

Psicointegración

De Jorge Olguín.

Sobre el reconocimiento, el halago, maneras de hacer Servicio, esquemas vs. improvisación, reglas del plano físico, etc.

Vamos, como en psicointegraciones anteriores, a tocar el tema del servicio. Se ha comentado que en muchos casos hay personas que prestan servicio en instituciones, en hospitales, en sanatorios, en nosocomios, y lo hacen obligadamente porque es su medio de trabajo, porque es lo único que tienen. El ejemplo que doy que ya lo di antes es el ejemplo de enfermera que trabaja 8 – 10 horas, ganando poco dinero, quejándose de su vida... Tal vez esa enfermera llegue a su casa y también tiene problemas personales, familiares, afectivos... De mil índoles distintas. Entonces la primera pregunta es, con este tipo de servicio obligatorio, se podría decir, ¿uno se eleva espiritualmente? La respuesta es sí. Porque mal o bien, obligatoriamente o no, la persona esta de alguna manera ayudando. Puede ser con enfermos terminales, con niños a los que les está dando su primera dosis de vacunas y creándoles una perspectiva de vida mejor, etc. El problema pasa en su espíritu, que esa persona está desconforme con lo que hace. Quizá no con su profesión o con su oficio, en el caso de otra persona, sino desconforme con su vida en general. Entonces va a tener un espíritu triste, su Yo Superior va a estar triste y la persona en sí va a estar triste. Es como que de alguna manera puede contaminar al resto del espíritu esa tristeza, ese sofoco que tiene en vida, porque los anhelos no los tiene resueltos, porque se siente como que la vida no es grata para ella, y de alguna manera es como el efecto del sube y baja. Por un lado levanta, por ese servicio "obligatorio" y por otro lado es como que el espíritu queda manchado y desciende por los cuestionamientos que se hace a sí misma.

El servicio debe ser sin obligación, el servicio debe ser con goce. Uno de los jóvenes consultantes me dijo tiempo atrás que a veces al plantearles a las personas que el servicio es lo que te eleva espiritualmente las colocas en la disyuntiva de, "¡oh, si no soy útil al prójimo voy a descender de nivel de vibración!, ¡oh, si no hago tal acto misericordioso mi espíritu va a tener problemas!". "Está mal entonces profesor Olguín lo que dice porque usted está generándole a la gente más conflicto porque está empujándolos a que tienen que hacer servicio obligatorio". La confusión pasa por la interpretación parcial de lo que he explicado. El servicio tiene que ser con goce, tiene que nacer de dentro de la persona. No especular, "¡oh claro, me voy a llevar unos cuantos puntos si ayudo a esta anciana a cruzar la calzada!". "Mañana voy al hospital a donar sangre y me gano 3 o 4 puntos más". No se trata de ser tan "frío" en los cálculos de poder hacer servicio. Se trata de que salga del corazón, sin especulaciones, sin cálculos, que nos sintamos útiles orgullosos, con sano orgullo, no orgullo egoico, de poder servir al otro. Y eso desde ningún punto de vista nos va a hacer sentir mal. ¡Todo lo contrario! Nos va a traer reconocimiento y nosotros tenemos que ponernos contentos de ese reconocimiento.

Había un aforismo antiguo que no es mío que dice: "No permitas que la derrota te derrote y no permitas que la conquista te conquiste". La mayoría de nosotros estamos alertas ante la crítica por una cuestión de ego. La crítica nos molesta y si es destructiva más todavía. Entonces es muy difícil que una derrota nos derrote, es mucho más fácil que una conquista nos conquiste. Traducido significaría un halago. El halago nos conquista. Generalmente el que hace un halago es una persona servil que busca sacar una ventaja de algo. Y el halago conquista al ego, a nuestro ego, que está siempre buscando la aprobación. ¿Qué mejor aprobación que un halago? Es como un premio, como una palmada que recibimos en la espada.

