesperados por tener más, no se preocupan por Ser más.

Ser persona... ¡Cuánto le cuesta a tanta gente, graduarse de Persona!

En resumen:

Soy tu yo auténtico, franco y sincero; que hastiado de tantas máscaras, se despoja de ellas en el baño de tu casa. Si este baño hablara, ¿cuántos secretos contarían de nosotros?.

Soy tu yo espontáneo; ése que sale a bailar sin importarle mucho “el qué dirán”; el que danza sabroso, con los ojos cerrados y sin escuela.

Soy tu yo enamorado: A cada instante me enamoro... Lo que pasa es que en el acto, salta Superyó, con su perorata de siempre, diciendo: “¡Epa! No se te olvide que tú eres casado” y ¡Poof! se acabó el encanto.

Soy tu yo piconero: Me encanta ver picones. Nosotras, las mujeres, vemos “el bojote” de los hombres con la velocidad del rayo y nosotros, los hombres, lo que nos muestren: Piernas, muslos, senos, pompi lo que sea.

Soy tu yo flojo y desgonzado. Pero si la actividad me interesa me despierto antes que el reloj: Para la playa, ni duermo; para la escuela, ¡poof!.

Soy tu yo inteligente; soy el que se interesa en aprender y saber de todo si me lo explican bien y respetan mi ritmo de aprendizaje. Si me aburro o me atemorizo, no aprendo... Pero si mis padres o profesores me dan confianza y me impulsan, no hay quien me detenga en mi ánimo de aprender.

Soy tu yo creativo. Soy el rey de la fantasía, de lo exuberante, de lo bello, de lo exótico. Soy el gerente general de la imaginación y de la inventiva. De niño juego con “amiguitos” que no existen; una toalla la convierto en la “capa de Superman” y una escoba es “el caballo más veloz de toda la pradera”. Me gusta creer en el Niño Jesús y en los Reyes Magos, escribirle cartas y esperar ansioso para abrir los regalos y también disfruto mucho descubrir que son mis papás quienes les dan el dinero a ellos para que nos compren los regalos. Cuando soy adulto, si no me reprimieron mi parte artística creo canciones, pinturas, comidas, diseño sistemas, invento estrategias, metodologías, verifico hipótesis. Igualmente soy poeta, filósofo, peregrino e investigador de la Vida, voy aportando ideas y corro el riesgo de que los humanoides-estéticos mentales-oprimidos-reprimidos, al no entenderme, griten: “¡MÁTENLO!”

Soy tu yo emocional y, te adelanto, que esta es la clave de todas mis Venganzas. Te dije hace rato que soy el dueño de tu cuerpo. Esto quiere decir, que si Superyó me obliga a reprimir mis emociones, a no expresar lo que verdaderamente voy sintiendo, si me ordena no EXPLOTAR ¡seguro! que IMPLOTO y empiezo a atacar: Desde una insignificante sudoración en las manos, monto una gastritis, avanzo con una parálisis facial, decido una hipertensión hasta llegar al cáncer o al infarto. De esto hablaremos mas adelante.

Soy tu yo sensible y esta característica también es vital para saber, profundamente, quién soy y cómo soy. Sensible -dije- no sensiblero. Incluso, a veces, muy susceptible. Soy esa parte de tu personalidad que siente todo, adentro, intenso. Freud descubrió que nazco con dos instintos básicos, son mis dos impulsos que están en constante movimiento y lucha: EROS y THANOS. El primero me estimula a amar, construir, tolerar y proteger. El segundo, me empuja e incita a odiar, destruir, intolerar y abandonar.

Para que tengas una idea de cómo funcionan, te pondré un ejemplo que habrás presenciado muchas veces en los niños. Cuando “YO”(que es el cuerpo) siente hambre, me ordena llorar avisando que llegó la hora de comer y espero... no viene nadie. “YO” me insiste: “Llora más fuerte, gafo, no ves que me estoy muriendo de hambre”. Entonces surge THANOS irrumpiendo con furia, gimiendo, llorando y gritando... Corriendo la madre me mete la teta en la boca, desesperado se la muerdo... “Nené -dice la señora- no me muerdas, me duele”. Sí te la muerdo, porque fuiste impuntual, eso no se le hace a un hombre con hambre. “¿pero no ves que soy tu mamá, nené? A las mamás no se les hace daño”. Bueno ¿y para qué llegaste tarde?. Si la señora aprende la lección, a las tres horas, se adelanta diez minutos y “YO” me dice: tranquilo amigo Inconsciente, ya la comida llegó. Entonces surjo con EROS, todo amoroso, con una mirada toda ternura, todo angelical, tocándole el lóbulo de la oreja, el mentón y acariciándole la otra teta, como diciéndole, ya voy para allá. Prepárate hermano lector: Así soy, así funciono, desde el mismo vientre hasta la mismísima muerte. Soy EROS y soy THANOS; soy protección y soy destrucción. Si me buscan, me encuentran: Piadoso o despiadado. Tierno o irascible. No acepto que me frustren sin explicaciones. Si lo hacen, agredo o me auto agredo: No comiendo, dándome cabezazos contra la pared, pataleando y poniéndome ronco de tanto gritar, porque eso no se le hace a un hombre con hambre.

Soy tu yo sensible y susceptible. Espero que te haya quedado claro, quién soy, cómo soy y cómo funciona.

¡Soy tu yo gozón! ¡El Rey del goce y del guaguancó!. Mi único objetivo en la vida es gozar, satisfacer mis necesidades y vivir con alegría. Y si el señor Superyó se pone cómico, con su bendito miedo al qué dirán, prohibiéndome que cante, baile, cuente chistes y me ría “para no hacer el ridículo”, entonces ¡ATACO! Por eso, en más de una ocasión, cuando logro vencer a Superyó y me tomo dos tragos de más, me desinhibo y como dicen por ahí “me suelto el moño”, me adueño de la parranda y gozo hasta la saciedad. ¡Claro! que al despertarme, Superyó arranca el día increpándome: “Muy bonito lo que hiciste anoche, le dijiste sargento al general, piropeaste a la señora Rodríguez, agarraste siete tequeños y si no te sacan todavía estuvieras cometiendo estupideces. Muy bonito que te quedó”. Y entonces lo que viene es el terrible “ratón moral” que alguna vez todos hemos sentido.

Y finalmente, soy tu yo ETICO. Probablemente te sorprenda que hable de Ética. ¿Y quién te dijo que soy un desvergonzado, un ordinario, un orillero, un tierrúo, prosaico o insulso?. No, amigo lector, yo tengo mi propia esencia, mi propia dignidad y una cosmovisión muy particular de analizar y ver las cosas. Todo ser humano nace con su propio equipaje ético, el cual me habilita para estructurar mis propias “normas” y procedimientos. Ética significa: junto a mi origen, lo que es innato en mí. Mi código mío. El título de este libro: “LA VENGANZA DEL INCONSCIENTE” está centrado precisamente en este espectro tan íntimo de la personalidad, al cual te agradezco analices con muchísima atención. Por ejemplo la palabra “abandono” a la luz de las leyes y la moral pública significa que alguien irresponsablemente marginó, maltrató o dejó de lado a otro voluntariamente y no se retractó de ese acto. Las leyes (si lo detienen) lo penarán con pensiones mensuales o cárcel y las religiones confían que el diablo lo castigará en el infierno. Pero en “mi” código ético este “abandono” lo asumo, dependiendo la intensidad del dolor que causó, y entonces voy somatizando en el cuerpo de “YO” desde una pertinaz alergia, una periódica bronquitis, asma recurrente, hipertensión, hasta un lupus, artritis o cáncer de pulmón porque la tristeza es muy mía.

Permíteme aclararte las tres personitas que conforman tu personalidad: Como puedes haber notado, he mencionado a Superyó. Esta personita es la encargada de vigilar la Moral y las buenas

costumbres. Es la responsable de mantener y preservar el cumplimiento de las Normas, los deberes, cuida mucho la formalidad y el correcto comportamiento en todos los escenarios. Le tiene pánico “al qué dirán” y a cometer actos que dañen la imagen o pongan en evidencia la escasa educación. Todo eso, para mí, está muy bien y yo lo acepto sin chistar... Lo que pasa es que hay gente que tiene un Superyó tan arraigado, tan exigente, tan perfeccionista, tan sin pecado, que observa a los demás por encima del hombro, con la nariz respingada, como si todo le oliera mal, mirando de arriba abajo, prohibiéndome a cada instante que yo haga, sienta, actúe y sea como tú has visto que soy.

Eso, precisamente, no lo soporto. Una cosa es ser bien educado y otra es aparentar ser, poder o tener más que los demás. Una cosa es ser congruente, comedido y otra es ser falso e hipócrita, cumpliendo normas y necias reverencias. Eso tampoco lo soporto. Recuerda que me encanta ser espontáneo y transparente. Me gusta socializar, hacer amigos, vivir sin complejos y sin las benditas comparaciones que tanto daño generan.

Tu otra personita es el “YO” (en mayúscula y comillas para que lo diferencies del “yo” pronombre). Personifica a la consciencia, identifica todo lo referido al cuerpo y por tanto, como puedes haber notado, es el que paga los platos rotos cuando entro en contradicciones con Superyó. “YO” es quien siente las necesidades de comer, evacuar, dormir y hacer el amor. El las plantea y por mi parte, como mi objetivo es gozar todo, busco satisfacerlas a como dé lugar. Pero si, por ejemplo, Superyó autoriza un sólo tequeño, por el temor social que nos tilden de “muertos de hambre” y “YO” quiere más, ahí entro yo estimulándolo a que agarre diez. ¡Que uno!, ¡que diez!. ¡Dije uno y yo digo diez!. Allí es donde se forma el zafarrancho y la discordia. Si Superyó gana esa batalla, entonces, cuando nos dormimos, monto un sueño donde pienso a “YO” comiéndose un tequeño de cuatro metros, todito para nosotros dos... ¡Claro! No faltará algún creyente mágico que le recomiende a “YO” jugarse el cero cuatro en la lotería.

Recuerda que Freud habló de dos vidas, de LI- BIDO. Una, que es la conciencia, o sea el “YO” que acabamos de describir y la otra es la referida a mí, que soy el Inconsciente, el que todo lo puede, el Rey del goce y del guaguancó, el inteligente, el creativo, el sensible, el enamorado, el piconero, el flojo, el filósofo, el poeta, el que está

detrás de la escena, SIENDO SIEMPRE, soy el auténtico, el transparente y soy el ¡ÉTICO!.

El Superyó es la personita adquirida, impuesta y realmente necesaria. Requerimos de semáforos para controlar el tránsito y de reglas que regulen la cotidianidad humana, promuevan la calidad de vida y la convivencia armónica con los demás seres. La Salud Mental, desde mi perspectiva, exige un 30 % para Superyó, un 30 % para mí y un 40 % para “YO”. Este sería el equilibrio ideal. Contrariar el balance de estos porcentajes es y ha sido el embrión generador de tantas neurosis y de todas mis venganzas. Es el “YO” quien se tiene que encargar de nuestras vidas. ¿Qué importancia tiene pedir otro tequeño si la verdad es que “YO” tiene hambre?. Es más, Si en la fiesta me siento cómodo y congruente, soy yo, el Inconsciente quien le ordena a “YO” que le diga a la anfitriona: “Señora Rodríguez, le quedó espléndida su reunión y deseo felicitarla por esos tequeños tan sabrosos, me comí como diez, muchas gracias”. En cambio, Superyó le ordenaría a “YO” esta perorata: “Señora Rodríguez, la fiesta estuvo muy a la altura y el buen gusto se hizo sentir. Recordé la reunión aquella, la del country con los Pérez... ¡No! no probé los tequeños. Yo acostumbro comer en casa, pero insisto que se respiró mucho glamour. ¡Ah! y gracias por todo.” ¡Poof!.

“YO” es quien le puede dar la direccionalidad adecuada a nuestras personalidades porque, como hemos visto, si es Superyó quien la asume, tanto el hastío como el bajo crecimiento interno serán de marca mayor. Si el control lo ejerzo yo, el desenfreno y la locura no se harán esperar. Así que la recomendación más saludable y la decisión mas acertada queda resumida en este criollísimo refrán: “Ni tan calvo ni con dos pelucas”... Si la cosa resulta así, prometo no expresar más ¡Poof!.

Ahora me gustaría concluir este asunto tan especial de la Ética.

Y para ello voy a citar a Enmanuel Kant: “Sólo dos cosas maravillan mi alma, contemplar la noche estrellada y sentir el palpitar de mi Ética tan mía”. La redundancia final me parece categórica. ¡Sí! amable lector, la Ética palpita consustanciada a mi esencia vital. Es uno de mis asideros fundamentales y es un manantial donde siempre encuentro agua fresca. Es tan mía mi Etica que sólo yo entiendo cuando me la hieren o me la lesionan...

Superyó funciona como un guardián de la moral familiar, pública o social. Vive pendiente de resguardar los apellidos y la buena imagen de la familia. Por mi parte no vigilo, yo siento... Y es aquí donde radica la diferencia entre ambas conductas y ambas entidades. Bajemos la teoría a un ejemplo práctico: Si mi pareja critica o cuestiona a mi madre, en privado, me enoja; si lo hace en público, ¡me arrecho! Y no me disculpo por el impropio. Simplemente, me arrecho. Tal vez a otros no les moleste, pero a mí sí. La única foto que guardo en mi cartera con devoción es la de mi Isidra. La única foto que disfruto en mi cuarto es la de mi Isidra y mi casa se llama Quinta Isidra. Para que venga una cachimba que yo conocí en la calle a mal nombrarla o criticarla. ¡Mucho cuidao! (hasta pierdo la sintaxis y el estilo). Estamos hablando de mi Etica tan mía. Igual le pasó al poeta andaluz:

“Toíto te lo consiento
menos faltare a mi mare
porque mare hay una sola
y a ti te encontré en la calle...”

Lo mismo ocurre si mi supervisor me acusa de irresponsable, desleal o de ladrón. Este pobre hombre ignora que mi padre Pablo José Torres, me inculcó y me agujoneó en la mente que un hombre con estos rasgos, no merecía ser llamado hombre, sino gusano. Así que señor supervisor, en nombre de mi padre y en el mío propio, no me siga llamando gusano. ¿Sabe?.

Recuerdo el caso de una señora que intoxicaba, inconscientemente, a su bebé cuando lo amamantaba con su seno izquierdo. Ni el pediatra ni ella encontraban la explicación. Lo que sucedió fue que, precisamente, ese seno había sido tocado y ultrajado por un tío, psicópata sexual, que cuando llegaba borracho, se introducía en el cuarto de la niña y cometía ese acto lascivo y bochornoso... Esto yo lo asumí como una asquerosa “lesión a mi Etica”. Cuando Nelson y la señora descubrieron el origen del problema y ella logró perdonar entendiéndolo que ese tío era un enfermo mental, yo desistí de mi venganza y el seno produjo leche buena y permití, además, que el esposo, por fin, tocara el seno sin resistencias por

parte de la dueña. Así soy yo: Si me agreden y lesionan mi Etica, agredo y me auto-agredo sin importarme las consecuencias.

Una de mis venganzas que más ha sorprendido a Nelson y lo estimuló, grandemente, a que me investigara con detenimiento, fue el caso de una niña de 12 años, que desde los nueve, había estado sufriendo con una psoriasis terrible. Sus dos tíos médicos dermatólogos, ya desesperados, decidieron buscar ayuda psicológica. Nelson atendió el caso y descubrió que a esta niña, todos en su casa la llamaban “mi machito”. El papá siempre había añorado un hijo varón y de los cinco intentos resultaron cinco hembras. A la última, desde que nació, le dijeron que papá y todos en la casa esperaban un varón. La insistencia en el mensaje hizo que el Superyó de esta niña, sintiera miedo al abandono y le ordenó al “YO” que complaciera al padre actuando como varón, se vistiera como varón y jugara como varón. Quiero decirles que de todas las hijas ésta es la más femenina. Por eso, a los nueve años empecé mi venganza. La zona que más atacué fue la genital y les juro que si Nelson no hubiese descubierto la causa y razón de mi tragedia la hubiera matado sin contemplaciones...”YO” no era ningún machito y al lesionarme en mi Etica de Hembra, Mujer y Dama, resequé su piel y ya presentaba las escaras en la zona genital. Mi conclusión fue: “SI NO ME ACEPTAN COMO HEMBRA, ENTONCES, ME MATO”. Los padres pidieron perdón, aceptaron su necedad y la convertí en la esbelta y codiciada Mujer que soy hoy en día en el cuerpo de ella.

Esto que te narro es tan sólo una parte de mis secretos. Para que me sigas conociendo y sepas de lo que soy capaz, prosigue la lectura... No quiero atemorizarte. Mi único objetivo es que comprendas que existo dentro de ti. Soy el que actúa detrás de la escena, mientras que “YO” es quien sale al aire; bien usando las máscaras que le ordena Superyó o bien mostrando la armonía que voy sintiendo tanto en el rostro, a través de mi mirada serena, como en todo tu cuerpo, a través de la piel tersa, hidratada y atractiva. ¡Claro!, a menos que tu Superyó exija tirar el libro al basurero y me obligue a atacar al cuerpo de tu “YO” con mis venganzas. ¡Anda! Sé irreverente, no le pares, no importa tu profesión, religión o creencias. Abre tus canales de flexibilidad y continúa con esta lectura. Contiene unos muy buenos secretos que deseo compartir contigo, hermano terrícola, en esta mañana, tarde o noche.

