

Psicointegración

Jorge Raúl Olguín

Fecha: 2 de marzo de 2006

Se comentó un ejemplo sobre una Escuela Espiritista donde sus integrantes tenían más afán por ser servidos que por servir a otros. Se habló sobre la importancia de enriquecer al Thetán con experiencias y aprendizajes; sobre el amor personal y sus cuatro bases: respeto, diálogo, deseo y admiración; sobre el equilibrio en las relaciones de pareja y en la vida; sobre la dignidad y la falsa modestia; y sobre los límites en la comprensión de las personas.

Hace muchos años atrás, cuando yo tenía 18 años fui a una [escuela espiritista](#) llevado por un compañero de secundaria. En ese tiempo, yo tenía 18 años, cumplí 19 años y vi cosas que me fascinaron en esa época; como se contactaban con seres espirituales al pie de la cruz, y les hablaban y les convencían de que su camino era la luz; y una vez que terminaba esa charla esos espíritus aparentemente habían conocido el camino de la luz y hacia ella iban. En épocas festivas se contactaban, según ellos, con el Maestro Jesús que daba mensajes. Lo que no me cerraba en ese entonces, y recién era un joven de 18 años para 19, eran sus costumbres. Tenían costumbres muy egoicas opuestas totalmente al servicio. Insisto que tenía 18 años. Pasaron mucho más de 30 años, yo ya tenía más de 50, y con otra persona conocida fui a la misma escuela espiritista, a la central que queda en la Avenida Rivadavia que es la más larga de la Argentina. Me comuniqué con la directora al cargo y le comenté algo que había visto y que me había parecido negativo para lo que yo creo que es el servicio.

Había 20, como ellos se llaman, adeptos o hermanos, gente la mayoría mayores de 70 años que se iban a fluidar. Fluidar es pasar determinada energía sanadora sobre el cuerpo del otro. Entonces había diez sillas. Diez personas se sentaban a ser fluidados, y otras diez personas en la parte de atrás sobre la espalda del que estaba sentado lo fluidaba con sus manos abiertas pasándole esa supuesta energía. Lo que a mí me pareció un despropósito tremendo, que me pareció grave, fue que cuando dijeron, "Bueno, adelante", es un ejemplo en el cual no quiero ser ofensivo, pero me pareció una largada de caballos de carreras porque ávidamente como si hubiera una presa se dirigieron ávidamente hacia las sillas y los diez primeros que llegaron se sentaron. Los que perdieron fueron los que quedaron atrás. Le hice un comentario a la hermana que era la directora al cargo, una señora de unos 50 años, quizá un poco más y me dice: ¿Qué es lo que le parece mal?

Le digo: Todo el acto me parece mal, porque entiendo que se peleaban para ser servidos y no para servir.

- ¡Oh, pero cuídese usted de lo que me dice hermano porque hay gente que está desde hace más de 30 años aquí!

Le digo: ¡Peor! ¡Eso significa que en 30 años no han aprendido nada!

Porque si yo soy un ser que trato de estar en la luz voy a competir, no pelear, competir por ser útil al otro. O sea que yo directamente voy a tratar de estar atrás de la silla fluidando al otro, y después me tocará ser fluidado, ¿por qué no? Eso tampoco lo voy a rechazar, sería necio si así lo hiciese. Pero vi que la mayoría, todos, se peleaban por ser ayudados con ese fluido sin pensar que 5 o 10 minutos más tarde les

tocaba a ellos porque iban a invertir los roles. Los comparé con animales salvajes que se peleaban por una comida.

¿Tiene que ver este episodio con psicointegración? Sí, porque psicointegración justamente busca erradicar los [roles del ego](#) que tanto mal nos hacen y que tanto nos anclan hacia abajo. Entonces me pareció un episodio bastante funesto. Interpreto humildemente que cuando me retiré de ese lugar, porque fui de visita con una persona amiga que la abuela era concurrente del lugar, interpreto que la hermana directora al cargo se olvidaría del episodio y continuaría otra vez con su rutina. Me pareció muy pobre que miles de personas en las distintas escuelitas vayan simplemente como de memoria a liberar sus cargas, a fluir a otros, pero que no aprehenden, no toman nada de verdad para ellos. Creo que en esta breve vida que tenemos en esta encarnación, por lo menos tenemos que llevar un aprendizaje para que nuestro Yo Superior o Thetán también se enriquezca con nuestras vivencias, y no le carguemos únicamente [engramas](#) y roles del ego.