¿Cómo diferenciar un sano reconocimiento de un halago? Puede ser por la forma, puede ser por quien te esta haciendo el reconocimiento, etc. El reconocimiento

es una cosa sana. Es para la parte de la dignidad, no tiene que ver con el ego, ni con la parte del halago. Es un reconocimiento a una obra que estás haciendo o a una actitud que hiciste el fin de semana a favor de otra persona y luego te llaman por teléfono y te la reconocen. "¡Ah, pero hemos estado encantados con lo que has hecho!". El reconocimiento sería nefasto para tu persona, si tú en ese momento montaras en vanidad. Pero si tú lo tomas de una manera natural ese reconocimiento, ¡el reconocimiento es válido! La otra parte lo hizo con total gentileza y agradecimiento, respondiendo a la gentileza que has tenido tú de haber hecho un acto a favor de ellos en determinado momento.

El halago es distinto, porque el halago lo que busca es entorpecer tu concepto. El halago lo que busca de alguna manera es confundirte. Halago y reconocimiento son opuestos aunque parezcan similares. El reconocimiento sale del corazón y la persona lo tiene que recibir como tal. Si nosotros ignoramos ese reconocimiento caeríamos en la falsa modestia, que como dije muchas veces es prima hermana de la hipocresía. El ejemplo que di cuando fui al programa de *Cadena Infinita* con Horacio Embón y él me pregunta en forma muy capciosa, "¿usted se considera Maestro?". Alguna persona con una supuesta falsa modestia diría: "¡Oh! No, no, no. Yo no, todavía tengo mucho que aprender, no soy Maestro". Y la falsa modestia es prima hermana de la hipocresía porque si yo sé que he tenido muchos discípulos a mi cargo que los he sacado adelante, muchos se han elevado espiritualmente, mi respuesta entonces tiene que ser la que di. "Si, por supuesto que me considero Maestro". Y también es válido lo que dije a continuación, "pero también voy a seguir siendo alumno hasta el último día de esta encarnación". O sea, vencí el ímpetu de falsa modestia porque me parecía ser hipócrita el decir una frase... "¡Oh, no, no!" u "¡Oh, si, si! ¡Eso es lo correcto!".

Entonces hemos repasado dos ítems, hemos repasado el ítem del servicio que tiene que ser con gozo y hemos repasado el ítem del reconocimiento que no tiene nada que ver con el halago. A veces una de las leyes del plano físico nos indica que nosotros tenemos que acusar recibo porque cuando no lo hacemos le podemos crear engramas o confusión al otro ¡aunque sea un acuse de recibo mínimo! Pero siempre es importante acusar recibo. A veces el otro no nos acusa recibo porque directamente desconoce las leyes del plano físico, porque es ignorante del tema. Por otro lado, si fuera el abogado defensor en las leyes del plano físico diría: "¡Oh, pero hay algo que se llama ética!". Aunque la persona no conozca las leyes del plano físico, igual puede hacer acuse de recibo por una cuestión de ética, por una cuestión de tener al otro presente. Ya que quien no te responde no te tiene en cuenta, y el no tenerte en cuenta es una falta de respeto, y una falta de respeto es un acto hostil. Mínimo, pero acto hostil al fin.

Hay personas que trabajan en equipo con otras oficialmente, extraoficialmente son absolutamente individualistas. Son personas a las que les interesa figurar por una cuestión de ego o directamente están adoctrinadas, enseñadas, como los caballos de tiro que tienen las anteojeas al costado para no oír, ni distraerse, ni espantarse, son adoctrinadas a hacer tal cosa como si tuvieran un pellote en la frente y no salen de ahí. Entonces no trabajan en mancomunidad. ¡No trabajan mancomunadas con otras! Se acostumbran tanto a ser individualistas que no lo hacen a propósito. No acusan recibo, no te prestan atención, buscan tenerla gloria en exclusiva, porque ya fueron enseñadas así. Con todo el respeto para esas personas, pero parecen como perretes amaestrados para hacer determinada tarea. Y no hablo a favor de esa persona que pueden investigar, hablo en contra. Cuando la persona pierde la iniciativa es una persona que no va a rendir en lo que está trabajando, porque esta a-doc-tri-na-da a hacer algo y su punto de vista va a ser tan pequeño que en un momento dado va a quedar estancada independientemente de la categoría oficial que tenga dentro del trabajo que esté haciendo. Por eso yo siempre digo que en lo posible trabajar o actuar en la vida cotidiana en forma mancomunada. ¡Siempre tener presente al otro! Obvio que hay trabajo que se hace de forma independiente, obvio que hay trabajo que se hace en forma unilateral, pero hay personas que aún trabajando en equipo son