MIS VENGANZAS PRE-NATALES:

“El estado natural del Hombre es el conflicto” nos apunta Erickson. Esto pareciera una paradoja, pero es verdad. Desde el momento de la concepción hasta el instante de la muerte, el Ser Humano es sujeto-objeto del conflicto... El espermatozoide humano tarda cerca de dos meses en formarse y el óvulo femenino unos catorce días. Desde que aquel es eyaculado inicia una guerra campal para llegar hasta el óvulo. Tiene que atravesar laberintos extraordinarios y vencer innumerables vicisitudes para poder culminar en la comunión final.

Pero no crean que llega y ya. Tendrá que esperar que el óvulo decida el momento preciso para la consustanciación maravillosa. Es más; aún dentro corre el riesgo de ser expulsado y ser sustituido por otro que el óvulo escoja. Así se cumple la rigurosa Ley de la selección natural del sabio Charles Darwin. Algo así como “tu no me gustas, por lo tanto ¡salte! y ven tú que te veo más apto que aquel”. Esta realidad natural es inmutable. Toda hembra es quien escoge al macho y lo hace sólo cuando éste cumple a cabalidad los requisitos del más fuerte, sano, el mejor de todos; no solo el más galán, buen mozo o sabiondo. La hembra escoge al más apto que le garantice una progenie de alta envergadura a objeto que resista los avatares del medio ambiente y lo que es más importante: unos hijos que garanticen la continuidad de la especie. De darse el acoplamiento comienza la fusión de dos bibliotecas repletas de insumos que serán los responsables de otorgarnos las características esenciales de nuestra personalidad.

Según la teoría de la epistemología genética de Jean Piaget o lo que él mismo denomina “Constructivismo”, de mi madre heredo la sensibilidad, la voluntad y el carácter y de mi padre recibo, en un alto porcentaje, el tipo de sangre, el sexo, con su correspondiente frecuencia sexual y la inteligencia. Asimismo, insisten los constructivistas, que dependiendo de la hora o el instante del contacto, es como se definen tanto la resistencia física, el ritmo de aprendizaje que tendrá el sujeto así como su biorritmo.

Expliquemos un poco estos aspectos. El hecho que mi mamá sea de un carácter fuerte no significa que sea apática ni insensible.

Así mismo, si mi padre es, por ejemplo, diabético, no determinará que sea de baja frecuencia sexual o limitado intelectualmente. La frecuencia sexual es crucial para entender algunos comportamientos que preocupan a mucha gente. Va desde la ninfomanía que traduce insaciabilidad permanente hasta el desinterés total (impotencia o frigidez), pasando por la alta, media o baja frecuencia. Si las parejas coinciden en el tipo de frecuencia habrá sintonía; si no coinciden, seguro, que surgirán confrontaciones de todo tipo. Esto explica la vida de algunos religiosos de ambos sexos, donde el único interés es trascender a vivencias místicas, mientras que otros deciden experiencias sexuales mucho más terrenales.

Con relación a la resistencia física, los seguidores de Piaget, marcan la diferencia entre los atletas olímpicos y las personas enfermizas. Con razón, hay abuelos que entierran a todos sus hijos y siguen tan campantes, mientras que hay personas que mueren de una simple gripe. Esta información tranquilizó mucho a Nelson con la muerte de sus padres que fallecieron relativamente jóvenes; pero su abuelo Francisco, murió a los 103 años, comiendo chicharronada, tomando ron y jugando dominó como los buenos. La resistencia física es innata; es decir, nacemos con ella. Esto bien lo saben los entrenadores deportivos cuando seleccionan al personal de las competencias. Allí vemos a unos padres frustrados porque el instructor deportivo no incluye a su hijo en el roster, habiéndole comprado uniforme de primera y todos los implementos que él exigió, pero si inscribió al flacuchento ese que ni guante tiene. Así es, pero nació con alta resistencia física y por tanto no se cansa al correr las bases y siempre está en la jugada.

El biorritmo es un rasgo de la personalidad que ha interesado a muchos y ha conflictuado a varios. El ritmo biológico también es innato: O eres vigílico, o crepuscular o noctámbulo. El vigílico fácilmente se levanta muy temprano, es altamente productivo en las horas de la mañana y es víctima de la pesada “hora del burro”. Necesita de una breve siesta que lo habilite para las “largas” horas de la tarde. Generalmente se acuesta temprano y por supuesto que es muy aburrido compañero para las fiestas de noche. El crepuscular se levanta entre las ocho y nueve de la mañana; va “cogiendo mínimo” alrededor de las diez y le encanta las reuniones en la tarde. Es de los que dicen que son más productivos cuando el resto del personal se retira a sus casas. Pueden disfrutar hasta las tres de la madrugada

porque duermen plácidamente hasta las nueve del siguiente día. Los noctámbulos pueden dormir hasta las dos de la tarde si quieren; avivan el espíritu como a las tres y trabajan, muy cómodamente, hasta altas horas de la noche. Son los famosos “mariachis”. El biorritmo, así entendido, nos explica por qué un vigilante vigílico se queda dormido en su guardia nocturna y el por qué tantos niños se resisten a acostarse temprano y otros no. La solución es inscribirlos en el turno de la tarde para evitar que el transporte los deje y quedarse dormidos en pleno salón de clases. Además de estos comunes problemas, la información del biorritmo nos puede ayudar a resolver el conflicto de tantas parejas que pelean porque a unos les gusta hacerlo en la mañana, a otros durante el día y a otros en horas de la noche... Súmenle a esto la resistencia física y la frecuencia sexual y ya tienen un buen esquema para analizar vuestras “incompatibilidades” que tanto disfrutaban los abogados cuando ustedes deciden divorciarse.

El encuentro y fusión de estas dos bibliotecas, determina, como hemos visto, lo que Piaget denomina “la caracterología de la personalidad”. A partir de allí se inicia la sorprendente multiplicación celular que le dará vida a un nuevo Ser. El cerebro, después del corazón es uno de los primeros órganos en formarse y será el último en morir. Después de muerto el cuerpo, el cerebro tarda unos minutos en cesar todas sus funciones; por eso la “gente muere con la cara con la cual vivió” porque, pareciera, que en esos últimos momentos el cerebro pasa la película de su vida y yo, el Inconsciente, le muestro a la gente si viví neurótico o armónico, frustrado o realizado. Por eso me ven el rostro rígido o sereno y la gente dice “quedó igualito”; “parece dormido”. Así que, si quieren morir con una cara bonita empiecen a gozar un puyero desde ahorita. ¡Me salió rimado pero es la verdad.

Les ruego que no crean en la estimulación precoz. El bebé necesita dormir 22 horas diarias... Dormir he dicho, no aprender. Es absolutamente cierto que el feto no aprende informaciones, lo que sí hace es asimilar emociones. Si me interrumpen mi sueño, con sinfonías de Beethoven, con los teoremas de Pitágoras o con las benditas sobaderas de todo el mundo, lo que yo aprendo es a vivir despierto. Y aquí viene una de mis mejores venganzas: Si me enseñaron a no dormir, entonces, cuando nazca, tampoco los voy a dejar dormir. Esta es una de las razones de tantos niños hiperquinéticos e intranquilos... ¡Yo les ruego que me dejen dormir,

por favor! Háganlo no solo por mí sino también por mis futuras maestras que me pondrán el apellido de insoportable, citándolos y amenazándolos con botarme de la escuela y también por lo amigos de ustedes quienes ante la invitación para una parrilla les dirán: “la reunioncita es para adultos, no se les olvide. ¿Entendieron?”. Si no entendieron o se están haciendo los gafos o los tercos; porque estos amigos lo que han querido decirles de verdad es el otro apellido con el que todo el mundo me conoce: El antisocial que ustedes me regalaron por la estupidez de hacerle caso a tantas hipótesis sin fundamentación científica. ¿Entendieron?.

“La fruta más dulce es aquella que madura más lentamente” nos decía Sartre. Asuman esta frase como una Ley. Ya tendré bastante tiempo y maestros que se encargarán de enseñarme música o matemáticas. No me apuren porque toda persona tiene su propio ritmo de aprendizaje y su propio ritmo de crecimiento. Dejen que el átomo a través de su máxima creación, la neurona, haga su trabajo. Si lo hacen se sorprenderán que para mí, como excelente alumno emocional, todo necesitará de velocidad; por supuesto que tendré problemas con maestros, jefes, compañeros, pareja e hijos porque a todos los tildaré de lentos o perezosos, al igual que con los choferes en las calles o autopistas porque no se apuran. Tampoco les extrañe que sufra de eyaculación precoz y comer, evacuar, estudiar, graduarme, aprender a conducir, divorciarme y morir rápido. Mi nombre completo será Chiricuto Rápido. Con tanto alboroto externo puedo enrollarme con el cordón umbilical y apurar el parto. Si esto sucede, analicen las venganzas que los investigadores del Instituto Venezolano de Psicolingüística han venido recopilando a través de la consulta privada y en los talleres en el ámbito nacional:

- En principio, no podré usar gargantillas, cuello de tortuga o corbatas, porque sentiré que me estoy ahogando. Sufriré de hipoxia y por tanto viviré suspirando y bostezando dada la falta de oxígeno.
- Cada vez que me emocione hablando en público o me ponga rabioso, el cuello se me pondrá rojo.
- Sufriré de amigdalitis, apendicitis y probablemente de hemorroides.
- No me gustará que me acaricien o besen el cuello, porque soltaré una risita nerviosa.

- Seré de las personas que “se ahogan en un vaso de agua, rápido”.
- Una sintomatología muy importante que grabé en mi vida intrauterina es la referida a la **ciclotimia**. Determina un tipo de personalidad caracterizado por períodos de alegría o tristeza, actividad e inactividad, excitación o depresión. Las alternativas no siguen usualmente un ciclo regular y pueden intercalarse períodos de actividad media. Excepto cuando la depresión es muy grande, la persona tiende a ser expansiva, muy amistosa, generosa, decidida, pronta a la competencia y a responder emocionalmente al medio. La personalidad ciclotímica manifiesta oscilaciones anormales en su **humor** y en su nivel de actividad. Le vemos, por ejemplo, que está bailando con mucho entusiasmo y de repente se sienta sin querer hablar con nadie. Si la pareja comienza con preguntas como: “¿Por qué dejaste de bailar?, ¿Pasa algo que no quieres decirme?, ¿Estás pensando en otra persona?, ¿Si te quieres ir por qué no me hablas claro?”, el termómetro del ciclotímico comienza a subir, la sangre bulle hasta la cara, las ganas de matar van subiendo, subiendo, las cuerdas vocales se preparan hasta que explota la furia con un inexplicable: “¡Coño, déjame tranquilo, no me pasa nada. Cállate ya. No preguntes más. Te dije que no pasa nada!”. Y la verdad es que no pasa nada. Simplemente que yo, el Inconsciente hice una regresión automática recordando dos estados emocionales que grabé en el útero de mi mamá: Primero de excitación y entusiasmo y segundo de melancolía y vacío existencial. ¿Saben por qué sucede este bajón de mi energía?

Porque durante el embarazo mi mamá sufría de estos vaivenes emocionales, naturales y normales en ese estado de tanta sensibilidad y susceptibilidad típico de las mujeres gestantes. Cuando estaba alegre y expansiva porque papá le trajo flores, le obsequió regalos, la sorprendió con la cuna, la ayudó a fregar los platos, la mimaba, consentía sus caprichitos y muy poco viajaba por motivos laborales, estas mismas emociones las asimilaba yo y generalmente “me subía” hacia la parte alta del vientre. Pero, si mi papá no se comportaba como lo señalé anteriormente y además la maltrataba con frases mordaces o la zahería con actitudes despreciativas o la dejaba sola por mucho tiempo sin consentirla y apoyarla en estas íntimas necesidades femeninas, entonces esas tristezas y vacíos yo también los recibía y “me bajaba” encajándome en la parte baja del vientre

esperando la oportunidad de “subirme” otra vez. Por todo esto la gente me llama “**temperamental**” y es que soy así. Obviamente que si me conozco, me acepto y me quiero; pero si no tengo la información me arruino la vida y sin querer también desespero a quienes me rodean. Acudo a terapeutas, gurúes, brujos, astrólogos y afines tratando que me expliquen toda esta loquera donde me encuentro. Ignorando que: Vientre nervioso, niño nervioso. Embarazo triste, adolescente melancólico. Gestación tranquila, adulto equilibrado.

Si no me posiciono bien y vengo de nalgas o me quedo atascado en el túnel, miren mis venganzas:

- Voy a sufrir de claustrofobia, es decir, miedo a los encierros.
- Voy a sufrir de miedo a la oscuridad.
- Me va a aterrar que me dejen solo y sufriré muchísimo los “guayabos” cuando las parejas me corten las paturrias.
- Sufriré de aerofobia. Así que olvídense de montarme en las montañas rusas, toboganes y aviones. No me gustará escalar cerros ni ver hacia abajo desde el piso 10.
- Como me quedé suspendido dentro del túnel, no disfrutaré de las películas de terror y me disgustaré si me dicen “te lo diré a la noche”. Por supuesto que las pruebas orales, las exposiciones en clase o las presentaciones en el trabajo serán una tortura. Por nada del mundo toleraré que me dejen en suspenso o esperando a un impuntual. Si me quieren ver bien “enojado” háganme esperar...
- Voy a sufrir de ronquera y de las cuerdas vocales.
- Y como si fuera poco, seré de las personas que, ignorando los verdaderos motivos, dirá: “para mí todo comienzo es difícil”. Para bailar, para exponer, para iniciar el acto sexual, tendré que mariposear un poco y vacilaré bastante para tomar decisiones.

Y si por casualidad nací de pié, entonces:

- Sufriré muchísimo de dolores en los tobillos y talones.
- No me gustará dormir con los pies descubiertos.
- Y generalmente mantendré fríos los pies y las manos.

Por todo lo antes expuesto espero que hayan entendido que con mi tranquilidad intrauterina no se juega. Yo quiero la paz, no la guerra, pero si me buscan, seguro, que me encuentran. Una de las soluciones

que les propongo es que hagan uso de la cesárea. Comparen a los niños que han nacido por cesárea planificada, no por emergencia, y vean las notables diferencias con los que se atascaron o se enrollaron el cordón. Estos niños son tranquilos, decididos, confiados, les será fácil encontrar sus horizontes, no temen ni a las visitas ni a las piscinas y mucho menos al mar. Compárenlos y confirmarán lo que estoy diciendo.

Estas son mis venganzas gestadas desde mi vida intrauterina. Espero que las parejas jóvenes asimilen y acaten lo que he mencionado a fin de que sus hijos sean diferentes a estos que les he descrito. En resumen quiero recomendarles los siguientes pasos:

1º) Planifiquen la concepción de su bebé. Vayan a su ginecólogo para que él les informe el momento perfecto del “horario ovular”. Así evitarán los avatares del riesgo del aborto (que en todo caso siempre debe tomarse como una decisión saludable de la sabia naturaleza) y, por otro lado, garantizar “un muchacho tolete”, fuerte, con alta resistencia física y un rápido ritmo de aprendizaje.

2º) Ya concebido el bebé, déjenlo dormir sus 22 horas diarias. Permítanle que su vida transcurra y se desarrolle tal como crece una hermosa flor en un jardín. Ya saben, no lo estimulen precozmente. Mi cerebro es como un diamante que primero es como un carbón y luego brillará con todos los colores del arco iris...

3º) Buena alimentación y buena oxigenación. La primera me proporcionará los insumos necesarios para una óptima contextura y estatura. La segunda me dará la serenidad suprema que tanto anhelo para mi desarrollo perfecto.

4º) Que sea mi madre la única que me sobe y acaricie. Ella más que nadie conoce de mi lenta y adecuada evolución. Si mi papá quiere comunicarme su felicidad que lo haga a través de mi mamá cantándole serenatas y colaborando, integralmente, para mi excelente desarrollo.

5º) Y por último, no me torturen con cornetas y sirenas de ambulancias de emergencias. Tomen todas las previsiones para que mi nacimiento sea lo menos traumático. Y si surge alguna contingencia inesperada no duden en practicar la cesárea, (¿para qué sufrir de

calor si ya contamos con aire acondicionado?) la cual es uno de los mejores descubrimientos de la medicina y fue la que permitió el advenimiento del gran inteligente y extraordinario Emperador César, quien fue, según la historia, el primer niño nacido por cesárea y de allí el vocablo. Así que si desean un niño Emperador y que encima se case con una Cleopatra, háganme nacer por cesárea y el mundo me dirá: “¡AVE, CESAR!”.

¡Ah! Y me le van quitando ese nombre horrible elegido seguramente por un policía obsesivo de “RETEN”, porque me hacen pensar que nacer es caer preso... Cámbienlo por “Sala de Bienvenida”, “Nidal de bebés”, “Cuna de Angelitos” o lo que sea...

¿A quién se le habrá ocurrido semejante palabra tan poética?. Y un favor muy especial, no permitan que pase mucho tiempo sin oír los latidos del corazón de mi mami; esa es la única orquesta y sinfonía que conozco y yo les prometo no llorar, ni gritar, ni patalear más. Es que me siento abandonado, confundido, desesperado y solo en ese horrible retén. Y no sigan confirmando la tesis del Dr. Fernando Risquez, inolvidable Maestro de Nelson, que reza: “Detrás de todo loco siempre vamos a encontrar un niño abandonado” y yo le agregaría, en caso de aparentar ser “cuerdo”, que seré un niño sufridor de “mamitis aguditis”; para mí lo único importante es estar cerca, siempre cerquita de mi mami... Así que, si mi pareja me quiere ver fúrico y obstinado que intente alejarme de “mi mami”. La otra conducta que mostraré será la de una persona hartito celoso. Seré obsesivo con todo lo que creo mío, incluyendo, por supuesto, a “mi pareja”. Detrás de todo celoso lo que hay es una persona insegura de sí misma, inestable, sin equilibrio emocional. ¿Saben por qué no puede controlar sus celos? Porque, de alguna manera, fue un niño abandonado: O bien el padre lo desatendió totalmente o bien la madre lo abandonó por largos períodos de tiempo o se desvinculó del niño maltratándolo psicológicamente.