Quiero tocar un caso que viene perfecto para psicointegración que es el tema del amor personal. Lo he tocado en infinidad de oportunidades, pero una vez más no está de más. Como lo he dicho muchas veces en distintas sesiones de psicointegración, por eso lo voy a tocar muy breve. El amor impersonal es un amor exclusivamente de servicio, y uno sabe si actúa impersonalmente en amor sirviendo al otro, doy el ejemplo de la [Madre Teresa](#). Sabemos que el amor personal tiene otros valores. ¿Menores? ¿Mayores? No importa. Sé que es un amor más terrenal; sé que mientras el amor impersonal se nutre del sentimiento, el amor personal, de pareja, se nutre de sentimiento y emociones. Y esto significa que abreva de lo más puro que es el espíritu y abreva también de la raíz del ego que es la [mente reactiva](#), que es la creadora de los impulsos. Por eso, a veces las parejas disputan, pelean, se agreden, se desvalorizan, justamente por ese estado emocional que es el amor personal más bajo, incluso también pueden ser celos posesivos, etc.

Dejemos por ahora de lado el amor impersonal y vayamos a hablar del amor personal. El amor personal, y esto es una apreciación mía, tiene varias patas de la mesa, si la mesa fuera el amor personal. La principal es el respeto. Aquella persona que no respeta no ama. Vamos a partir de esa base y eso es una regla. Luego vamos a abreviar más en el respeto. La segunda pata es el diálogo, porque en una relación tiene que haber diálogo. La tercera pata obviamente es el deseo, porque en una relación de pareja tiene que haber deseo. ¡No está para nada mal! Ya bastante atacaron el deseo las religiones tradicionales y nos han creado tantos complejos de culpa. Y la cuarta pata, que muy pocos tienen en cuenta y que también tiene que ver con el respeto, es la admiración. Yo tengo que admirar a mi pareja. Tengo que admirarle sus atributos.

Vamos a la primera pata, vamos a la pata del respeto. ¿Qué es falta de respeto? ¿Que te digan: "Eres un cretino, eres un necio."? No necesariamente, hay otro tipo de falta de respeto. Falta de respeto también es que no te tengan en cuenta, que te ignoren, que tomen decisiones sin consultarte, que evadan el decirte la verdad, que te mientan directamente, abiertamente y descaradamente. Falta de respeto es que te desvaloricen, falta de respeto es que degraden, no solamente a tu persona, sino a todo lo que tú hagas. Entonces yo sujeto A en una relación de pareja, si mi pareja desprecia lo que hago ya sea una actividad o un *hobby*, que puede ser la lectura, pintar cuadros, tener pequeños juegos para armar, mil *hobbies*... si yo amo a mi pareja, respeto a mi pareja, admiro a mi pareja, dialogo con mi pareja, y con mi pareja tengo una relación íntima perfecta, voy a aclarar lo de perfecta después, eso significa que voy a amar lo que mi pareja hace; porque voy a aprender a amar todo lo que la otra persona hace. Y si yo soy una persona que jamás vio un cuadro más allá de un canal *Discovery* o un *History Channel*, si mi pareja es pintora voy a aprender a amar no solamente sus pinturas, sino también a todos los pintores que ella ha estudiado, desde Rembrandt, Degas, Dalí, Picasso, etc. Voy a aprender que el *Guernica* no es una mancha, sino que indica una guerra, que indica muerte; voy a aprender que

Rembrandt indica profundidad; voy a aprender que Dalí se basa en espejos y en figuras fantasmagóricas. Y voy a trascender a mi pareja, porque después si yo estoy con esa persona o no, ya lo que amo, lo seguiré amando, porque yo me voy a apropiarme de todo eso que amo. Y ya voy a amar esos cuadros independientemente de que yo ame a mi pareja, porque antes de respetar a mi pareja, me tengo que respetar a mí como individuo, como persona.