autómatas. Y esas personas autómatas son como lastres para el resto lamentablemente.

Esto trae a colación otra parte de la psicointegración sobre si eres esquemático o eres improvisado. Esas personas que no acusan recibo generalmente son personas esquemáticas. En la psicología freudiana por ejemplo se utilizan mucho los esquemas. En la psicología transpersonal y en la técnica de psicointegración que he creado en 1997, no tienen ningún tipo de esquema. Seguramente la psicología transpersonal sí tiene algunos esquemas todavía porque no se ha desprendido del todo de ellos por falta de atrevimiento.

A veces es bueno ser atrevido. Lo que pasa es que en el concepto de sociedad la palabra atrevido, como la palabra sinvergüenza, está relacionado para mal con actos hostiles. Yo no tengo vergüenza. Si mis roles del ego están integrados, no tengo vergüenza de hablar en público, no tengo vergüenza de mostrarme tal cual soy, no tengo vergüenza de mirar de frente al otro, etc. Entonces, ¿soy un sinvergüenza? En muchas regiones de habla española la palabra sinvergüenza la utilizan con un significado negativo al igual que la palabra atrevido. La palabra atrevido es como una persona invasora que le comete al otro un acto hostil. Para mí el atrevimiento no es un acto negativo, en cuanto y en tanto, el atrevimiento esté salpicado de dosis de equilibrio. Yo puedo atreverme a afrontar un nuevo proyecto, puedo atreverme a tener un nuevo amor, puedo atreverme a reiniciar mi vida si la fracasé antes o por distintas circunstancias esa vida a fracasado, puedo atreverme a tener nuevos anhelos, etc. Si yo no me atrevo estoy cometiendo un acto hostil contra mí mismo. Entonces el ser atrevido, que para la sociedad es como, "¡oh, que atrevido que es!", es una palabra que a mí me gusta con equilibrio. Siempre con equilibrio.

El esquemático al improvisado lo tiene siempre catalogado como una persona que no tiene un horizonte, como una persona que es una veleta que el viento la lleva para un lado y para el otro, etc. La improvisación también tiene que hacerse con equilibrio. Este trabajo grande de psicointegración está hecho con equilibrio. La psicointegración también se improvisa periódicamente sobre determinado tema. ¡Eso es lo importante! Al no tener esquemas la persona va a tener una, dos, tres, cuatro herramientas, al cabo de determinado lapso va a tener mil herramientas distintas para saber qué herramienta coger. ¡Eso es lo bueno! Eso es lo importante de la improvisación con equilibrio.

Habría un tema muy importante que me gustaría tocarlo y es el como tratar de lograr que la otra persona cumpla con las leyes del plano físico y acuse recibo. Le mandamos un mail, otro, otro y otro y esa persona no lo responde. Hasta que finalmente, o bien por una pérdida de nuestra paciencia o porque nos sentimos angustiados porque no encontramos un acuse de recibo de la otra parte, le ponemos: "No entiendo como no te comunicas". La otra parte eso lo toma como un acto hostil porque si nosotros somos los que mandamos ese correo al decir "no entiendo como es que no te comunicas" estamos quejándonos de alguna manera, estamos hablando de nosotros y no de la otra persona. El famoso YO. O sea que el "no entiendo como no te comunicas" sale desde la parte egoica. Estamos haciendo un reclamo y este reclamo puede producir en la otra persona un efecto contradictorio. El reclamo hace que la persona en muchos casos se pueda apartar más. La manera de "conquistar" a la persona es justamente brindándole un reconocimiento. No un reconocimiento desde lo calculado como dije antes, sino un reconocimiento desde el corazón. Verdaderamente me interesa contactarme con esa persona, verdaderamente esa persona me va a ser útil a mí, pero aquí viene lo principal, yo también le voy a ser útil a esa persona. Va a ser recíproco. Va a ser un bien futuro. Entonces la comunicación va a ser beneficiosa para ambas partes. Entonces está bien comenzar el contacto con un reconocimiento. Eso es muy importante para tener en cuenta.