Tampoco quiero que me sobreprotejan y me hagan todo porque me convierten en un ser inútil. Dejen que yo sea, dejen que yo haga hasta tanto desarrolle todas mis potencialidades, permítanme adquirir experiencias, modelen AMOR CON AUTORIDAD, con disciplina... Guíenme hacia caminos abiertos para que yo escoja el mejor de los horizontes, le dé la adecuada direccionalidad a mi vida y diseñe un sólido y autónomo Proyecto de Vida. El núcleo duro de mi educación

no está en la “cantidad” de tiempo que ustedes pasen conmigo, la esencia consiste en la “calidad” de ese tiempo.

Calidad significa calidez. El útero materno es agradable porque es cálido, Aprendí desde mi edad fetal a vivir con calidez: Ni muy caliente ni muy frío. Los dos extremos me hacen mucho daño. Ni sobreprotegido ni abandonado. He allí el equilibrio que pido para graduarme de Persona autónoma, independiente, congruente y armónica. Más no los puedo ayudar. Háganme caso y serán felices con los resultados... Ya lo verán!.

MIS VENGANZAS POST-NATALES:

“CUANDO SALGO DEL VIENTRE DE MI MADRE YA LA CIRCULACIÓN ES MÍA...” Nos dice Roberto Fontaine.

Esta frase se convierte en una realidad ineluctable. Implica que a partir de ese momento soy libre, soy independiente. Así que, si decido vivir mi vida metido en una cárcel o ermitaño en una cueva ese es mi problema. Obviamente que estos dos extremos son incompatibles con lo que en psicología entendemos como “conducta normal”, pero son decisiones producto de mis frustraciones y limitaciones particulares para bregar con la vida que mis congéneres han creado en este momento histórico y no he podido desarrollar mis capacidades para adaptarme a este medio que me genera miedo. Esto explica que:

- Detrás de todo delincuente reincidente lo que encontramos es un sujeto lleno de miedo a la libertad.
- Detrás de todo ermitaño hay un hombre miedoso a compartir sus miedos a la vida, al orgasmo pleno y a discutir su ignorancia.
- Detrás de toda persona supersticiosa y excesivamente religiosa lo que hallamos es un pavoroso miedo a ser libre en el pensar, sentir, actuar y compartir el majestuoso e irrepetible experimento de ser hermosamente humanos, minerales, animales, vegetales: Todos juntos, todos terrícolas, todos hijos del impensable Dios quien es más grande que todas las religiones juntas. ¡GRACIAS, mi Diosito lindo!
- Detrás de todo perseguidor celoso o celosa lo único que encontramos es miedo a ser abandonado por su “objeto” amoroso. Pobre vida, ¿verdad Superyó?
- Detrás de todo adicto a drogas, alcohol o riquezas lo que hay es miedo a superar su egoísmo insano.
- Detrás de todo aberrado su miedo profundo al sexo es lo que lo impulsa a enfermar y traumar la naturaleza de hembra o de macho.
- Todo manipulador desconfía de su poder y por ello lucha, obstina, se empeña e hipoteca su propia vida en aras de sus caprichos y cobardías.

En conclusión, ¡SI TENGO MIEDO NO SOY LIBRE!

Si dependo de alguien o de algo traiciono y renuncio al regalo más excelso que la Vida me ofrece, el cual no es otro que: ¡VIVIR PARA MORIR EN ARMONIA Y ARMONIA ES LIBERTAD!.

No es lo mismo SENTIR MIEDO QUE TENER MIEDO.

Sentir miedo ante un terremoto, a la violación de un degenerado, a perder la vida en un asalto o en un terrible accidente, a un incendio, una erupción volcánica, todos ellos son sanos porque es lógicamente congruente; pero hay gente que le tiene miedo al que dirán, a engordar, al público, a ser pobre, a envejecer, al castigo de los Dioses, a la ira de Satanás, a quedarse solo, a equivocarse, a cometer errores, a la muerte, a todo. En fin, son personas que le tienen miedo al miedo y esto es muy grave, demasiado peligroso. No tanto por pensar diariamente en esa estopa de temores, sino que sobradamente está demostrado que el miedoso es una persona cancerígena sin lugar a dudas.

Cuando Superyó le permita a “YO” que asuma el Poder de todas mis competencias más la nobleza de todos mis atributos, le dé perfecta dirección a mis valencias y las convierta en valor, solo así “YO” no tendrá, ni mostrará tantos miedos paralizantes, anestésicos y aniquiladores.

Si quieren minimizar o extinguir de sus vidas estos miedos que funcionan como una “maldición gitana” les propongo el siguiente ejercicio: Tomen un block y fájense a escribir “Yo sirvo para: ..” El objetivo es llegar a la convicción de que Usted sirve para muchas cosas. Según Eric Berne tenemos 159 competencias y un infinitum de atributos. Mientras no se den cuenta de todas mis potencialidades, las cuales son mis valencias y valores, estarán, de por vida, encadenados a los miedos, vivirán afligidos, llenos de temores, sentirán que la vida no tiene sentido, se convertirán en unos eternos PERDEDORES, dudaran de todo Mi Poder y lo que es peor: Serán unos pobres dependientes y no disfrutaran del deleite de ser LIBRES, AUTÓNOMOS, DUEÑOS ABSOLUTOS DE LA CIRCULACIÓN DE SU SANGRE Y DE SU INALIENABLE PENSAMIENTO.

A continuación compartiré con ustedes mis venganzas posteriores a mi nacimiento. Las he dividido en tres partes muy significativas por cuanto voy castigando al cuerpo de “YO” de manera progresiva, enviándole señales tanto a él como a Superyó con

relación a mi sentir y pensar. He de recordarles, apreciados lectores, que Diosito lindo nos hizo diferentemente iguales y por tanto, lo que leerán seguidamente son datos que pueden coincidir o no contigo puesto que los venimos recopilando con “ojo científico” derivados de la praxis laboral de los investigadores de IVEPSI que con cariño espero les sea útil. Pasen la página y comencemos a revisar con mucha atención línea a línea...

MIS VENGANZAS: PARTE UNO:

Es absolutamente normal que al hablar en público, las piernas de “YO” se muevan de manera ansiosa o tiemblen cuando nos atacan verbal o físicamente o sufrimos un choque automovilístico. En las piernas concentro el miedo. Esto es natural en personas sensibles.

En el lado izquierdo del cuerpo de “YO”, están ubicadas mis competencias artísticas y mi creatividad. Además se sitúan mis emociones suaves como la ternura, el afecto, la compasión, mi capacidad de pedir y dar perdón, la expresión de gratitud, la sensación de lo gozoso de la vida, la serenidad y es el refugio de la Armonía: Objetivo final de EROS, mi instinto amoroso...

En el lado derecho del cuerpo de “YO”, giran la razón, la lógica, las emociones fuertes como la agresión, la hostilidad, el rencor, la culpa, el resentimiento, la decepción, la envidia, la soberbia, sentimientos de venganza y es el centro de todas mis neurosis. Allí reside mi instinto THANOS, odioso y destructor...

Cuando Superyó no me deja explotar cualquiera de estos elementos, entonces imploto, causando, en principio, dolores, bursitis, parálisis parciales o monto una hemiplejía severa en el lado respectivo.

En el cuello, mandíbulas y dientes concentro la rabia. Si el señor Superyó no me permite expresar mi malestar, entonces ataco chirriando los dientes hasta desgastarlos, roncando como un león amaneciendo con fuertes dolores en las mandíbulas y finalmente con las terribles tortícolis. Así es, Amigos lectores, las tortícolis son rabias contenidas. ¡Todos podemos expresar nuestro malestar sin agresión y eso está bien! Si no me dejan expresar lo que voy sintiendo, entonces ATACO.

En la nariz concentro la tristeza y el llanto. Comenzamos a llorar por la nariz. Cuando siento tristezas muy profundas estornudo sin signos gripales evidentes, la enrojeczo o presento esas rinitis tan fastidiosas que a Superyó le avergüenzan tanto... Lo que pasa es que ando triste o nostálgico por algo que quiero que sea y no es.

En los ojos manifiesto el amor. Por eso, de niño, cuando me amamanto miro a mi madre como la miro... Pero cuando no siento que mi amor es correspondido con la misma intensidad o no logro encontrar el objeto amoroso por el que tanto vibro y clamo, mis “ojos lloran solos”, o lagrimeo sin justificación alguna o desarrollo esas conjuntivitis reiterativas donde algunos Oftalmólogos no encuentran explicación.

En las cejas reside mi Energía. Por eso cuando me deprimó o me siento despoderizado las cejas pierden su abundancia. Esto lo observamos en los niños retardados, deprimidos o en los oligofrénicos (débiles mentales) que nacen sin cejas. Por el contrario, cuando me siento potente y autorrealizado las cejas crecen y hasta las junto, como les sucede a esos viejos felices con sus logros en la vida. Las mujeres que se las sacan no lo hacen por coquetería solamente; lo hacen porque necesitan un alguien o un algo donde compartir todo su potencial y descargar toda la energía acumulada o reprimida. Son mujeres muy fogosas y apasionadas, cuyo vigor no encuentra, aún, su correspondiente asidero... ¡Guau!

En los oídos presento no solo el equilibrio físico, sino también el equilibrio psico-emocional. Aquí es donde Superyó ha perjudicado a mucha gente, obligándoles a usar los benditos hisopos para mantener los oídos exageradamente limpios. La rupofobia, (miedo al sucio) es una enfermedad que lleva al sujeto a ser un maniático de la limpieza. Los rupofòbicos son personas que sufren y hacen sufrir a todo el que lo rodea. Para ellos todo tiene que estar limpio. Se lavan tanto y se limpian tanto que ulceran todo: Pies, genitales y oídos. Nelson ha encontrado parejas que se separan porque, por ejemplo, la mujer rupofòbica, está pendiente que el hombre eyacule para saltar de la cama e irse a lavar, dado que se siente sucia... ¡Ay! Amiga, esto no se le hace a un hombre; este acto lesiona la Ética de cualquiera, cuya naturaleza es esa, eyacular el semen generador de la vida.

Y como madre, esa señora, se convierte en una tenaz perseguidora de la pulcritud de los hijos. Su miedo al qué dirán los demás mantiene a todos bajo una zozobra angustiante y conflictiva. “Por eso es que las dejan”. La Naturaleza humana es muy sabia y segrega sus propias sustancias que funcionan como un ejercito de contraataque. La cera de los oídos es amarga, precisamente para que las bacterias, virus, microbios, hongos, zancudos y chiripas que la prueben salgan despavoridas a buscar otra oreja. Pero si encuentran

ese oído limpiecito, arman su nido y producen las dolorosas otitis que son el preámbulo de los mareos, vértigos, laberintitis hasta producir enfermedades desastrosamente irreversibles. Los hisopos, es verdad, sacan cera, pero también la empujan hacia dentro, formando los famosos “tapones” que lesionan el oído medio. Además de estas consecuencias físicas el experto rupofóbico limpiador de oídos, empieza a ser altamente irritable. “No aguanta dos pedías” -dice la gente- para alterarse y conflictuarse. ¡Dónde hay un rupofóbico, seguro, que hay conflicto!. Los Otorrinos recomiendan limpiar solo el excedente con la puntita de la toalla mojada y ya. Así que dejen los oídos con sus sustancias protectoras; díganle a su Superyó que no sea tan necio y yo no atacaré. ¿Okey?.

En uñas que se parten hay ternura. En las duras, como garras, son armas para la defensa. Nosotros los hombres peleamos con los puños; pero nosotras las mujeres peleamos con las uñas. ¡Ahí queda eso!

MIS VENGANZAS: PARTE II:

Es inminente repetir que todo lo antes expuesto y lo que viene a

continuación es producto de largos años de recopilación de datos e informaciones que mi dueño Nelson Torres ha venido realizando día tras día, taller a taller, por todo el territorio nacional y algunas incursiones internacionales. La única intención que conlleva este libro es serle útil a tantas personas que están padeciendo enfermedades o dolencias que se tornan crónicas y repetitivas sin explicación alguna.

Y con respecto al laborioso e incansable gremio médico, queremos señalar, con profundo respeto, que nuestra intención es aportar otras vías de acceso para el abordaje diagnóstico desde el ángulo psico-emocional que tanto les preocupa. Ya la Organización Mundial de la Salud ha insistido en investigar las correlaciones de la influencia psiquis-soma. Es por ello, por lo que, Epidemiólogos, Psiquiatras, Médicos Laborales, Sanitaristas, Psicólogos, Trabajadores Sociales y Pedagogos, hemos establecido líneas de investigación con esta dirección. Las tesis de grado de muchos alumnos han demostrado, suficientemente, este binomio científico.

LA MENTE HUMANA, MANEJADORA DE LAS EMOCIONES, SI INFLUYE, PODEROSAMENTE, EN EL CUERPO. Cuando Superyó no las deja explotar, por su perseguidor miedo al qué dirán, seguro!, que yo, el Inconsciente, las hago implotar causando malestar, dolores reiterativos, hasta que ya no aguanto más y decido la muerte del cuerpo de "YO".

Como vimos en la Venganza, parte I, si no me dejan expresar lo que voy sintiendo y necesitando ataco con tortícolis, parálisis, hemiplejías, conjuntivitis, laberintitis, desequilibrio o irritabilidad. En esta parte II las implosiones son más dolorosas y permanentes. Los invito a que diluciden de lo que soy capaz:

Yo, el Inconsciente, nací para vivir y morir en armonía. Mis dos únicos enemigos son el rencor y la culpa. Seguimos a Frederic Perls, cuando define al rencor como "ese sentimiento que surge en mí cuando percibo con dolor que no me dieron lo que yo me merecía"; por ejemplo, mi papá no me dio su apellido o la bicicleta que me

prometi6. La excesiva atenci6n amorosa a mis otros hermanos, etc. Y siento culpa “cuando el mismo sujeto se acusa por no haber dado lo que los otros se merecían”, por ejemplo, mi mamá quería que yo estudiara y no lo hice. No pude llegar a tiempo al momento de su muerte. Los maltraté en un momento de rabia y no me disculpé, etc.

Les sugiero tengan presente al rencor y la culpa para analizar las siguientes enfermedades o malestares. Recuerden que soy altamente sensible y muy susceptible. Todo depende de la magnitud de mi NECESIDAD DE RECONOCIMIENTO y esta necesidad es tan particular como nuestra huella digital. A unos les afecta y a otros no. “Cada cabeza es un mundo” -dicen por allí-. En concreto:

- a) Problemas con el EST6MAGO, es que usted tiene un “asunto pendiente” (Perls), “Un problema no resuelto” (Rogers), “una piedrita en el zapato” (Nelson) con su se6or PAPÁ. Y le pueden efectuar todas las endoscopias, gastroscopias, administrar todos los mejores fármacos y hasta tanto usted no solucione sus conflictos con su papá, la acidez, gastritis, úlceras, estreñimientos y gases continuarán haciendo de las suyas.

El viejo Pablo Torres, el papá de Nelson, era un hombre seco, duro y algunas veces hasta despiadado, pero, afortunadamente mi due6o descubrió que un HOMBRE ES PERVERSO PORQUE, ¡SEGURO!, FUERON PERVERSOS CON ÉL. Al viejo Pablo nunca lo besaron y cuando ni6o se comportaba mal, simplemente, su papá le quemaba las manos en el fog6n pero el abuelo contaba que él aprendió a nadar rapidito dado que su papá lo lanzaba al río para que se muriera. Como verán, los Torres hemos venido evolucionando como padres. Espero les sirva este mensaje para reconciliarse y perdonar a sus papás. No los juzguéis sin antes investigar lo que les hicieron a ellos.

- b) Problemas con ARTRITIS, son que usted tiene alg6n rollito o rollote con su se6ora mamá. En general, el artrítico comienza con dolores en las articulaciones, va torciendo manos y piernas hasta morir adoptando, de nuevo, la posici6n fetal, como rogando: “Mamá regrésame a tu vientre, por favor...” Son muchos los casos que testimonian este aporte. Recordando algunos, tenemos el de una se6ora, cuya madre la odiaba por ser el producto de un coito casi violatorio y hasta hoy la culpa de todas sus desgracias... Otro caso, el de un se6or, cuya madre le decía: “De todos mis hijos, el más feo

y el más bruto eres tú”. Este hombre se casó con una mujer 14 años mayor que él y con 7 muchachos que no son de él. ¿Quién hace esto? Un bruto!. No le dijeron, pues, que era feo y bruto. Hoy en día la artritis no lo deja vivir. Otro caso, el de una joven hermosa, cuya madre muere en pleno parto. El papá y familiares le han repetido la historia incesantemente y ella siente y dice “Si yo no hubiera nacido mi mamá no hubiera muerto. Conclusión: Yo soy la asesina de mi madre”.

La psicoterapia ha contribuido bastante a la mejoría notable de estas artritis; pero lo más importante es no permitir que avance hasta el extremo de la posición fetal. Aquí es donde todos los Orientadores podemos empeñarnos en que familiares, pacientes, alumnos o amigos se reconcilien con las figuras parentales; insistir una y otra vez en el perdón, aceptación y comprensión. Fíjense bien en la poderosa influencia que ejerce sobre mis venganzas la conexión o relación con mamá, papá, hermanos y resto de parientes. Entender es crecer. Cada cual le da la dirección que quiere a sus propia vida y esta hay que respetarla y punto.