Entonces, ¿de qué va el respeto por uno mismo en la relación de pareja? Porque bien, uno aprendió de pequeño "no le hagas al otro, lo que no te gustaría que te hagan a ti". Pero hay otro refrán más importante que es "no permitas que el otro te haga, lo que tú no le harías al otro". Porque no ser permisivo es dignidad, es estar con dignidad. La dignidad no es un sentimiento, no es una emoción, es un estado espiritual que es tan fuerte como el amor más grande. Porque si ese amor tan grande que yo siento me difama, o trata de desvirtuarme, por dignidad, seguramente voy a alejarme de ese amor; porque ese amor me está denigrando, entonces ese amor no vale la pena. Y qué bien dicha la frase. No vale la pena. Dignidad es no permitir que nos pasen por encima, es aprender a decir no. Sucede que muchas veces por distintos roles del ego, tal vez roles del ego que ya vienen de otras vidas, nos han impregnado en nuestras células esos engramas, y tal vez a nuestra parte espiritual también les han impregnado de engramas a la parte conceptual, arrastramos temores. Y a veces no tenemos el valor para decir no a tiempo. Y entonces a veces preferimos poner la cabeza en el cepo y someternos, a que la otra persona sea la que nos corte. Pero no nos damos cuenta en nuestra ceguera egoica que si nosotros le vivimos concediendo a la persona, concediendo y concediendo, y dando cuerda a la persona, ya la estamos perdiendo; porque la persona por fuerza de gravitación se está alejando. ¿Quizá esta persona no es para nosotros! Entonces si nosotros decimos no a tiempo, cortamos algo que con el tiempo y por propia gravitación se iba a cortar. Si obtenemos lo mismo, ¿de qué sirve el no? Sirve para que no perdamos nuestra dignidad. No permitimos que nos den más palos en la cabeza. No permitimos que nos denigren. Por otro lado, si una persona no cumple con el respeto, porque denigra lo que hacemos; no cumple con la admiración, porque directamente piensa que lo que hacemos no tiene sentido, o lo que vale es poco o nada; no tenemos diálogo, porque si tuviéramos diálogo de entrada sabríamos la forma de pensar del otro. Y una persona que nos denigra y no nos respeta tampoco cumple con la cuarta parte que es el deseo; porque ¿qué deseo podemos tener o que deseo puede tener una persona por alguien a quien denigra?

Antes de terminar con esta sesión de psicointegración quiero comentar lo que significa una intimidad perfecta que había quedado pendiente. Una intimidad en una pareja perfecta, no significa que los dos sea superlativos o que sus besos sean los mejores tipo pantalla de cine. Una relación perfecta no significa X cantidad de orgasmos. Una relación perfecta significa ser sinceros en la relación, gozar las caricias que uno le da al otro, gozar las caricias que el otro le da a uno, no pensar que la relación se circunscribe únicamente al acto sexual; porque la relación de pareja es mirarse a los ojos tomando una copa de una bebida, es tomarse de la mano, es sentir esa electricidad... Eso es una relación perfecta. Pero esa relación perfecta no se puede llevar con alguien que nos desvaloriza, porque una sola de las patas de la mesa que se quiebre, la mesa se cae. Si alguien nos desvaloriza en una de las cosas, yo en este momento humildemente con mi pequeño concepto, creo que ninguna de las cuatro patas está en pie. Entonces no hay mesa. Entonces no hay amor. Y esto no es una apreciación, esto es una regla. Es una regla que la he constatado.

¿Qué significa? ¿Qué es preferible estar solo hasta encontrar a la pareja ideal? Yo interpreto que nosotros si somos espirituales no tenemos porque estar reñidos con los placeres de la vida mientras respetemos el equilibrio. Esto significa que yo puedo tener una relación íntima con una persona estando solo y de común acuerdo no darnos más. El equilibrio significa que no sea promiscuo; porque el ser promiscuo, aunque yo me cuide físicamente, no se va a cuidar mi alma. Entonces yo me voy a cuidar físicamente. Voy a ser promiscuo y no voy a tener ninguna enfermedad física, pero voy

a tener una enfermedad espiritual que va a ser la de cada día sentirme más vacío y más solo. Romper el equilibrio también es pasarse al otro extremo. El decir: "¡Ah, no! Hasta que no pase la persona por mi puerta me abstengo". Eso es absolutamente ridículo, y eso es lo que las religiones tradicionales nos han inculcado durante más de 2.000 años. El equilibrio es gozar de la vida, aún los pequeños momentos. Por eso siempre digo que la felicidad, la verdadera felicidad, no es el gran descubrimiento, la gran fiesta, el gran logro, sino los pequeños momentos, los pequeños logros, las pequeñas caricias... porque son como granitos de arena que van sumando una playa entera. Entonces todo pasa por uno.

No es que esta pequeña charla de psicointegración nos borre tipo pizarra todos los roles del ego, porque obviamente que no lo va a hacer; se precisa un trabajo interno muy profundo, pero nos va a dar la herramienta para tener nuestra propia dignidad. Dignidad de decir no, no significa que nos agredamos con cada persona que nos desvalore, porque entonces nos pasaríamos al otro extremo. Seríamos autoritarios. Entender que cada persona tiene su límite, y eso lo dije en una oportunidad.