Tocamos el tema de los esquemas, el tema de la comunicación, el del reconocimiento y el halago, y el del servicio sin obligación. Vamos entonces a tocar el tema de la generalidad. ¿Por qué las personas son a veces individualistas y no se comunican? Porque de alguna manera pueden pasar dos cosas: una, que arrastren determinados engramas de otras vidas y esa comunicación la tengan justamente retraída por esos engramas. Dos, que en la mayoría de los casos esa falta de comunicación en esos seres que son individualistas, lo hacen justamente por dictados de la sociedad. Se acostumbran a eso y lamentablemente es como que de repente toman el gusto a ser individualistas. Pierden el sentido de la comunicación con el otro. Es igual que el caso que conté antes de la enfermera que comete un acto hostil hacia sí misma por quejarse de su vida a pesar de brindar servicio de forma permanente en su trabajo. Al generar un acto hostil hacia sí misma compensa en contra de lo que hizo a favor por la sociedad durante el día. Con la persona individualista pasa lo mismo. Es una persona que de alguna manera quiere triunfar en sus investigaciones, pero su horizonte va a estar cerrado porque cuanto más individualista es esa persona menos acción va teniendo y es como que va entrando en un coro de sombras. Va a llegar un momento en que va a haber un agujero negro en su futuro, un pozo gravitatorio tan grande que no va a poder salir. Nosotros si tenemos amplitud de criterio lo que debemos hacer es tratar de tenderles la mano a las personas para sacarlas adelante, ya que de alguna manera lo vamos a hacer por gozo, por placer y por sentirnos bien nosotros. Y si a su vez por rescatar a esa persona nos gratifica, bienvenido sea. No lo estamos haciendo por cálculo para esperar una gratificación posterior. ¡Eso sí sería negativo! Si yo de repente hago un acto de generosidad y soy recompensado, hablo de recompensa a nivel de reconocimiento como dijimos antes, me voy a sentir bien. Me voy a sentir absolutamente bien. Y voy a ayudar. No voy a caer presa del halago con ego. ¡No, no, no! Simplemente que el reconocimiento es válido. Es válido si yo estudio y mi profesor me entrega un diploma, me felicita, etc. ¡Me voy a sentir bien! No nos presionemos tanto pensando que todo lo que hablamos es ego. El sentirse bien no es ego, el disfrutar de algo no es ego. Si no vamos a acabar en la frase "ser más papistas que el Papa". Tenemos que disfrutar de la vida, tenemos que disfrutar de las cosas...

Una vez comenté en otra sesión que tenemos que estar alerta ante nuestra conducta para no caer en roles del ego con mente reactiva. Tenemos que "vigilarnos". Y más de uno me dijo, "¡oh, pero como cuesta estar alerta!", "como cuesta vigilarnos eternamente para que no caigamos en un error o para que no generemos un acto hostil contra otros". "¡No!", respondí en aquella ocasión, porque finalmente nos acostumbramos a ser gentiles. ¡Es una condición que tendríamos que tener innata! ¡Sí, nosotros! No tendríamos que estudiar para ser gentiles. ¡Tendría que ser innato! La caballerosidad en el varón, la gentileza en la mujer, el ser solidarios, etc. ¡Eso tendría que nacer! Si nos acostumbramos a eso ya después lo hacemos automáticamente igual que respirar. Esto lo dije en más de una ocasión. Entonces no significa como dijo un consultante, "¡oh, qué molesto es para mí vigilarme las 24 horas del día, los 3.600 segundos por hora!". No, no. No es necesario y tampoco que seamos tan estrictos. Si somos muy estrictos también rompemos el equilibrio. Tenemos que ser equilibrados y saber descartar nuestros errores. No perdonarnos, porque lo que se perdonan son las culpas. Nosotros si cometemos actos sin querer somos responsables y no culpables. Esto lo he dicho en más de una ocasión.