- c) SINUSITIS: Esta es una investigación del Dr. Roberto Fontaine y confirmada por muchos pacientes. Ciertamente, la enfermedad debería llamarse SINOSITIS, por cuanto es una lucha entre SIES versus NOES: Soy inteligente pero no estudié ninguna carrera u oficio. Soy bonita pero no consigo pareja. Soy creativo pero no encuentro el asidero preciso. Soy pero no soy. Quiero tener pero no tengo. Sirvo para muchas cosas pero no hallo el camino adecuado. Soy altamente cariñoso pero no me corresponden en la misma medida. Soy sumamente pudorosa y tierna, pero mi pareja es tosca y ordinaria. Me prometieron una bicicleta si aprobaba el año, lo aprobé y no cumplieron su promesa. Me concedieron el permiso para ir a la fiesta, llegó el día y el papá borracho se empeñó en que no fuera... En fin, como podemos ver es una lucha entre el Superyó externo o interno y yo, el Inconsciente. Aquél dice NO, éste dice SÍ; o viceversa.
- d) ALERGIAS: Hay alergias orgánicas cuya identificación es rápida y fácil; por ejemplo a la penicilina, a los camarones, a los animales. No obstante, existen otras cuya patogénesis u origen, presentan un cuadro psico-emocional; esto quiere decir, que se presentan cuando el sujeto se enfrenta a situaciones emotivas y no logra explicitarlas y

explotarlas. Hemos presenciado alergias de miedo, de rabia, de tristeza, de amor. Los cuadros son muchos, al igual que las manifestaciones. Esto lo valida la experimentación: Se soluciona el proceso psico-emocional y el problema alérgico desaparece. Dos casos sirven de ilustración: El de una niña que sufría mucho cuando el tío llegaba y “jugando” la alzaba lanzándola hacia arriba y ella, al saber que el señor llegaba se brotaba enseguida, subiendo la temperatura; pues el tío dejó de hacerle “sus gracias” y la niña nunca más ha presentado el cuadro alérgico. El otro caso, el de una dama enamorada “sola” de un compañero de trabajo que laboraba en otro departamento; cuando éste se le acercaba y la saludaba con un beso en la mejilla; en el acto le daba “una bendita piquiña” en los ojos que nadie le encontraba explicación. Se enfrentó y procesó su “amor imposible” y ya sus ojitos han dejado de sufrir. Recordemos que en los ojos es donde concentro mi capacidad de amar. “Los ojos son el espejo del alma” -dice el adagio popular-.

- e) EL ASMA: Mucho se ha discutido con respecto a esta enfermedad que aqueja a niños, adultos y ancianos. Nos hemos encontrado casos, generalmente en hijos de madres trabajadoras, que presentan los síntomas cuando la señora se alista para irse y “se le quita” cuando la madre regresa. El asma tiene un origen fuertemente enraizado por el miedo de perder el objeto amoroso. La frase inconsciente sería: “Mami, ven rápido, no te vayas”. En Venezuela, los días de verdadera crisis, reportado e investigado en muchas clínicas y hospitales, son en “el día de las Madres” o “el día de los Muertos” o en “los 31 de Diciembre”. Recordemos que este país es fundamentalmente “mamitero” o “mamero” (como dicen los zulianos). Queremos dejar constancia que hemos mejorado muchos asmáticos creando situaciones donde los pacientes “se despiden” de la madre y cierran sus duelos racionalmente. Todos podemos entender que la muerte es un hecho ineludible e imprevisible: Los perros se mueren, las flores se marchitan, los árboles y ríos se secan; igual ocurre con el ser humano. Lo que pasa que en nuestro país, perder a la madre es como perder la vida... “Se puede morir la tuya y recibe mi pésame, pero la mía NO! ¿ Y quién me va a hacer la hallaca más sabrosa? Y ¿ quién me va a consentir cuando la pareja me deje?. ¿Quién me va a dar mi teterito de mondongo, haciéndome ñigui-ñigui?” Este sentimiento de pertenencia y dependencia no es fácil conseguirlo en otros países. Así que, vinculen y correlacionen

estas crisis asmáticas con el sentimiento de pérdida de la madre y ya verán.

- f) **EL VITILIGO:** Es una despigmentación ocurrente en ciertos sectores de la piel que algunas veces desaparece sin tratamiento, en otras ocasiones no avanza y en otras cubre todo el cuerpo. Quiero indicarles que Nelson y algunos de sus alumnos han notado una variable concomitante y reiterativa en que los vitíligos investigados surgen, en principio, en personas sumamente nerviosas o ansiosas y además sufren mucho con las peleas de sus padres divorciados o con frecuentes amenazas de separación. Son jóvenes muy sensibles a este tipo de maltratos entre la pareja asimilando, bien adentro, los problemas y discusiones patrocinados por ellos. Lo cierto es que estos pacientes cuando logran entender estos altercados y no se enganchan, con sus sentimientos de culpa o de rencor, las manchas blancas se reducen o se extinguen, como sucedió en dos casos de Ciudad Bolívar, otro en Acarigua y tres en Maracaibo a los pocos días de concluido el Taller. Esta es otra de las investigaciones que exige validaciones precisas con estudios más profundos y sistemáticos. Por lo pronto, que sirva como punto de referencia.
- g) **LA MIGRAÑA:** Comúnmente conocida como “jaqueca”. Es una enfermedad terrible que se manifiesta con fuertes dolores en cualquiera de los parietales. Aparentemente, al igual que la SINUSITIS, es un malestar que va y viene en el tiempo con cierta periodicidad. Lo cierto es que le da a las personas “que tienen algo evidente que se resisten a aceptar”. Una buena madre con su hijo drogadicto; soy buen mozo pero no acepto mi ojo tuerto; soy negro pero quiero ser blanco; me dejaron de amar y sigo enamorada (o) manteniendo la esperanza ; soy bajo de estatura y me niego aceptar esta condición; supe que soy el hijo no deseado, eso me abochorna y entristece . En fin, cuando ataco con estas migrañas es porque Superyó no me deja aceptar las circunstancias tal como son y me ciquitrilla con el bendito “qué dirán”. Para estos casos hay que hurgar bien profundo dentro de mí y conocer donde radica la causa generadora de mi inconformidad. Detectado y aceptado el origen, los dolores amainan mejorando notablemente. Dentro de los casos registrados resalta uno cuya sintomatología desapareció hace tres años. Me refiero a la de un joven ciego de nacimiento quien no aceptaba su condición de tal, haciendo cinco o

seis crisis de migrañas al mes, maldecía todo, se aislaba a menudo, lloraba a gritos seguido de náuseas incontrolables, pateaba a quien lo rozara. En fin, un caso verdaderamente conmovedor. La psicoterapia lo ayudó en gran medida a entender y concienciar que su realidad era no tener vista, pero su verdad era que tenía vida para desarrollar los otros sentidos con mucho mayor intensidad en comparación con los que vemos. La realidad puede ser torturante pero la verdad siempre es harto esperanzadora. El joven asiste a su Asociación, aprendió a usar el bastón, estudió música y hoy en día ya está mostrando la risa de los hombres sabios y serenos. Soy, me acepto, me quiero...

- h) EL LUPUS: Esta es otra de las enfermedades que no tienen explicación en cuanto a su causalidad. Señalan los médicos que se presenta generalmente en personas del sexo femenino, adolescentes y jóvenes. En latín, significa LOBO y es una afectación auto inmune producida por la misma sangre y se transfigura en la piel formando algo parecido a las alas de mariposa. Es una enfermedad que puede matar en horas, en días o puede perdurar en el tiempo. Ataca vaso, riñones, hígado y corneas... La investigación "in situ" arroja como resultado que estos pacientes presentan, en común, problemas severos de rencores o culpas con ambos padres; por ejemplo, "hijo de prostituta con un alcoholico"; "A mí me crió mi abuela porque mis padres me abandonaron y nunca más quisieron saber de mí"; "Mi papá es un hombre muy mujeriego y mi mamá no hace nada por separarse"; "Mi papá me sedujo, mi mamá lo sabe y se hace de la vista gorda". Además de estos casos, el lupus es muy común en jóvenes adoptadas "que supieron la verdad". Esto es lo que Nelson llama "verdad inútil". ¿Para qué decirle la verdad a un niño adoptado; qué se gana con eso?

Esta verdad es terrible en la mente de un adolescente. Imaginemos esta dramática escena: "Hijo, ya usted tiene edad para saber que ni él es su padre ni yo su madre" y la pregunta lógica e inmediata surge: "¿Y quiénes son mis padres?". "Ay! mijo, nosotros no lo sabemos, a usted lo recogimos muy chiquito y nunca supimos quienes eran. Bueno, pero no se sienta mal, nosotros lo hemos querido como si fuera un hijo verdadero, esta es su casa y puede seguir contando con nosotros". Realmente es muy doloroso oír en los Talleres que el sujeto se metió en su cuarto, profundamente confundido y conmovido sin saber qué pensar ni qué hacer en el

futuro... “¿Los seguiré llamando papás, se lo diré a mis compañeros de clase, cuántas otras personas conocen mi verdad, por qué mis padres me abandonaron, qué voy a hacer con mi vida ahora?”. Adolorido, atrapado en la absoluta convicción, sublima su angustia con este llanto desgarrador: “¡Coooño! ¿Por qué me engañaron?”. No, amigos lectores, esta vaina no es justa. Traumar a un niño así además de inhumano es psicológicamente difícil de superar. IVEPSI está dispuesto a debatir nuestra posición en cualquier escenario. Inviténnos y convéznannos de lo contrario. Les agradecemos llevar argumentos bien convincentes.

Se dan cuenta que esta es una necia verdad inútil. Para mi salud mental y en nombre de la Armonía interior, prefiero mil veces una mentira útil que ser una persona despreciada, abandonada y desgraciada.

¡Señores! Si decidieron adoptar un niño con nobleza humanitaria, por favor, no destruyan con los pies lo que tan bellamente han labrado con sus manos y corazones y si temen que “algún entrépito” quien nunca falta, le diga la verdad al niño, defiendan su paternidad con toda vuestra vehemencia, cual tigres protectores de su cría y desmientan al intruso delante del muchacho, busquen ayuda en vecinos sensatos hasta que el hijo crea en la “mentira útil”. Si es necesario, múdense del lugar, que bien vale la pena continuar con la noble misión de ser personas útiles a la humanidad y continúen haciendo feliz a un niño abandonado por unos padres inhumanos, irresponsables y perversos. El lupus, para nosotros, es una enfermedad, cuyo origen es psíquico y ataca el cuerpo hasta matarlo. La medicina preventiva es vital en estos casos y le sugerimos a los médicos tratantes preguntarles a sus pacientes lúpicos qué les sucede con el binomio padre-madre. Van a sorprenderse de las respuestas. Hurguen y verán!

- i) **HIPERTENSIÓN:** Esta es la enfermedad que bien se ha ganado el sobrenombre de la “asesina silenciosa”. Hemos encontrado algunos hallazgos correlacionales y los damos como aporte para una exhaustiva investigación experimental, donde se evidencia que en estas “subidas intempestivas de la tensión” está presente una **profunda necesidad maternal**, un verdadero miedo a perderla o un íntimo dolor por haberla perdido. Sería interesante confirmar esta proposición. Varios Pediatras la han reportado en niños sanos,

cuyas madres trabajan en la calle desde la madrugada hasta la noche. Es toda un sintomatología que tiene mucho de emocional y si es así, yo el Inconsciente estoy metido en eso. Una de las preguntas que Nelson y su equipo le hace a los hipertensos es: ¿Qué pasaría si tu mamá muere?. La cara de disgusto y la presión arterial no se hacen esperar. Cuando la madre ya ha fallecido se indaga: ¿Cuánta falta te hace mamá?. Generalmente el llanto responde por ellos. Vamos a investigarlo.

- j) **HERPES:** Hasta los momentos el vulgo lo vincula a la “orina de una arañita”, otros insisten que se debe a la exposición al sol en la playa, etc. Lo que yo, el Inconsciente, les puedo decir, es que cuando tengo problemas con los hermanos me hago presente. Discusiones interminables por problemas de herencia, muerte inaceptada de algún hermano, ser hijo único, ser el único hermano engendrado fuera del matrimonio, ser el único hijo reconocido, tener un hermano drogadicto, homosexual, delincuente o simplemente uno que hace sufrir mucho a los padres. Eso origina herpes. Focalizado el rollo, disuelto el enjambre y ordenada la estopa hemos visto, en minutos, que el herpes desaparece. Es sorprendente, increíble, suena a brujería pero nosotros decimos la verdad. En minutos se cura.
- k) **UÑAS ENCARNADAS:** Yo les puedo asegurar que por nada del mundo deseo hacerle daño al cuerpo de “YO”, pero cuando siento “culpas” derivadas de la acusación incisiva, perfectista y quisquillosa por parte de Superyó, encajo las uñas en la carne produciendo el dolor que muchos conocen... Este sentimiento surge en mí por múltiples motivos: En niños no deseados, en hijos con padres sumamente críticos, en personas que se descalifican y autoagreden, en hijos que sienten han abandonado a sus padres por estudios o trabajos lejos del hogar. En las personas depresivas o muy sensibles son muy comunes las uñas encarnadas o los fastidiosos “uñeros” como los llaman algunos. Bastaría comprender que cuando Diosito lindo hizo la vida no la creó para que nosotros lo perdonáramos o la cambiáramos. En la vida no hay nada que perdonar. La vida es aceptar. Ella es unión y separación. Separación y unión. Es la ley de Diosito lindo.
- l) **VARICES:** De las tres personitas que conforman la personalidad, yo soy, como pueden notar, el mas “complicado”. Lo que pasa es que

poseo tanta energía y deseo hacer tantas cosas que cuando Superyó insiste en limitar el despliegue de mis potencialidades y me obliga a caer en la rutina, pues, simplemente, lentifico mi querer hacer y se produce el malestar. Y digo: **mente que no circula sangre que no circula**. No soporto que de lunes a viernes, trabajo; el sábado, de 8 a 9 la misa; de 9 a 10 la visita al cementerio; después las compras en el mercado; preparo la misma sopita dietética; de 1 a 3 la siesta; de 3 a 8 televisión; NO! y NO! Si tú, Superyó, eres feliz no arriesgándote a vivir y condenas a “YO” a esta tiránica monotonía y no me dejas ser, sentir y realizar todo este volcán que llevo por dentro, entonces, no circulo y produzco varices...Por eso, el Dr. Fleury nos recomienda “Correr es Vivir”. El sedentarismo es mi enemigo; pero no es convertirnos en atletas olímpicos, corriendo todos los días varias horas, es elaborar un nuevo esquema, un dinámico Proyecto de Vida que contenga un régimen de alternar actividades y variar para diversificar la cotidianidad diaria con otros quehaceres. El secreto es ponerme a circular la mente para que circule mi sangre, se activen mis glándulas y se pongan a segregar las miles de sustancias que Dios puso allí para eso...Y punto! Una de las várices más dolorosas son las hemorroides. Estamos en capacidad de reportarlas en personas sumamente irritables, rabiosas, inconformes y pesimistas. Sería plausible que los investigadores incorporen este elemento psico-emocional y lo correlacionaran con esta reiterativa dolencia tan común en personas que han perdido su propia dirección. Lo que quiero decir es que me siento atosigado por las necesidades de Superyó con sus disonancias y exigencias tan gafas. [hemo] es sangre y [rroide] es rabia. ¡Ahí les dejo eso!

- m) HERNIAS DISCALES: Pareciera que esta es la enfermedad del momento. Tiene preferencia por los ejecutivos y secretarias. Nosotros informamos que la hemos presenciado en personas con muchas cargas emocionales que no le corresponden. Se montan en el lomo a toda la familia, incluyendo los cuñados, los vecinos, los compañeros de trabajo y hasta los hijos del conserje. El sujeto comienza con pequeños dolores en el cuello; luego se le acentúa, se presenta la hernia, la operan y aparece otra hasta terminar en la “joroba”. Joroba es energía emocional reprimida y los “juanetes” son energía intelectual reprimida. Quiero insistir que yo, el Inconsciente, soy altamente sensible y sumamente inteligente. Sensible para crear transparencias bien artísticas e inteligente para

ordenarlas a fin de que la presentación de mis ideas, ante los jefes, salga perfecta y convincente. Pero si estos señores se ponen cómicos, buscándole las cinco patas al gato y me subestiman el tremendo esfuerzo creativo que he hecho para salir airoso en el cumplimiento de mi tarea; entonces, de noche, chirriaré los dientes, roncaré como un león durante la noche y a los dos días empezaré con los dolorcitos en la espalda. Si el acoso continúa monto la hernia, diseño mi joroba hasta presentar la parálisis total...

Es común encontrarla en personas jóvenes trabajando en puestos poco creativos que no exigen mucha complejidad y no ofrecen una atractiva carrera de ascensos. Igual sucede con parejas, cuya monotonía, las obliga a vivir de rutina en rutina. Las jorobas hacen “bajar la cabeza”, escondiendo la mirada, como avergonzados, arrastrando los pies, desgonzados, lentos, deprimidos... ¡Se los dije!. Soy altamente sensible y altamente inteligente. Si intentan detener la expresión de toda mi energía, emocional e intelectual, me enfurezco y ATACO!