Comparemos a la persona con distintos modelos de aviones. Un Jumbo llega a 34.000 pies, un avión mediano llega a 10.000 pies y una avioneta llega a 3.000 pies; porque tienen su techo y más de ahí no van a pasar. Hay personas que tienen su techo. Entonces yo siempre les digo a mis consultantes: Yo no puedo enojarme si un perro me ladra, porque tendrían que revisarme mi decodificador si yo me pusiera mal porque un perro me ladra. Vamos más arriba. Tampoco puedo ponerme mal si un chico de 5 años me saca la lengua, ¡porque es un niño! ¡No me puedo poner a la altura de un niño que recién está en jardín! Y, ¿por qué me voy a poner mal si una persona de mediana edad me dice, eres un fracasado? ¡Es el punto de vista de la otra persona! No es mi punto de vista.

¡Todo depende de cómo yo me sienta! Si yo me siento un fracasado me van a llegar las palabras de la persona. Si yo no me siento un fracasado, si yo pienso que soy único como creo que cada ser humano es único y distinto, las palabras me van a resbalar, porque voy a tener mi autoestima formada; y todo lo que diga la otra persona no le va a servir. ¡Si no es como que preciso la aprobación de la otra persona! Es como el perro que precisa la palmada en la cabeza. Yo para vivir no preciso ninguna palmada. Preciso el amor de la persona amada, porque para eso encarné. Para amar y para ser amado. Para servir, y bueno de alguna manera, si alguien quiere hacer servicio conmigo no lo voy a negar, bienvenido sea; porque no voy a caer en la tontería de decir como dicen muchos supuestos terapeutas: "¡Oh, no no! A mí me da lo mismo sentarme en un cajón de manzanas que en un sillón cómodo". ¡A mí no me da lo mismo! Yo quiero el sillón cómodo. Esto no significa que se me caigan los pantalones por sentarme en un cajón de manzanas. Pero sería mentiroso si dijera, me da lo mismo. Eso es una falsa humildad y es prima hermana de la hipocresía como la falsa modestia. La persona que es falsa modesta que te dice: "Oh, no te preocupes, yo no sé nada" o "a mí me da lo mismo". No le creo. Yo creo que es más auténtico el que dice sí, yo prefiero esto. Perfecto, porque esa persona es más confiable. Ese es el secreto. Todo pasa por la dignidad, todo pasa por respetarnos a nosotros mismos. Si yo no me quiero y me siento un pobrecito, voy a tener empatía, quizá una mala empatía con esa persona y le voy a contagiar eso que siento de mí, entonces la persona me va a desvalorizar. Porque si en varias relaciones voy cumpliendo el mismo episodio de que la persona me desvaloriza, algo hay en mí que le está diciendo a la persona hazlo, tírame hacia abajo porque me lo merezco. Si yo tengo dignidad lo único que me merezco es proyectar cosas, tener gozo por proyectar cosas. Y si yo amo mi trabajo, yo no voy a permitir que otra persona no lo ame. ¿Esto significa que yo voy a someter a que la persona ame lo que yo amo? No, no, no, para nada; porque eso también sería romper el equilibrio. Directamente si esa persona no ama mi trabajo puede seguir siendo mi amigo, pero no voy a permitir que mi amigo me critique mi trabajo; porque entonces ya deja de ser mi amigo, porque no me respeta. No voy a

permitir que mi pareja me critique mi trabajo, porque entonces no me ama, porque no me respeta. Podré seguir tratando a la gente que no respeta mi trabajo, pero no a nivel de amigo ni a nivel de pareja. Lo voy a tomar como que tiene ese límite, porque la avioneta no va a volar a la altura de Jumbo ya que tiene un techo.

Entonces, si el perro tiene un techo, si el chico de 5 años tiene un techo, la otra persona también tiene un techo, pero no lo digo en son despreciativo. Tiene un techo en su comprensión. Capaz que esa persona es buena en otras cosas, pero en ese tipo de comprensión llega a un techo. Ahora, si esa persona tiene poder para lastimarme, ese poder se lo estoy dando yo. ¡Nadie tiene poder para lastimarme si yo no le concedo ese poder! Y repito una palabra muy linda que la dije muchas veces. Me tomo un pequeño cabello, lo dejo a 40 centímetros de mi, le digo haciendo un acto teatral, "muévete". El cabello no se va a mover. Entonces si mi palabra no tiene poder para mover un cabello, ¿cómo la palabra del otro puede tener poder para lastimarme? Ese poder se lo estoy dando yo. Entonces todo depende de que primero me dé el poder a mí mismo, pero no poder para someter, sino poder para amar, para ayudar, para servir, para ser útil, para abrazar, para acariciar, etc.; porque eso sí contagia, el abrazo se contagia. Me encanta abrazar. Me encanta que me abracen. En el buen sentido. Y es eso.