Uno es culpable cuando comete un acto hostil adrede. Uno es responsable, no culpable, si sin querer comete un acto hostil. Se olvidó de hacer una llamada muy importante, porque capaz que recibió el aviso en el coche y se olvidó de atenderla. Es un acto hostil hacia la otra persona, porque seguramente la perjudico en algo. Puede ser que esa persona tenía que salir y estaba esperando la llamada. Pero no somos culpables, somos responsables porque no lo hicimos a propósito. No tenemos que auto-castigarnos, sí tenemos que asumir el compromiso de responsabilidad. Y si yo, cuando digo yo me refiero a todos vosotros, asumo el compromiso de responsabilidad lo menos que tengo que hacer es agendar el día que tenemos que hacer una llamada, o que día tenemos que concurrir a la cita, o que día tenemos que presentarnos en

aquel trabajo, o que día tenemos que salir con una persona a tal lugar, etc. Es muy importante eso.

He visto, volviendo al tema de las reglas del plano físico, que la mayoría de las personas se saltean eso. No son formales. ¡Lo informal es muy común en esta sociedad! El no acusar recibo es no ser formal. Dejo una llamada en el contestador del teléfono de la otra persona y no me la responden. ¡Eso es ser informal! O, vamos al caso peor, directamente porque tú no le interesas. Pero aunque la otra persona no te interese, supongamos que es una persona con la que no tienes una afinidad y no quieres tener un dialogo, nunca esta de más, no pierdes nada, no se te cae nada, de tu cuerpo no se te cae nada, si haces una llamada de cortesía. La cortesía tiene que ser inherente al espíritu. No pasa por quedar bien, porque no se precisa la aprobación del otro. El ego es el que precisa la aprobación del otro. La cortesía tiene que ser innata. Como tiene que ser innata la lealtad, la palabra que uno da, etc. Para mí la palabra es más importante que una firma en un documento. Lo que pasa es que claro como el otro no te conoce no sabe que tu palabra vale, entonces claro que necesita la firma. ¡Eso es una cosa lógica! ¡En realidad no tendría que ser así! Sé que hay lugares en este universo donde solamente sirve la palabra, donde la firma sólo es una circunstancia y donde los acuerdos son estrechándose la mano, mirándose a los ojos, diciendo simplemente *okey*. ¡Vamos encaminados a eso! Entonces tenemos que de alguna manera estudiar y aprender todos los ítems. Aprender que es importante acusar recibo, aprender que no es importante la individualidad, aprender que es importante involucrarse con el otro, ¡en todos los aspectos!, aprender que es bueno el reconocimiento y no el halago, aprender que la comunión con el otro es útil, aprender que la improvisación con equilibrio es más importante que ser esquemático, y aprender a no generarle actos hostiles al otro sin darnos cuenta, pensando únicamente en nosotros. Hay que hacer una marca con respecto a eso, abarca el comienzo, como dije antes, después nos acostumbramos.

Y por último, no tengamos temor de abrazarnos, no tengamos temor de estrecharnos la mano, no tengamos temor de mirarnos a los ojos, etc. ¡Somos espíritus que estamos en busca de otros espíritus! ¡Y no por el amor personal, sino por el amor impersonal! ¡El otro también es importante! Entender que nosotros somos importantes con nosotros mismos, porque la única manera de poder hacer sentir bien a otros es sentirnos bien nosotros primero. Porque luego viene el poder de la empatía. Empecemos con nosotros. Eso no es egoísmo, ni egocentrismo, en tanto y en cuanto la escena global sea el comunicarse y tender una mano a los demás.

FIN