He hablado de disonancia emocional. La manera más fácil de entenderla es interpretarla con ideas en confusión, sentimientos desordenados, conflictos en la relación íntima con otros. Es un estado de afectividad intensa y mal correspondida. El hallazgo que más se repite en las personas con hernias reiterativas apunta hacia sujetos que no logran entenderse bien con hermanos o son hijos únicos o hermanos de diferentes padres. Se han reportado casos donde el sujeto es quien “lleva las riendas de la casa” y ha asumido las responsabilidades económicas y emocionales cotidianas. Podríamos decir, colocados en el imperativo de la brevedad, que toda hernia enmascara una carga grande y es en el lomo donde el “burro” se la monta.

MIS VENGANZAS: PARTE III:

¡De mi estilo de pensamiento depende mi Vida!

Dejamos de pensar solo cuando dormimos profundo... Por eso Nelson insiste, basado en conclusiones de los psico neurólogos, en que: “Soñar es pensar dormido”, o sea, que hasta hoy dirás: “Anoche soñé tal asunto” A partir de hoy, si quieres decir la verdad, tendrás que decir: “Anoche pensé muchas loqueras y no dormí un carrizo”. Te invito a que leas el capítulo de los estilos de pensamiento más adelante.

La actividad cerebral no se detiene. Los animales también piensan! ¿Te extraña esta afirmación?. Y no es para menos! Si no piensan explícame: ¿Cómo, entonces, los pajaritos saben donde emigrar; cómo los perros eligen las matas precisas para purgarse y los cocodrilos “recuerdan” el lugar donde pusieron sus huevos? Esto para ponerte solo pequeños ejemplos. Algunos responderán que es por instinto. ¿Y qué es el instinto?. De acuerdo a Freud, instinto es dirección. Siguiendo a Piaget, instinto son impulsos de memoria y Darwin los ubicó como esquemas heredados. Sea lo que sea, estamos hablando de actividad cerebral. ¡Obvio! Que no “piensan” como nosotros los humanos. Aunque pensándolo bien: ¿Verdad que hay humanos que piensan como animales?.

Bueno, pero concentrémonos en mis venganzas, parte III.

He dicho que de mi estilo de pensamiento depende mi vida y esto es crucial para entender el origen del CÁNCER. Lo voy a repetir una vez más: He dicho que de mi estilo de pensamiento depende mi Vida y esto es crucial para entender el origen del CÁNCER. Si Usted, atento lector, no quiere sufrir de cáncer, entonces, como tarea para prevenirlo, todos los días y todas las tardes y todas las noches, repita esta oración: “ De mi estilo de pensamiento depende mi vida y esto es crucial para entender el origen del cáncer...” Récela en familia y en su grupo de trabajo y en toda fiesta donde se encuentre. ¿Ya se la aprendió?. Mire que se la vuelvo a repetir.

¡Sí! Definitivamente esta enfermedad terrible no surge de la noche a la mañana; los estudios indican que tiene “un período de incubación” de por lo menos 9 meses antes de su aparición definitiva.

Los investigadores del cáncer han explicitado tres causas concomitantes y han descubierto lo que hasta hace poco yo mantenía a hurtadillas. Era mi secreto mejor guardado que la psico-neuro-inmunología-lingüística logró develar pero que no me hace desistir. Veamos pues las tres causas que esta importante ciencia ha detectado en mí:

- **Estrés:** Es la reacción del cuerpo de “YO” ante la zozobra en la cual nos mantiene Superyó con sus miedos internos y frente a las amenazas externas. Cuando se manifiesta compromete los tres sistemas principales: El digestivo, respiratorio y circulatorio. Más adelante profundizaremos en estos elementos.
- **Represión emocional:** Queda definida en los términos de las prohibiciones impuestas por quien les conté ante el sentir y pensar. Si “YO” quiere quitarse los zapatos en una fiesta o reunión, en el acto yo lo autorizo para sentir ese placer tan sabroso de andar libre sintiendo el cambio de temperatura del piso o la tierra. Pero entra el señor Superyó con su bendito “¡no! qué dirá la gente”, allí “YO” se reprime y yo me aburro, rumiando adentro por semejante necedad. Similar situación ocurre en el sexo: Estoy gozando un puyero, le ordeno a “YO” que grite, se explaye, disfrute al máximo, que le diga a los vecinos: ¡Si no quieren oír, múdense! Y de nuevo aparece el gafo puritano reprimiéndonos ganando esta batalla otra vez. Si a esto le agregamos los mandatos “no bailes así, cuidado si te ven, tu no sabes cantar, no te pongas esa ropa, no llores en público, no expreses tu malestar, cállate, no te arriesgues, no opines, sé comedido al reír, no compartas tus tristezas, sé reservado siempre”. ¡Si!, queridos lectores, cáncer es mi respuesta a tantos NOES...
- **Conflictos con el padre, la madre, familiares, pareja, jefes o con todos:** Para entender esta causa les pido que regresen a mis venganzas parte II y profundicen en sus contenidos. ¡gracias!-

¡Sí! Y lo declaro abiertamente: YO, EL INCONSCIENTE, EL REY DEL GOCE Y DEL GUAGUANCÓ, A QUIEN LO ÚNICO QUE LE INTERESA ES VIVIR PARA MORIR EN ARMONÍA, SOY EL CAUSANTE DEL CÁNCER!

Cáncer significa ¡Cancelado!, es decir, que ya no hay deudas por cobrar ni deudas por pagar. ¡Hasta aquí te traje el tren, amiguito! Me calenté con usted, señor Superyó, que empeñado en no dejarme VIVIR ni experimentar las muchas aventuras que la vida nos ofrece; encerrado en tus rutinas y tus benditos miedos “al qué dirán”, que me limitaste y frenaste el desarrollo de todas mis habilidades y atributos e impediste que mi sensibilidad o inteligencia las mostrara al mundo, HOY, decidí acabar con tanta represión y MATO al cuerpo del pobre “YO”, matándote a Ti y suicidándome yo!

¡De mi estilo de pensamiento depende mi vida! Como se habrán dado cuenta, mis muchachones lectores, Dios, Alá, el Átomo o quien sea vuestro Creador, nos puso un cerebro, repleto de trillones de neuronas. Estas “señoritas” aún no nos han revelado todos sus secretos y por lo visto faltan muchos años de investigación científica (no mágica ni brujérica) para descubrirles todo su potencial. Por lo pronto, nos han hecho saber de tres actividades que interactúan en plena concordancia y reciprocidad; ellas son:

La actividad Psicolingüística encargada de producir los pensamientos y las imágenes con las cuales “soñamos”. Es por eso por lo que cuando pensamos de noche, lo que vemos es una película perfecta, plena de imágenes, donde el único Director soy yo, el Inconsciente. El que todo lo puede haciendo uso de mi tiempo y espacio. La psico-neuro-inmunología-lingüística nos traza un modelo integral donde si la psiquis está enferma, vale decir contrariada, confusa o neurótica, activa sin lugar a dudas, el sistema neuronal, éste le informa al sistema inmunitario que actúe y comienza la lingüística interna regulando para el bienestar o luchando con el malestar como notaremos a continuación.

- a) La actividad bioquímica es la encargada de segregar cantidades de sustancias derivadas de **mi estilo de pensamiento**. ¡Esto es correcto! Si pienso, siento y si siento, segrego. Es decir, sin el permiso de Descartes, **PIENSO, LUEGO SIENTO Y DESPUES SEGREGO**. Esta es la dinámica: Si tengo pensamientos de miedo, de rabia o de rencor en el acto segrego **ADRENALINA**. Si tengo pensamientos de tristeza, decepción, culpa o desesperanza, me agobio e inmediatamente segrego **MIXTALINA**; en cambio, si pienso en alegrías, éxitos, amor y vivo expresando gratitud, todo mi cuerpo se inunda de **ENDORFINAS!**

- c) La actividad electromagnética regula las ondas cerebrales. Como un adelanto les indico que cuando pienso mal de alguien activo la onda Beta, cuyo color es negro marrón. Pero, si pienso bien de esa persona y la admiro intensamente, se activa mi onda Alfa, cuyo color es blanco amarillo. Es lo que a muchos les ha dado por llamar “el aura”, lo cual no es otra cosa que los colores de mis siete ondas cerebrales. Por eso es que a los Lamas y Santos, que no odian a nadie, al concentrarnos cinco centímetros sobre sus cabezas, observamos los colores de sus respectivas ondas cerebrales.

En concreto, podemos concluir que: **Primero pienso, luego siento, segrego e irradio Luz!**

¿Se dan cuenta por qué de mi estilo de pensamiento depende mi vida?.

¿ Y qué tiene esto que ver con el Cáncer? - preguntarán ustedes - pues, sigan leyendo y ya verán...

Hablemos de la Adrenalina: esta es una sustancia que segregamos cuando tenemos pensamientos de miedo o de rabia. Fíjense en lo asesino que somos con nuestro pobre cuerpo: Imaginemos a un fulano que amanezca con este estrés en su pensamiento: “Me despierto y sin levantarme de la cama inicio la letanía: ¡Qué vaina!, volver a trabajar otra vez. Hoy tengo reunión con el Jefe; ese desgraciado cree que es el único que trabaja; debe tener rollos con su mujer pues llega de primerito, se va de último y pretende que todos lo imitemos. El único jala mecate es el chupa media de García... Y con este sueldito que no alcanza para nada. Tengo que pagar la luz, el teléfono y el gas. Esos desgraciados creen que uno es millonario, suben las tarifas como les da la gana y el maldito gobierno los apoya. ¡Claro! Total, son ellos los que pagan las campañas. ¡Verga! ¿Me habrán robado el carro?. Es que con esta inseguridad y con esta limpieza ¿cómo pretenden que asegure el carro?. Tengo que llamar a mi mamá; ¡coño! Pero es que la vieja sabe que yo soy el único que le pasa y me pide para darle al mantenido de mi hermano. Ese rata sin vergüenza. Dígame si no viene el transporte... Voy a tener que llevar a los carajitos y esto me va a retardar. Si llego tarde me van a formar mi peo y esta mujer que no me ayuda. (se levanta...) Dígame si no hay agua, ese es el bendito conserje que la pone cuando le da

la gana. Bueno, por lo menos, con este chorrillo medio me puedo lavar. ¿Por qué no saben usar el maldito tubo de pasta?. Por cierto tengo que comprar otro cepillo. Hasta de esto debo estar pendiente. No se puede vivir en esta casa”.

Total, compadre, que, este pobre hombre, aún no ha salido de su casa y ya tiene el cuerpo totalmente inundado de adrenalina y de mixtalina. Con lo que hemos oído, vamos a imaginarnos el succulento día que nuestro amiguito pasará...

La adrenalina tiene la virtud de licuar la sangre; es decir, cuando tengo pensamientos de miedo, rabia, resentimientos o rencor, como un tremendo mecanismo de defensa, surge ella para evitar que la sangre produzca trombos e infartos. Está allí para autorregular el cuerpo ante situaciones de miedo o de rabia. Acompaña al cuerpo para que se enfrente al ataque o a la huida... Fíjense en los boxeadores: Ambos están sometidos ante la circunstancia de atacar. Si a uno de los contrincantes le parten la ceja, como la adrenalina licúa la sangre, la pelea hay que detenerla porque la sangre no deja de salir. Podemos deducir, entonces, que esta sustancia es vital para seguir viviendo pero por un ratito nada mas. Ahora, si me la paso todo el santo día adrenalinado, miren lo que hace :

- La **adrenalina** seca la boca, produce gingivorragia (al cepillarnos sangra la encía) y cuartea los labios. (no hay crema de cacao que le valga).
- La **adrenalina** hace sangrar la nariz. Por eso es común verla en niños y atletas después de las competencias deportivas.
- Ella seca los ojitos y produce conjuntivitis crónica en personas o niños sometidos a circunstancias de mucho miedo y rabia. (recuerden a los enamorados solos)
- Ella seca los oídos impidiendo o trastornando el libre fluir de la cera. ¡Ojo! Con las otitis. Olviden el uso de los hisopos, ¡por favor!
- Ella seca el cuero cabelludo, predispone a sufrir del hongo de la caspa y caída del cabello.
- La **adrenalina** seca la piel, enrojece los codos y es común observarla en personas, cuyo profundo **miedo de vivir**, hace que sufran de psoriasis.
- Seca el tejido celular, lo ulcera y produce **Cáncer!**
- Cuando ando adrenalinado los zancudos me pican, los perros me muerden, las culebras me atacan, marchito las flores, las plantas se

me secan, corto la leche, la torta no me levanta, pudro el guiso de la hallaca, el perfumito de la mañana se me evapora a los diez minutos, la boca me huele mal, nadie se me acerca, quemo los bombillos, daño el aire acondicionado, descargo la batería del carro... En fin, hermano, ando mal...!

Así que, cuando vean a alguien que anda con la adrenalina a millón, pásenle por el lado y díganle: “La adrenalina da cáncer...” y huyan, amigos, porque de que se pega, se pega!

Ahora hablemos de la mixtalina: Realmente es un nombre inventado, dado que, propiamente, como sustancia, no existe. Es un vocablo acuñado para facilitar la memorización de la misma; por cuanto, cuando pienso o siento en situaciones de tristeza, llanto, decepción o dolor, en el acto segregamos un montón de sustancias difíciles de cuantificar. Imagínense que una lágrima contiene sustancias muy diferentes a la otra. Por eso la hemos llamado mixtalina, porque es una mezcla de muchas sustancias. Lo hacemos facilitando la comprensión en el ámbito pedagógico, nada más.

En psicoanálisis se dice que se produce dolor cuando se acumula demasiado afecto. El dolor psíquico es funcional dado que no se puede hallar ningún estímulo externo determinante. Hay personas que existen porque viven pero psicológicamente andan como muertos: Apáticos, distímicos, ciclotímicos, sin voluntad, abúlicos, decepcionados y con una “tristeza larga”. Cuando ando mixtalinado, los párpados son lentos en su movimiento, los hombros se caen, el cuerpo se descompensa, las piernas desfallecen, la mente se desvitaliza, arrastro los pies y bajo la cabeza... El sabio mira hacia el cielo buscando los secretos del cosmos mientras el deprimido mira hacia la tierra eligiendo el hueco donde desea meterse...

La tristeza existencial propicia que el cuerpo segregue, permanentemente, sustancias que por un ratico son buenas para el cuerpo pero por nueve meses son tóxicas para el organismo. Una buena llorada es muy sabrosa pero una persona que a cada rato se la pase llorando, además de ser fastidiosa, tiene que enfermarse.

“Morir juntos es patológico” nos dice Roberto Fontaine. Y mucha razón acompaña al Maestro. Por ejemplo, esas personas que guardan

luto por tantos años o suspiran recordando el amor que pudo haber sido y nunca fue o sienten la nostalgia por su país de origen o recuerdan a la empresa aquella donde trabajaron tantos años... ¡No! Amigo, ¡No! Amiga. Ciertamente, ¡la vida no es fácil, pero hay gente que se la hace burda de difícil!

“Yo y mis circunstancias” nos dijo Ortega y esto también es correcto. Soy objeto de las vicisitudes de la vida. Pobre de aquel que crea que la vida es puro chocolate. La gente sabia y madura convierte sus circunstancias en experiencias; sin embargo, los neuróticos las convierten en fracasos y usted las oye: “tenía que pasarme a mí”, “cuándo no es pascua en Diciembre”, “es que cuando el pobre lava, seguro que llueve”, “Si Eustoquio viviera”, “¿Por qué te lo llevaste, Dios mío, si era tan bueno?”, “Es que yo no puedo olvidarlo, nunca podré encontrar un hombre como él”. “Para mí la vida se acabó”. “Es que no puedo vivir sin ti”. “Si tu me dejas, me suicido” “Esas son pruebas que nos pone Dios”.

¡INMADUROS! ¡APEGADOS! ¡ADICTOS! ¡DEPENDIENTES! ¡NEUROTICOS! Eso es lo que son al permitir que Superyó gobierne vuestras vidas y que me perdonen los religiosos creyentes en: “Bienaventurados los que sufren por que de ellos será el reino de los cielos”. Esta es una de las mentiras más torturantes y psicóticas que ha inventado el hombre. Dios no puede ser tan perverso. ¡NO! Amigos lectores, bienaventurados los que no sufrimos, bienaventurados los que Si disfrutamos el vaivén de las olas del mar, de un beso intenso que dure media hora, de la metamorfosis de un gusano convertido en mariposa, de un carbón cuando se gradúa de diamante, del sudor producto del trabajo honrado, de una diarrea que sirve para desintoxicarnos, de un amor que se fue porque nos invita a volvernos a enamorar. Díganle: “Te amo y puedes irte.” Y... que ¡VIVA el despecho! . Que viva el estrés porque nos invita a sacar mas voluntad. Que viva el ruido, la corrupción, la contaminación y el narcotráfico... Ustedes dirán que estoy loco y tal vez no les falte razón. Pero yo creo que éstas Si son pruebas que nos pone Dios para que, por fin, nos demos cuenta del grado de evolución cerebral en la cual todavía nos encontramos los HUMANOIDES. (significa: Hombres con tendencia a la humano)

Podemos entender, entonces, que Ustedes y yo andamos montados en el autobús histórico de los Humanoides.

La mixtalina se reconoce cuando:

- La saliva se torna espesa, pastosa, amarga, con el hedor característico de las personas enfermas, que suelen estar tristes o agobiadas por el dolor físico y psíquico.
- Esta saliva está asociada a la acidez e indigestión. Así que no se permitan esas comidas de negocios o almuerzos familiares para chequear las boletas escolares o los recibos del teléfono. Estos eventos nos ponen tensos, irritados, decepcionados. Apaguen el televisor y decidan comer bien alegres, como celebrando que, por lo menos, hoy tuvieron para llenar el saco.
- La mixtalina se concentra en la nariz y produce sinusitis. Recordemos que la “si-no-si-tis” es una lucha interna entre Superyó y yo. Entre los “síes” de él y los “noes” míos o viceversa. Y en esta guerra nuestra sale perjudicada la pobre nariz de “YO”, que es el cuerpo. Por eso cuando la controversia se pone fuerte la mixtalina huele como huele.
- Y por favor, no me hagan llorar a los pitufos. Es un error decir: “Deja que ese muchacho lllore, así se le desarrollan los pulmones”. Lo que se le desarrolla es una fuerte ingestión de mixtalina. Cuando un niño o un adulto llora con mucha seguridad está pasando algo. Por eso, después de llorar y comer, el niño expulsa “los buchecos” bien hediondos obligando al padre a cambiar de camisa. Si el bebé pudiera hablar le dijera: “No papi, no es que estoy podido, es que cuando un hombre con hambre llora lo que sueta es una combinación perfecta de adenadina con mixtalina; así que para la próxima no me hagan llorar”.

La **adrenalina y la mixtalina** son unas auténticas “comadres” que andan generalmente muy juntas. Es típico oír a una mujer expresarse así discutiendo con su pareja: “Yo no sé por qué lloro, me da rabia que me veas llorar por ti; lo que tengo ganas es de matarte. ¡idiota! ¡imbécil! Yo no sé por qué me enamoré de ti... te odio!”. Esta bella dama, sensible e intensa, está reaccionando muy bien. Es decir, está segregando muy bien, como tiene que ser. Dios nos puso cerca de 2.000.000 (dos millones) de glándulas para que las

usáramos, las sintiéramos y las saboreáramos. Por supuesto, que no estoy estimulando a los hombres a que hagamos cosas para que nuestras mujeres segreguen. Ese hombre es un desgraciado, ¿verdad muchachas?. Lo que estoy destacando es que esta dama reacciona adecuadamente ante un estímulo externo. Ella está explotando; sería muy terrible para su salud mental y física que implotara y reprimiera sus emociones, haciéndose la fuerte “para no demostrarle a ese perro lo que siento por él...”

Ahora corresponde el turno a las maravillosas ENDORFINAS:

Le he colocado el adjetivo de “maravillosas” porque la verdad es que son como un elixir, el sedante perfecto, el afrodisíaco que no falla, la única sustancia que nos ayudará, de por vida a los sanos y enfermos a prevenir y curar el cáncer!

Ya hemos revisado que cuando tengo pensamientos de miedo, ansiedad, rabia y rencor segrego adrenalina; cuando pienso en situaciones de tristeza, llanto, culpa y dolor, segrego mixtalina. Pero cuando busco dentro de mí pensamientos de alegría, ternura, admiración, gratitud y amor, segrego Endorfinas!

Son tres laboratorios que Diosito lindo nos obsequió. Generalmente mantenemos activados los dos primeros. El de las Endorfinas es el menos usado. La verdad estriba en que el día cuando descubramos la potentísima utilidad de estas sustancias y disciplinemos su segregación, el mundo, la naturaleza y Dios suspirarán victoriosos por nuestra anti mortal decisión.

¡EL SECRETO ESTÁ EN LA SALIVA!

¡Sí!, bondadosos lectores, en la saliva está el secreto:

- **La adrenalina seca la boca!**
- **La mixtalina amarga la saliva!**
- **Las endorfinas endulzan la saliva!**

¡Y no solo la endulzan, si no que la aumentan y la perfuman!

¿Lo desean comprobar? ¡Bueno! Bañen a su bebé, sobándolo con sus manos cálidas, delen su teta o su tetero sin prisa ni ansiedad, sáquenle los gases y huelan el buchecito. ¿Huele bien, verdad? Ahora, pónganse a jugar con él y háganlo reír... ¿se está babeando? ¿verdad que huele rico?... Allí tienen pues, la cantidad, el sabor y el olor de las maravillosas endorfinas!

¿Lo quieren seguir comprobando en ustedes mismos? Okey.

Agarren a su pareja y báñense juntos, sóbense bien con sus manos cálidas, inventen besos que duren, por lo menos, media hora cada uno. ¡NO! todavía el coito no. Acaríciense todo, pero cerrando los ojos... SIENTAN! SIENTAN! SIENTAN! RÍAN! RÍAN! RÍAN! SEGREGUEN! SEGREGUEN! SEGREGUEN! MOJEN! MOJEN! MOJEN! ¿Que no pueden controlar la saliva? ¡Eso es! Más saliva, más saliva dulce, dulcita! Y cuando ya no aguanten más métanse el uno dentro de la otra y la otra dentro del uno, sin prisa ni ansiedad, sáquense bien los gases y huelan los buchecitos... ¿huele bien verdad? Ahora, arrópanse hasta la cabeza, ¿verdad que huele rico? ¡Allí tienen pues, la cantidad, el sabor y el perfume indescriptible de las Endorfinas!

¿Qué tienen ganas de dormir? ¡Entonces, duerman! Abrácense bonito, sin que los brazos estorben y se les encalambren. Duerman... seguro que van a dormir profundo, excelsamente satisfechos y acompañados con la mirada aprobatoria de Dios. ¡Sí! Hermanos míos, DIOS ES FELIZ CUANDO SEGREGAMOS HACIENDO EL AMOR. NUNCA OLVIDEIS QUE ÉL NUNCA SE EQUIVOCA. SI NOS PUSO ESO FUE PARA ESO. ASI QUE HAGAMOS FELIZ A DIOS. ¡Yes!

¿Ya despertaron? Entonces sigan leyendo ¡Gracias!

Los padres de Nelson se mudaron para el cementerio hace muchos años. El viejo Pablo murió de un infarto fulminante. ¡Ah! Viejo pá bravo, compae. Se la pasaba con puros pensamientos full adrenalina... Si llovía decía: “Qué vaina, amaneció lloviendo”. Al rato salía el sol y volvía: “Qué verga, aquí si hace calor!”. El viejo Pablo era el conflicto ambulante; a todo le encontraba un pero. La vieja Isidra se levantaba tempranito para hacerle el mondongo que tanto le gustaba; se lo servía en aquella mesa pulcra y tantas veces recordada. La pobre vieja, ya acostumbrada a su estimulante ternura, le preguntaba buscando su justo reconocimiento: “¿Quedó bueno el mondongo, viejo?” Y el Pablo respondía: “Con hambre toda vaina es sabrosa!”. Cuenta el abuelo Francisco, quien lo crió, que “el Pablo era tan arrecho, tan arrecho, que cuando joven iba a las fiestas con la camisa arremangada, por si acaso, le salía uno tan arrecho como él que quisiera probarlo...”. Realmente, el viejo Pablo vivía lleno de rencores, nunca perdonó el abandono del “desgraciao ese que me engendró y que, gracias a Dios, nunca conocí...”. Tenía que morir como vivió: Con el rostro duro, severo, con el ceño fruncido repleto de incógnitas, malhumorado generalmente y con la mirada lánguida, inquisitiva, desconfiada, típica de la persona con muchas interrogantes sin respuestas...

En cambio, la vieja Isidra, quien era más buena que tu mamá, murió de cáncer. El estilo de pensamiento de Isidra era mucho más co-activo. (quiere decir: junto a la acción). Era una mujer práctica, no se enrollaba mucho y se enfrentaba a la vida con coraje y con la voluntad férrea de convertir a sus hijos en Ganadores. ¡Y casi lo logra! Nelson piensa que los sentimientos de culpa y decepción mataron a su Isidra... Pero lo que Isidra nunca supo fue que no todos los hijos nacen con la misma evolución cerebral ni tienen el mismo ritmo de aprendizaje ni el mismo potencial para el crecimiento personal. Si lo hubiese sabido, como era bastante locuaz e inteligente, hubiera podido direccionar su vida hacia otros horizontes...Y seguro, no se habría mixtalinado tanto con la muerte del viejo Pablo o con la triste realidad-verdad de algunos de su hijos.

Infarto y Cáncer son palabras mayores...

¡Son mis venganzas más fulminantes y dolorosas!

La muerte de sus dos viejos, sumadas a la de su tío Juan, un joven bohemio, solitario y triste; la de su abuela María, de quien copió Pablo el modelo querre-querre; la del triste Arnaldo, la del fogoso Vicente Emilio Arias; la del decepcionado viejo Ricardo González y la de tantos otros amigos entrañables de Nelson, lo dejaron perplejo y lleno de asombros. A todos los conoció profundamente. Durante muchas horas les escuchó a cada uno y supo de sus proyectos inconclusos, de sus frustraciones varias, de sus tantos rencores, de sus tantos sentimientos de culpa, de sus relaciones conflictivas, de sus precarios proyectos de vida y concluyó descubriendo mi secreto más íntimo:

¡DE MI ESTILO DE PENSAMIENTO DEPENDE MI VIDA!

Todos ellos murieron de cáncer o de infarto. Los colegas míos decidieron matarlos, dado que ninguno llegó a conocer este secreto, que ahora Nelson te regala. Treinta años de ejercicio profesional, dentro y fuera del país, como facilitador de variados Talleres, dirigidos hacia el mejoramiento continuo de la Calidad de Vida, le ha permitido a Nelson conocer a muchísimas personas: Viejos, adultos, jóvenes y niños. Algunos aprendieron la lección y mejoraron o curaron su cáncer. Otros les llegó tarde la información y no pudieron salir del estilo de pensamiento caótico en el que se encontraban.

¡Epa! “YO” Estoy sintiendo la saliva un poco pastosa y amarga. Esto se llama mixtalina amigo. ¡Vamos! A cambiar de pensamiento. Recordemos las escenas agradables que vivimos con el altote y buenote tío Juan. ¿Recuerdas cuando te enseñó los primeros acordes con su cuatro tan sonoro?. Recuerda también cuando secó tus lágrimas quejosas porque el Niño Jesús no te había traído regalos y él te refutó, todo serio y sabio: “¿Cómo que no le trajo nada, sobrino? No diga eso. El Niño Jesús me dijo: Mire, Juan, como Nelsito es un niño muy aplicado y bueno con su mamá, te ordeno que le des tu cachucha, para que se parezca mas a ti. Por lo tanto, tome mi cachucha y no importa que le quede un poco grande; cuando usted crezca le ajustará mejor”. Y te fuiste todo contento con el Niño Jesús y hoy que descubriste la verdad... ¿Pero qué te pasa “YO”, por qué lloramos, amigo? ¿No acordamos, acaso, endorfinarnos siempre? Es que la sabiduría se agradece. ¡Gracias! tío Juan, donde quiera que estés. Gracias por ser mi Niño Juan tan especial...

La verdad de mi llanto no es de dolor, es de una muy profunda gratitud. ¿Qué les parece esta experiencia, amigos lectores? Con razón el famoso tío Juan era tan codiciado por las mujeres del barrio. Un hombre tan tierno, sensible e inteligente. Hoy me lo imagino haciéndole el amor a esas damas y sacándole los gases...

¿Recuerdas las masamorras y las arepas de la abuela María y las partidas de dominó con el pana Arnaldo, las tremendas serenatas con el negro Vicente Emilio, los poemas que le declamabas al viejo Ricardo? ¡Cuántas parrandas y experiencias inolvidables!

Me doy cuenta “YO” que no has olvidado nada porque ahora siento la saliva dulcita... Y por cierto, ¿Qué será de la vida de Superyó?

Y usted, buen lector, ¿Le ha permitido a su propio “YO” que tome consciencia de cómo se cambia el estilo de pensamiento caótico al estilo de pensamiento co-activo?

¿Habrá entendido tu Superyó que de nada sirve continuar con tantos rencores, sentimientos de venganza, culpas, miedos, tristezas y desesperanza porque al pensar todos los días así, sentimos y segregamos adrenalina o mixtalina? Se dan cuenta lo rápido que podemos modificar y desplazar ideas torturantes por experiencias agradables. Se fijan bien como aquellas secan y amargan la saliva, mientras que éstas inundan la boca velozmente de saliva dulcita. Tomemos consciencia rápido de lo que la psico-neuro-inmunología-lingüística descubrió y desea que todos, todos aprendamos para que no enfermemos ni muramos de cáncer.

Finalmente, ¿saben lo que etimológicamente significa la palabra SALUD?. La traducción más exacta es: SABER SENTIR ALEGRÍA. ¿Entendieron ya?. Si es así entonces responde esta pregunta:

En este momento, **¿Qué sabor tiene tu boca?**

PENSAMIENTO CAOTICO Vs PENSAMIENTO CO-ACTIVO:

“La esencia del hombre está en su lenguaje”(Humboldt)

Desde el período pleistoceno, hace unos 200.000 años atrás, la evolución biológica del ser humano no se ha detenido. Después que la familia de los homínidos, de la cual desciende la especie humana, erectó su cuerpo sobre la tierra, el proceso de hominización, conjuntamente con la revolucionaria cerebración, marcaron los nuevos rumbos de la filogenética humana. Así como el bipedismo y la liberación de las manos produjeron importantes repercusiones en la ulterior conformación del cráneo, así el desarrollo de los niveles superiores de integración de estimulaciones sensoriales y eferencias motoras, pusieron de relieve la extraordinaria organización del telencéfalo. La frontalización, la operculización, la disimetría de los hemisferios y la complementariedad manual son rasgos que demuestran la espectacular cerebración del género homo, sin la cual el pensamiento y el lenguaje no hubieran hecho su aparición en el mundo.

Esta irrepetible expansión craneal ha permitido que desde el lóbulo izquierdo hasta el hipotálamo se teja el maravilloso milagro de la palabra y la emoción. Magno binomio que según Humboldt, puede ayudarnos a conocer la esencia del hombre.

Efectivamente por ser dilectos de la Psicología del Pensamiento y de la Psicología del Lenguaje, creemos en la fórmula que nos propone este filósofo alemán. Después de la vida, el lenguaje siempre será considerado la otra máxima creación de la naturaleza y al igual que ella siempre nos regresa al lugar de origen, como un bumerang inasible, cuando intentan descubrirles todos sus secretos.

“Hablamos porque somos y somos como hablamos” nos apunta Julio Cortázar. Somos, en definitiva, un proceso dinámico bio-psico-social. Este es uno de los conceptos de personalidad que se usa universalmente. Primero es el elemento biológico, luego el psíquico y finalmente el social. Pareciera trivial señalar esta separación; no obstante, si queremos consustanciarla con el lenguaje, es fundamental.

Don Lázaro Carreter, en su Diccionario de términos Filológicos lo resume claramente: “ Lenguaje: Facultad que el hombre posee de

poder comunicar sus pensamientos” y Saussure coincide cuando lo define como “...multiforme y heteróclito; es a la vez físico, fisiológico y psíquico, pertenece además al dominio individual y al dominio social.

Evidentemente, es el lenguaje el factor vitalizador de los prenombrados elementos: Los conjuga a los tres y está inextricablemente unido a los tres. Dentro de esta órbita creemos interpretar lo expresado por Cortázar: El lenguaje es biología porque en su producción intervienen el cerebro y el aparato fonador; es psíquico, porque en la mente se localiza el proceso de elaboración de los pensamientos y es social, porque fundamentalmente posee el irrefutable atributo de comunicar lo que siente y piensa nuestra intrínseca existencia. Por eso “Hablamos porque somos y somos como hablamos...”

“Las palabras son un plástico material con el que se puede hacer de todo” (Freud) . La Psicolingüística, como ciencia estricta, ha venido conformándose y desarrollándose progresivamente. Y ha venido demostrando:

- 1º) Que el hombre usa el lenguaje básicamente para comunicar sus pensamientos y sentimientos.
- 2º) Que el sujeto-hablante “linguistifica” (Enkelman) a través de sus enunciados lo que el sujeto-psíquico produce en su interior y
- 3º) Que **Pienso, hablo interiormente, siento y segrego...!**

Intuimos que cuando J Dewey aduce que “el lenguaje tiene ante todo una referencia inter-subjetiva que potencia la objetiva”; cuando B. Worf insiste en que: “La palabra tiene una similitud acústica con su propio significado superficial pero que hace resonancia con la experiencia interior del sujeto donde el inconsciente funciona con una increíble rapidez y seguridad”; cuando D. Alonso concluye que “Hay algo mas allá del significado y algo más allá del significante” y finalmente, cuando Coseriu plantea que “ La comunicación intra-psíquica es una nueva posibilidad del habla”, intuimos, repetimos, que le están lanzando a la Psicolingüística claves generadoras de futuras investigaciones insertas dentro de su específico campo de estudio.

Todo este preámbulo subraya la importancia que para mí tiene el estilo de pensamiento, que usted, señor Superyó, me ha inducido u obligado a conformar para su bien o para su mal... Si es co-activo segrego endorfinas; si es caótico segrego adrenalina o mixtalina. Así de sencillo.

El pensamiento caótico contiene 6 caos propulsados por Superyó, quien, en su afán, a veces, maníaco y otras obsesivo, de que todo funcione y sea perfecto, no le permite a “YO” y mucho menos a mí participar en la solución del conflicto. **Vamos a dejarle la perfección a Dios y convertir las circunstancias en experiencias, no en fracasos...!**

1° caos: Angustia Personal:

Este caos remite a la satisfacción de las cuatro necesidades básicas; a saber: Comer, evacuar, hacer el amor y dormir y de tres necesidades complementarias que son: La necesidad de territorio, la de tener más para poder más y la bendita necesidad de reconocimiento. Para las cuatro primeras, el pensamiento co-activo sugiere trabajar duro hasta lograr darle a mi existencia **Calidad de Vida**. Es obvio que necesitamos comer pero buscando regular los hábitos alimenticios: Ni bulimia que consiste en “atragantarme hasta más no poder”, ni anorexia que consiste en vivir “muriéndome de hambre” haciendo unas dietas terribles “para mantener la figura”. Manías, amigos lectores, estas dos enfermedades extremas, son tipificadas como manías. ¡Caray! En situaciones de guerra o de pobreza extrema estas manías no existen. Es natural evacuar y para eso podemos ayudar al proceso bebiendo suficiente agua, variando fibras y perdonando a papá; pero la gente obsesiva es “pichirre” hasta consigo misma: No da, no afloja, no comparte, no fluye, no evacua. Une pero no separa... Ya sabemos que Dios es feliz cuando usamos todos los órganos y glándulas que Él nos puso allí para eso, con el exclusivo fin de disfrutar todo, no para que nos castremos ni atrofiemos. **Dios no tiene preferencias y nunca se equivoca!** Pero hay hombres y mujeres que pretenden que Dios cambie de diseño. ¿Quién inventó esa necedad del pecado original o vaginal como dicen algunos?. No señor! A partir de hoy **vamos a ser muy feliz a Dios, segregando, activando esas glándulas y haciendo el amor, con mucha ternura sin represión para no enfermarnos!**

Y tenemos que dormir. Insomnio no es otra cosa que falta de oxígeno. Por eso cuando Superyó te despierte con sus acusaciones y persecuciones, bosteza, fuerza el bostezo, para que nutras de oxígeno al cerebro y decídate a dormir. La gente que no duerme se neurotiza y se vuelve loco. ¡Bosteza! ¡No pienses! No le pares a Superyó. Duerme, duerme profundo que cuando venga el día ya encontrarás las soluciones y si “YO” no te ayuda, aíslate y me preguntas a mí, al Inconsciente, el que todo lo puede, el Rey del goce y del guaguancó!

Con respecto a la necesidad de territorio, yo te sugiero, como dueño del pensamiento co-activo, que luches duro por lograr comodidad y confort. Es muy sabroso cambiar la totuma por una regadera caliente. Construye o compra tu casa. No dependas de ningún gobierno para disfrutar de este derecho. Busca tu territorio sin violar el de otros. **¿Sabías que Dios es capitalista porque le asignó a todos sus hijos la misión de que cada cual marcara y defendiera su propiedad privada?** Pero, por favor, no te conviertas en inmobiliaria, comprándole a cada hijo su apartamento, “para que el muchacho tenga donde vivir y no pase los trabajos que pasamos nosotros”. ¡No! amigos míos. A los hijos hay que darles y dejarles. Vamos a darles un oficio y dejarles la preocupación para que se compren su vaina... Y con el dinero de su jubilación, “tíreselo encima”: Agarre a su pareja y haga cruceros conociendo otras latitudes. Diviértase como pueda y donde pueda. Desarrólleme mi parte artística y creativa; cultíveme pintando cuadros, leyendo buenos libros, componiendo canciones, tocando instrumentos musicales. Si no sabe, aprenda a bailar, a cantar; báñese bajo la lluvia, haga su propio huerto, forme un club de jubilados y anímelos a salirse de la rutina y a honrar el título honorable de **Jubilado! Jubilado significa júbilo, alegría, goce y guaguancó!** No significa “viejo inútil e inservible”. Este premio que le otorgó su Dios de preservarlo hasta la tercera edad, no se lo concedió para que se deprimiera y aburriera, si no para que disfrutara de **todos los territorios y de todos los espacios existenciales que Él creó para que usted los admirara y los gozara...** Recuerden que la adrenalina y la mixtalina dan cáncer. Las endorfinas lo curan.

La otra necesidad es la de tener más para poder más. Y yo te pregunto: **¿De que carrizo vale ser el más millonario del cementerio?** Reflexiona y que te baste con eso!

Este caos personal lo cierra la mayor necesidad inventada por el señor Superyó, como es la necesidad de reconocimiento. Nos hace ser tan gafos pero tan gafos que si no nos dan o responden “los buenos días”, ¡sufrimos!. Si no nos dicen a nosotras, las mujeres: “Qué bonita andas o qué sabroso te quedó el mondongo”, ¡sufrimos!. Y somos tan idiotas, nosotros, los hombres, que si el jefe no nos saluda o el equipo no nos apoya la proposición, ¡sufrimos!. ¿Y quieren saber mi **verdad** verdadera? Que yo, el Inconsciente, el que **todo lo puede**, cuando siento que Superyó convierte a “YO” en un pordiosero de aprobación y en un mendigo de cariño, me enoja, me caliento y me arrecho. Quiero que sepan y entiendan, todos los Superyóes que **yo no necesito de oro para brillar, yo tengo mi propia luz y nadie tiene el poder de encenderla o apagarla porque solo yo soy el dueño de todos mis switches...** Y como afirma Juan Martín Echeverría: “Ni ante Dios ni ante el Emperador me quito jamás el sombrero; a veces, lo hago frente a mi espejo”. No necesito del reconocimiento de nadie porque **soy feliz contigo y sin ti!** Andrés Eloy Blanco corrobora mi autoestima cuando concluye: “Soy poeta y puedo ser revistero si quiero, que pruebe un revistero a ser poeta”. Los pájaros no cantan para hacer feliz a nadie; ellos cantan porque son felices... ¿Desean saber hasta donde llego con mi Poder?. Entonces imitemos a Simón Bolívar cuando dijo en pleno terremoto, respondiéndole a los curas de la época: **“Si la naturaleza se opone, lucharemos contra ella y haremos que nos obedezca...”** Ah! Enanito pa’ arrecho, compae! ¿Dígame si en vez de su caballo y de su espada, hubiera tenido un camión y una metralleta?.

Esto es respeto por sí mismo. Esto es no tener miedo. Esto es no dudar de mi inteligencia ni de mi Poder... Esto es un homenaje a **mi Ética tan mía...** Esto se llama **Dignidad!** ¿Oíste Superyó?.

2° Caos: Angustia Familiar:

Superyó en su afán de que todo el mundo haga, sienta, piense, tenga y actúe como lo concibe su mente ha logrado que el pobre “YO”, critique y **censure** a todo lo que no coincide con su particular forma de ver las cosas; siendo la familia el primer blanco donde apunta y concentra su persecución, convirtiendo, la dinámica familiar en un verdadero y permanente caos.

Nunca se podrá crear una tienda donde usted pueda ir a comprar familiares. Sería chévere tener la libertad de escoger un papá así, un hermano así o un primo así y al tercer día, si no nos gusta, regresar a la tienda para devolverlo o cambiarlo. La gente es como es, somos diferentes y esto, nos guste o no, tenemos que aceptarlo. **En definitiva, no hay dos destinos iguales.** No todos podemos ser licenciados. Necesitamos carpinteros, cocineros y recolectores de basura. Lao Tse solucionó su caos cuando escribió: **“Acepto lo que es, viva mi familia, viva la de todos!”**

El pensamiento co-activo nos invita a ser prácticos, a no buscarle las “cinco patas al gato”. Mi familia no es la única que tiene rollos. Si usted hace el esfuerzo de observar a otras familias encontrará que también ellas tienen “su ovejita negra” y presentan parientes que, al igual que los suyos, poseen **rasgos en desarrollo, no defectos!** Y para terminar, recuerden, que no todos los gusanos se convierten en mariposas, ni todos los cerebros evolucionan por igual. Si somos sensatos y nos disponemos a vivir junto a la acción, dejándole la perfección a Dios, entonces, decido, comprendo y acepto que mi tío, el alcohólico, bebía para **no pensar** en sus frustraciones; que mi prima, la casi prosti, nació con alta frecuencia sexual; que mi pariente homosexual asumió su naturaleza porque siente un profundo placer con el sexo opuesto; que mi hermano, el drogadicto, aún no asume el poder de sus competencias ni la nobleza de sus atributos; que mi hermana no es licenciada pero es experta en repostería y manualidades, y que mi papá fue un cascarrabias porque no planificó su jubilación...

Si lo hacemos difícil el caos nos abrumará. Si lo analizamos desde la perspectiva de “aceptar lo que es”, endulzamos nuestra saliva y digo: **¡Qué caray! “Viva mi familia, viva la de todos”** Y en vez de criticarlos busco ayuda, les proveo información y si deciden

continuar metidos en su hueco existencial, entonces, abandono “la persecución” y los sigo amando, con sabia paciencia, para no morir de cáncer.

3° caos: Mi angustia Laboral:

Nos pagan para gerenciar no para hacer amigos ni enemigos sino compañeros. Un hombre y una Patria se hacen grandes cuando trabajan juntos por el bien común. La gente elige el lugar preciso donde trabajar. Esta es una verdad irrefutable. Por lo tanto, “esa gente” que se decidió por la misma empresa que tú, tiene mucho en común contigo; coinciden en las mismas expectativas e intereses y están allí con el “mismo bozal de arepa” y con necesidades semejantes. **Compañeros, etimológicamente, significa: Juntos por años.** Por lógica, si vamos a estar juntos por años, ¿Para qué vamos a darnos tortazos en cada reunión y a promover chismes que generan problemas de desadaptación y desintegración en los equipos de trabajo?

¡Los demás no **tienen** rollos; el del rollo soy yo!.

En el ámbito laboral, inconscientemente, nuestro papá es sustituido por el Jefe, nuestra mamá es sustituida por la Empresa y los hermanos son representados por los compañeros de trabajo. Si provocamos o nos enredamos **en** problemas con cualquiera de estas figuras parentales los vamos a “proyectar” en la Unidad donde laboramos. O, por el contrario, si estoy okey con mis familiares y en la oficina no coinciden con mi bienestar entro en conflicto o en confusión.

El regaño y las ansias de Poder son las características ordinarias de este caos laboral. El pensamiento co-activo sugiere la aceptación de las jerarquías tanto en la línea vertical como en la horizontal y establece transformar el regaño por la revisión y aprehender la búsqueda del **PODER PARA PODAR, NO PARA TALAR**. Un Gerente que puede y un equipo que puede es garantía de éxito. Si pudiéramos cambiar el concepto de **compañeros por el de jardineros** otro gallo cantaría...

Cuando somos regañados sentimos miedo, rabia e impotencia y resultan más dolorosos cuando son injustificados y en público. Como todo esto es muy cierto yo te pregunto: ¿Si estas son las sensaciones y emociones que sentimos cuando nos regañan, vamos a seguir

regañando?. **Regañar es talar, revisar juntos es Podar!**. Si nos graduamos de jardineros minimizamos la ansiedad; si internalizamos la estrategia de “ **no tenemos defectos, si no rasgos en desarrollo**”, el PODER se suaviza y logra convertir esos dolorosos mensajes inhabilitantes en unos poderosos mensajes habilitantes.

Solo hay dos formas de “**hacernos inolvidables**”: Que nos recuerden con odio o con amor; con adrenalina o con endorfinas; con resentimiento o con nostalgia... Lo primero implica elaborar frases de maldiciones; por ejemplo, “donde quiera que esté ese desgraciado le deseo una diarrea que nunca se le quite”; en cambio si hemos podido bonito, seguro, recibiremos bendiciones telepáticas como esta: “Dónde quiera que esté le deseo siempre lo mejor. ¡Dios lo guarde!”. Amigos **trabajadores**: la experiencia acumulada nos impulsa a creer en la afirmación aquella de “quien tiene la información, tiene el Poder”. Asimilen estos datos: Gerencien y actúen en los equipos de trabajo con la mirada puesta en el propósito ineludible e impostergable de **hacernos inolvidables para recibir bendiciones y de mi parte que Dios los guarde por decidir pensar así**.

4° caos: Angustia Social:

Aquí es donde el pensamiento caótico hace de las suyas: Inseguridad social, corrupción, narcotráfico, homicidios, amarillismo, pornografía, **desnutrición** y pare de contar. Esta violencia en las calles y en los medios de comunicación nos carga locos a todos. **¡Ya en este país no se puede vivir!**. Grita la gente. ¡Y no les falta razón!. La solución es mudarse a otro país. ¿Pero a cuál? Busquen uno donde la vida sea diferente y me avisan porque, con todo y Superyó, me lanzo para allá!

¡No! Amigos lectores, este caos no se arregla con mudanzas, ni con dictadores, ni con golpistas, ni con presidentes honorables. En mi pensamiento co-activo he llegado a la feliz conclusión que el problema no es social; el conflicto radica en la **evolución cerebral!**

El ser humano, como dijimos al principio, gira circunfuso en derredor de la lenta evolución mental que ha caracterizado al homo sapiens; quien vino cargado con sus dos instintos: EROS y THANOS: El primero me estimula el amor hacia la vida y busca a los hombres de buena voluntad. El segundo me incita al odio por todo y busca a los

hombres de buena voluntad para destruirlos, violando sus derechos individuales y fronterizos, hasta alienarlos, colonizarlos y “si se ponen cómicos” hasta matarlos. Es tal la magnitud del caos que un Cardenal bautiza con agua bendita unos misiles para que su dios permita extinguir a los hijos del otro bando, que según él, se están portando mal porque no piensan como él.

La socio-antropología moderna clasifica la evolución cerebral del ser humano en tres categorías que son: **Los Homínidos**, con un 5% de desarrollo, lo cual les impulsa exclusivamente a la satisfacción de las cuatro necesidades básicas, a saber: Comer, evacuar, multiplicarse como plaga y dormir. **Los humanoides**, que han alcanzado entre 6 y 10%, lo cual les ha permitido lograr importantes avances en tecnología y manipulación atómica para destruir a los vecinos y hasta los pobres extraterrestres cuando se aparezcan y en tercer lugar tenemos a **Los Hombres Humanos**, con un alto nivel de inteligencia y un potente EROS aspirando no solo ser buenos, nobles, humanitarios, ecologistas y colectivistas, si no hacer contacto con otros niveles de energía. A estos los matan por “pendejos”. ¿Quién los manda a hablar y a ser como son, verdad?

Así que cuando usted oiga, vea o sea víctima de algún ladrón, violador o corrupto, no sufra más, amigo mío, diga, como estamos diciendo los **Hombres Humanos Inteligentes**: TENGO QUE ACEPTAR QUE USTEDES Y YO ESTAMOS MONTADOS EN EL AUTOBUS HISTORICO DE LOS HUMANOIDES...

¡Sí! Este es nuestro momento histórico y como tal tenemos que vivirlo, sufrirlo y disfrutarlo... Toda especie vegetal, animal o humana trae implícita a su **depredador**. Si permitiéramos que las ratas vivieran tranquilas, en diez años, habría tantas como átomos de hidrógeno; por eso las culebras se las comen. Si el gavilán no se las comiera, hubiera más culebras que ratas; si el zamuro no se comiera al gavilán la proliferación de estos fuera catastrófico y si no existiera el rifle que el hombre inventó, entonces, no pudiéramos disfrutar de este delicioso sancocho de gallina repleto de verduras, que preparamos a la orilla del río, en un día de recreación. Si no existieran las gallinas cuántas cucarachas, moscas y gusanos viéramos por doquier. Y si no hubiera existido un hombre sabio inventor de la bomba “solo mata gente”, entonces ¿de qué vivirían los pobres virus, microbios y bacterias?. Como podemos ver, los depredadores son los verdaderos ecologistas

del planeta, llámense culebras, gavilanes, zamuros, virus o corruptos, violadores, narcotraficantes, asesinos o científicos atómicos. Total, el equilibrio ecológico es una verdad ineluctable que como terrícola he de aceptar. Estoy pensando proponerle a Nelson que organice un congreso a fin de dilucidar sobre este tema. A lo mejor nos matan en la primera conferencia.

Con los pies en la tierra, aquí y ahora, o te mata el traficante, o te mata el banquero codicioso, o te mata el ladrón o te mata el cáncer o el sida y si tienes la suerte de pasar inadvertido, te mata la vejez con su terrible aburrimiento lleno de miedos. O mueres como un Hombre Humano Trascendido a otros niveles de energía hasta convertirte en un exquisito abono para la tierra, cuya luz la absolverá una iluminada luciérnaga que se comerá el enigmático búho para que sus ojos brillen bonitos en la eterna noche de la transmutable y sorprendente evolución.

5 ° Caos: Angustia Espiritual:

Si Dios todo lo puede, entonces ¿ Por qué no ha podido con Satanás? ¿ Por qué no le lanza un rayo potente a este asustador sádico impidiendo tan horrible tortura infantil?. Si de verdad todo lo ve ¿Por qué permite que los humanoides médicos, enfermeras y afines se roben los escasos medicamentos e instrumental de los hospitales sucios y hediondos de los países subdesarrollados? ¿ Por qué no ilumina a los millonarios del mundo para que cesen en su codicia y actitud explotadora a los pobres del planeta? ¿Acaso no ve a tantos magistrados clientelistas que hacen de la justicia cuanto les conviene? ¿Cuándo inspirará a los políticos del mundo a objeto que piensen en las futuras generaciones y no en las próximas elecciones?

Y miles de preguntas más nos hacemos cuando la injusticia nos agujonea adentro. No es ateísmo, no es el diablo quien está haciendo de las suyas, no es soberbia ni problema espiritual; simplemente es esta asfixiante angustia existencial de ver y presenciar tanto sufrimiento en tanta gente. Sólo basta caminar 10 minutos en un hospital de un país subdesarrollado para medir y ser testigo de la barbarie en la que viven tantos hermanos terrícolas

Civilización versus Barbarie es un binomio antipático y hostil. Riqueza versus pobreza, Reyes contra esclavos, Poderosos contra

impotentes, son las antinomias que siempre han caracterizado la historia humana. Son los **depredadores comiéndose a sus víctimas**.

Y en esta desesperación, de pronto surge un terremoto, erupciona un volcán o un tifón arrasa con todo o con lo que queda y esta criatura, llamada hombre, siente el miedo adentro, se convierte en otro gladiador de la impotencia y ante esta pavorosa realidad inventa dioses, escribe Biblias y como para salvar su alma, creó la hermosa fantasía de un paraíso eterno donde todo es amor, justicia y plenitud.

Dice Krishnamurti: “Dios es tan sólo un pensamiento creado por el hombre temeroso”. “El hombre se siente desamparado en la vastedad de un universo desconocido y hostil; no sabe qué nada es esa de la que viene y teme esa otra nada que lo espera después de la muerte” (Burk).

Desde el lejano tótem, tabú y los mitos ancestrales, hagamos un resumen de lo que el **temor ha hecho con el hombre**. Cuando leemos los libros sagrados y la historia de las religiones, no puede uno sino sobrecogerse de asombro. Es difícil imaginar el abigarrado mundo en que se materializa la arcaica necesidad humana de venerar a sus dioses. Es un universo, a la vez fascinante y repugnante, sublime y obsceno; noblemente humano y bárbaro a la vez.

En la actualidad, según la antropóloga Aind Rand los hombres han inventado “11.000 nombres de Dios” a través de mitos, ritos, cultos, magias, taumaturgos, místicos, ascetas, anacoretas, monjes contemplativos, activos y hasta guerreros, sacerdotes, sacerdotisas, apóstoles, profetas, santos, teólogos, hechiceros, brujas, herejes, apóstatas, libros santos, libros de ley, guerras santas, arte sagrado, templos y lugares santos, judaísmo, cristianismo, islamismo, budismo, hinduismo, y centenares de sectas profanas, malsanas y satánicas...

Todo esto lo ha inventado el hombre temeroso!

El pensamiento co-activo que yo, el Inconsciente, propone, no se detiene en este tipo de especulaciones. Para mí, amar no sólo es ser buenos sino consiste en hacer contacto con otros niveles de energía. Ya basta de rezar y pedirle a Dios más bondades y licencias.

¿Qué más le pedimos a Dios que ya no nos lo haya concedido? Nos dio un planeta completo, hermoso, rico en todo y nos dotó de un

cerebro tan competente que es capaz de moverse desde el temor a Dios hasta el total desprendimiento y libertad...

¿Cuándo vamos a empezar a darle a Dios? La gente inteligente, la gente que cree en mi propio poder siente profunda gratitud con ESE ORIGINADOR DE TODOS LOS ORIGENES y no le pide más nada; contempla cada crepúsculo que todas las tardes nos regala y disfruta de este paraíso multicolor llamado Tierra. En vez de pedir dádivas se dispone a encontrar e investigar los secretos de la naturaleza para descubrir los antídotos que contribuyan a la salud de todos. En vez de pedir, ofrece alternativas; en vez de rogar, trabaja duro y lucha por **SER ÚTIL. CREE EN LA EVOLUCIÓN HUMANA, EN EL CALENDARIO CEREBRAL Y FINALMENTE ACEPTA LA MUERTE COMO UN HECHO INELUDIBLE QUE NOS CONVERTIRÁ EN ABONO FÉRTIL PARA QUE LA VIDA CONTINÚE...**

¡Dios no tiene preferencias! Por lo tanto, quien se llame Rey o escogido es un charlatán y será un necio quien dependa de ellos para vivir. Así como no todos los gusanos se convierten en mariposas; no todos los hombres nos regimos por el mismo calendario cerebral. Hay cerebros que todavía viven en la época de los homínidos; otros estamos transitando la era de los humanoides y otros, los más evolucionados, son los hombres humanos que no piden nada a Dios. Le dan, siendo útiles a la humanidad, a la naturaleza y a sí mismos.

- Hay gente que **ve**, vive de impresiones, habla mucho y no oye.
- Hay gente que **mira**, vive de sensaciones, habla pero también oye.
- Hay gente que **admira**, vive de emociones; oye y habla poco.
- Hay gente que **contempla**, vive de sentimientos; oye y no habla.
- Hay gente que **trasciende**, vive místicamente oyéndose sin hablar.

Ante este caos espiritual que neurotiza a tantos, mi pensamiento co-activo te invita a profundizar tu propio Crecimiento Personal: Cursos, seminarios, lectura y mucha investigación, sin dogmas, sin apegos, sin adicciones y mientras **contemplas y trasciendes**, sé útil, donde puedas y como puedas a la humanidad, a la naturaleza y a ti mismo. Crece hasta que hagas contacto con el nivel más alto de tu energía, el cual es sentir la íntima comunión de tu propia Armonía interior con la de tu Dios... Y recuerda: A Dios no se le pide ni se le teme. A Dios se le da y se le disfruta descubriéndole sus secretos.

¿Qué te parece, amigo lector, este penúltimo secreto que le hemos descubierto a Diosito lindo?

6º CAOS: Angustia universal:

Soy el resumen de 15 mil millones de años de lenta evolución...

Quince mil millones de años es el cálculo que los astrónomos han hecho de la edad del Cosmos. Trillones de trillones de trillones de galaxias (a la trillón) constituyen esa extraordinaria arquitectura que llamamos Cosmos. Fue un agujero negro que explotó en un Gran estallido o Big Bang y cuya fuerza expansiva aún no se detiene. En este minuto nuestro se están creando otras 14 galaxias nuevas, con sus millones de soles y con sus trillones de planetas. ¿Hasta cuándo, Diosito, sigues creando Vida?...

Nunca imaginé tener que borrar de mis poemas las palabras “lucero” y “estrella” y sustituirlas por soles. ¡Sí! Esas luces que distinguimos cuando contemplamos la noche no son luceros ni estrellas, son soles, cuya luz, ahora es cuando logramos divisarla. Salieron hace millones de años-luz y ahora es cuando navegan raudos y veloces a 300.000 kms. por segundo, que es la velocidad de la luz.

Y pensar que este rayito de luz que acaba de llegar a la tierra, salió hace 8 minutos del Sol a esa velocidad y ahora fue cuando llegó a nuestro planeta. Si lo hace en 9 minutos nos congela de frío; si lo hace en 7 minutos nos achicharra de calor. No es posible que estemos solos en este Universo. Seguro que hay otros millones de planetas que distan de su respectivo Sol a ocho minutos. ¿Sus habitantes serán iguales a nosotros, hablarán los mismos idiomas, serán tan crueles o tiernos como nosotros?. Habrá narcos, corruptos, asesinos y violadores? Eso lo confirmaremos cuando nos encuentren o los encontremos... Para eso los científicos de la NASA están trabajando duro.

Este caos universal también tiene que angustiarnos. Por mucho que los astrónomos han buscado a través de sus potentes telescopios dónde queda el infierno, el purgatorio o el paraíso prometido por tantas religiones, todavía no han encontrado nada. O sea que estas palabras también serán borradas de los diccionarios del futuro. Como la bonita fantasía de Adán y Eva cuyos fundamentos los genetistas

han demostrado como inconsistente y quimérica. El incesto hace que las especies degeneren. Igual pasará con los que creen en la reencarnación, en ángeles, querubines y serafines. Los telescopios no han captado nada. No han visto ningún comité seleccionador de los espíritus que necesitan nuevas oportunidades para purgar sus culpas, desdichas y desenfrenos en vidas pasadas. Aún los microscopios no han detectado ningún espermatozoide que traiga un espíritu atrás. Comprendo que estoy contrariando algunos sistemas de creencias pero les ruego que también analicen estas proposiciones e interrogantes cuando mediten sobre estas angustias.

¿Qué van a decir de nosotros los Historiadores? Si nos trasladamos al 2.032, a tan solo treinta años de esta hora, dirán muchas cosas que nos avergonzarían. Hablarán, burlistas y sarcásticos, que nos comunicábamos a través de celulares porque aún no sabíamos de nuestras capacidades telepáticas. Se reirán de que nuestras mujeres todavía parían porque desconocían las bondades de la cesárea. Se extrañarán de que la anestesia no fuera en forma de atomizador local. Dirán que nos tardábamos cuatro horas de París a New York en un aparato llamado Concorde porque aún no habíamos desarrollado nuestras capacidades telekinéticas y no conocíamos los tele-transportadores que usaban en el programa “viaje por las estrellas”. Y nos moríamos de cáncer porque ignorábamos el uso de las Endorfinas. Y creíamos en las premoniciones de los sueños donde soñar con tequeños era jugarse el cero cuatro. No sabíamos que “soñar es pensar dormidos”. Los sueños, amigos lectores, se van a televisar. Usted se pondrá un electro alrededor de su cabeza, encenderá su grabador y desde ya les ruego que no se lo muestren a sus parejas porque la paliza que recibirán será grande.

¿Cómo serán nuestros bisnietos? Si en estos momentos están naciendo niños sin amígdalas, sin apéndice y sin cordales y con un coeficiente intelectual superior al nuestro; cómo serán nuestros congéneres treinta años más adelante. ¿Se dan cuenta que nosotros no somos el último refresco del desierto? Mientras Superyó continúa pendiente de la vida de los demás, el átomo sigue su indetenible, magistral y sorprendente evolución...

Ante tanta grandeza cósmica, los invito a que lean lentamente estos tres homenajes que en trance contemplativo compuse hace algunos días:

NOCHE...

Noche...

Sé que de alguna parte de tu vientre vengo.
Soy una dendrita colocada en este minúsculo Sol
neurona de tu cerebro.
Desde este rinconcito emprendo el viaje...
Toco a tu puerta temerosa que me abras.
Llego ante Ti inacabado, empapado de arrebatos.
Soy fanático de Ti mucho antes del gran estallido,
Convencido que soy el milagro de un segundo
ante la pavorosa arquitectura de tus distancias.

Hiparco me asesora, Ucrania me amilana;
me inmensifico contigo en tu órbita estelar:
Maravilloso espectáculo de túnica azul diamantada
donde me refugio temblando ante el enigma sin fin,
reverente ante el templo oscuro que profano...
Me elevo alucinado buscando tu innumerada estatura;
de tanto mirar tu negro, tu azul y tu blanco
descubro que tus ópalos resplandecientes
se columpian en besos intermitentes –gozosos de ser-
invitados eternos al festín de tus almas buenas.

Mi nombre aquí solamente es un apodo;
allá me conocen por la marca digital y por mi piel:
Código especial con el que me defines –honor que me asignas-
Vida que me diste exclusiva para el asombro.
Tu velocidad versus la mía es un símil indecente;
No obstante –Piadosa- permites
que te vea, mire, admire contemple
impresión, sensación, emoción, sentimientos.

Al fin fetalizo mi espacio dentro del tuyo
como buscando el amor maternal ya conocido
para dormir sereno, en excelsa simbiosis,
y ser –por un instante- tu consentido...

AVE! TIERRA

¡TIERRA! ¡Tierra! Hija de mi Noche.
Gea paridora de vientres milagrosos
consentida del Cosmos
agraciada de todos los neutrinos
granito de arena –predilecta del Sol-
lunarcito marrón azul verde blanco.
Magma vigoroso madre de mi madre.
Quisiera ser Grande para cubrirte de besos.
¡Te Amo!

¿Cómo hiciste para concebir tanta belleza diversa
tanta idea varia y tantos crepúsculos nuevos?
¡Ave! Tierra: ¡Eres Única, Universal e Irrepetible!

La célula, el sonido y la luz
te escogieron para gozarse en perfecciones:
Aquella hasta transformarme en Hombre
Aquel hasta convertirse en trinar mañanero
Y ella hasta mutarse en excelsa orquídea multicolor.
Después la neurona-fonema en sinapsis de poema
Y la neurona-agresión hasta utilizarse en Ternura...

Los Hombres Humanos llegarán para adoptarte
porque saben lo que te cuesta concluir una ballena
un rocío un clavel un apamate un niño un diamante.
Ellos saben que eres la Única manejadora de los destinos.

¿Por qué eres tan bonita, chica?
Y a quién le coqueteas tanto
en cada mañana
en cada tarde
y todas las noches...

Y NACIÓ EL HOMBRE...

¡HOMBRE! Hombre hermano mío
Celulólogo pertinaz
Excursionista milenario
Hombre bueno y malo
siempre ambivalente bipolar y confundido
Mágico-científico Dependiente-autónomo
Laborioso y flojo Despiadado y Tierno...

¡Hombre! Hombre feo y hermoso
Escultor y destructor Alquimista y brujo
Sexual y sensual: De mil besos raros
Pintor recreador Imitador de pájaros.

Mi hombre amado mi hombre odiado
Mi pequeño Monstruo Humanoide
que no termina de torturar torturándose.
El día que desarrolles la ternura hacia Ti mismo
hacia la Vida con todas sus creaciones
conocerás el significado esencial de la palabra Armonía
Principio y fin para lo que fuiste cósmicamente creado.

Congénera mío. Inquieto compañero de viaje
que inventaste la Religión y la Bolsa para no aburrirte.
Ya no sufro mas: Con Amor te recibo
porque simplemente eres el autor de mi historia.
Te ofrezco la calidez de mis manos
un café y una tertulia
para que juntos –Tu y Yo-
plenos de alegría
Evolucionemos...

CARTA DEL SUPERYÓ AL SEÑOR INCONSCIENTE:

Señor:

He leído, atentamente, tus venganzas y evidentemente tenemos el conflicto de que me reclamas el excesivo cuidado (que tu llamas control) y la influencia pertinaz que ejerzo sobre “YO”. Ciertamente debes comprender que las normas sociales y familiares hay que cumplirlas si queremos generar un adecuado proceso de adaptación al medio ambiente que nos corresponda vivir.

No pretendo ser un mojigato, moralista, ni un purista del lenguaje y estoy consciente que si “YO” enferma o tu decides suicidarnos, sufrimos los tres o nos morimos los tres. He entendido que por mi “miedo al qué dirán” he pretendido que “YO”:

1. Trabaje duro, gane suficiente dinero, habite en una zona de prestigio, compre posesiones diversas, tenga ropa de marca, se codee con gente de importancia, demuestre hábitos de mucho glamour y por supuesto sea refinado. Todo esto para conformar una imagen pública para evitar que nos tilden de chabacanos, prosaicos y ordinarios. Creo que esto es sano y sostengo la convicción de que es sensatamente correcto. Lo que pasa es que tú eres informal y te choca cumplir estas buenas costumbres, por tu desmesurada libertad de hacer siempre lo que te venga en ganas. Acepto que a veces me excedo y caigo en hipocresías. Si tu cedes, yo cedo. Me acusas de que quiero ser el más millonario del cementerio porque deseo tener para darle a nuestros hijos la mejor educación, el confort que se merecen y el sentimiento de seguridad que nosotros no tuvimos. Acepto que todo esto es para satisfacer mi “necesidad de reconocimiento” y que los demás nos premien con el calificativo de excelentes padres y gente de bien. Esto lo he meditado y estoy dispuesto a negociar contigo si me garantizas renunciar a tu posición de vivir sin ningún tipo de responsabilidades. En esto no voy a transigir. La gente cuerda y racional necesita una casa, una pareja, unos hijos bien educados y decentes buscando darle a la patria lo mejor. Tienes que entender que necesitamos regular, con normas bien precisas, el comportamiento humano. Ese afán tuyo de vivir a tu libre albedrío, de hacer lo que tus instintos te provoquen y disfrutar sin ningún

tipo de comedimiento ni buena compostura es lo que ha producido este desenfreno social que a todos nos perjudica. Si no respetamos, por ejemplo, las leyes de tránsito, los semáforos y el paso de peatones, la hecatombe será tremenda. Te invito, pues, a desarrollar una adecuada capacidad de adaptación social y darle a la sociedad nuestro aporte de buenos ciudadanos si queremos una convivencia racionalmente inteligente. ¿Para qué quieres libertad? ¿Para volar a ras del suelo?.

2. En el área emocional te doy toda la razón. He entendido que Dios nos hizo así y Él no tiene por qué cambiar de diseño. Por la salud del cuerpo de “YO” necesitamos que nuestras glándulas segreguen todas sus sustancias y saciar estas necesidades vitales a fin de garantizar el equilibrio bioquímico indispensable para tu “estar bien”. Pero con la condición de que sea lo suficientemente privado, sin bacanales ni orgías. Sin drogas, sin afrodisíacos peligrosos y sin extravagancias perniciosas que arriesguen el buen nombre de “YO” perjudicando la moral de los demás y el buen ejemplo a todos nuestros niños. Voy a hacer un gran esfuerzo porque debes entender que no va a ser fácil delastrarme de tantos frenadores impuestos. Pero estoy dispuesto a contribuir y apoyarte porque reconozco que el rostro de “YO” se verá mucho más fresco, sereno y pleno si sus glándulas cumplen sus funciones secretoras naturales.
3. En el renglón familiar y social prometo no continuar exigiéndole a los demás que “sean, piensen, sientan, tengan y actúen como lo concibe mi pensamiento”. Juro que hasta hoy hablaré de DEFECTOS, sino de RASGOS EN DESARROLLO. Esto me parece brillante y oportuno porque, a todos, nos permitirá suavizar las relaciones interpersonales. Percibo que aquí he sido riguroso, egoísta y ególatra. Realmente he sentido mucha comodidad al plantearme que los demás tienen rasgos en desarrollo y yo también.
4. Y finalmente te quiero proponer que uses tu inteligencia, creatividad, emociones y sensibilidad con el equilibrio que proporciona la cordura y la sensatez. No es vivir más, es vivir mejor. Seremos dos absolutistas y dictadores sino acordamos que “YO” cumpla mis deberes y satisfaga tus placeres con la equidad y el juicio que corresponda...

