

# AUGUSTO CURY

*Nunca renuncies  
a tus sueños*

Una puerta abierta a la felicidad









Augusto Cury

# Nunca renuncies a tus sueños

Traducción de R. C

**Zenith / Planeta**

Cury, Augusto  
Nunca renuncies a tus sueños. - 1a ed. - Buenos Aires : Zenith, 2012.  
E-Book.  
ISBN 978-987-580-027-4  
I. Autoayuda . I. Título  
CDD 158.1

Título original: Nunca desista de seus sonhos  
© 2007, Augusto Cury  
Todos los derechos reservados  
© 2012, Grupo Editorial Planeta S.A.I.C.  
Publicado bajo el sello Zenith®  
Independencia 1682, (1100) C.A.B.A.  
[www.editorialplaneta.com.ar](http://www.editorialplaneta.com.ar)  
Diseño de cubierta: Departamento de Arte de Editorial Planeta  
Diseño de interior: Orestes Pantelides  
Primera edición en formato digital: mayo de 2012  
Queda rigurosamente prohibida, sin la autorización escrita de los titulares del "Copyright", bajo las sanciones establecidas en las leyes, la reproducción parcial o total de esta obra por cualquier medio o procedimiento, incluidos la reprografía y el tratamiento informático.  
Inscripción ley 11.723 en trámite  
ISBN edición digital (ePub): 978-987-580-027-4

# Índice

Dedicatoria

Agradecimientos

Prefacio

LOS SUEÑOS ALIMENTAN LA VIDA

Introducción

LOS SUEÑOS ABREN LAS VENTANAS  
DE LA INTELIGENCIA

Capítulo 1

EL MAYOR VENDEDOR  
DE SUEÑOS DE LA HISTORIA

Capítulo 2

UN SOÑADOR QUE COLECCIONABA  
DERROTAS

Capítulo 3

EL SUEÑO DEL PACIFISTA QUE ENFRENTÓ  
AL MUNDO

Capítulo 4

UN SOÑADOR QUE DESEÓ CAMBIAR  
LOS FUNDAMENTOS DE LA CIENCIA  
Y CONTRIBUIR AL BIEN DE LA HUMANIDAD

Capítulo 5

NUNCA RENUNCIES A TUS SUEÑOS

Bibliografía

## Dedicatoria

*Dedico este libro a alguien especial.*

Sin sueños, las pérdidas se tornan insoportables,  
las piedras del camino se convierten en montañas,  
los fracasos se transforman en golpes fatales.

Pero si tienes grandes sueños...

tus errores producirán crecimiento,

tus desafíos producirán oportunidades,

tus miedos producirán coraje.

Por eso, mi ardiente deseo es que

NUNCA RENUNCIES A TUS SUEÑOS.

## Agradecimientos

Agradezco a mi padre, Salomão, por haber creído en mí y haberme enseñado a soñar con la medicina y con la ciencia, aun cuando yo lo decepcionaba en la escuela. Agradezco a mi madre, Ana, por sus valiosísimas humildad y sensibilidad. Ella me enseñó a ver con los ojos del corazón.

Agradezco a mi esposa, Suleima, por haberme estimulado a no renunciar a mi sueño de producir una nueva teoría sobre el funcionamiento de la mente y por haber creído que podría constituir una contribución a la difusión de la ciencia y el enriquecimiento de la humanidad. “Al lado de todo hombre siempre hay una gran mujer.” No soy un gran hombre, pero tengo una gran mujer.

Agradezco a mis tres hijas, Camila, Carolina y Cláudia, por los besos diarios, por el cariño y la paciencia que siempre me han tenido. No debe resultar fácil ser hija de un psiquiatra, investigador y escritor. Soy un enamorado de ellas, más allá del límite de mi comprensión.

Agradezco al personal de la editorial Sextante y a mis amigos y editores Geraldo y Regina (los padres) y Marcos y Tomás (los hijos). Son una familia encantadora, los poetas del mundo editorial. Regina, al corregir este libro, quedó tan inspirada con su contenido que deseó que sus dos nietos (Juliana y Arthur), que nacieron por esos días, hijos de Marcos, tengan muchos sueños y nunca renuncien a ellos.

Agradezco a Dios por prestarme cada día el corazón que late, el oxígeno que respiro, el suelo por el que camino y millones de otras cosas para que yo exista. Él soportó mi escéptico ateísmo, me condujo a encontrar Su firma detrás de la cortina de la existencia y me hizo percibir que Su sueño de ver a la especie humana unida, fraterna y solidaria es el mayor de todos los sueños.

Agradezco a cada uno de los millones de lectores que tengo en varios países. Para mí, ustedes son joyas únicas en el teatro de la vida. Gracias por existir. El mundo necesita personas que lean, que desarrollen el arte de pensar y sueñen con una humanidad mejor.

Prefacio

LOS SUEÑOS ALIMENTAN  
LA VIDA

Los sueños son como el viento: los sientes, pero no sabes de dónde vienen ni adónde van. Inspiran al poeta, alientan al escritor, apasionan al estudiante, abren la inteligencia del científico, dan osadía al líder. Nacen como flores en los campos de la inteligencia y crecen en los valles secretos de la mente humana, un lugar que pocos exploran y comprenden.

Hay dos tipos de sueños.

En primer lugar, los sueños que se producen cuando dormimos. En segundo lugar, los sueños que producimos cuando estamos despiertos, viviendo las batallas de la existencia, sintiendo la vida que palpita en nuestra cotidianidad.

Los sueños generados mientras dormimos tienen gran importancia para el desarrollo de la inteligencia. Cuando nos adormecemos, el “yo”, que representa nuestra voluntad consciente, deja de actuar en forma lógica y, de manera paralela, ciertos fenómenos inconscientes comienzan a leer continuamente la memoria y producir ideas, imágenes mentales, fantasías y personajes. Hay una explosión creativa en los sueños nocturnos, una relectura del pasado.

Estos sueños son como complejas películas estructuradas sin un director, sin una conducción lógica. Son películas que rescatan las informaciones del pasado reciente o remoto, dando nueva forma, colores y sabores a las experiencias vividas.

Los sueños nocturnos no son inofensivos, pues se registran en la memoria y pueden tanto expandir el aprendizaje y enriquecer la personalidad como alimentar la inseguridad y la ansiedad.

Todos soñamos cuando dormimos, aunque no siempre recordemos los sueños al despertar. Este es el primer tipo de sueños. Sin embargo, no es acerca de los sueños nocturnos que voy a extenderme en este libro.



Voy a hablar de los sueños diurnos. El sueño que producimos cuando lloramos, jugamos, cantamos, hablamos, callamos. El sueño que bulle cuando nace un hijo, cuando encontramos un amigo, obtenemos aplausos o abucheos. El sueño que brota cuando besamos a una persona amada. El sueño que surge cuando se extingue la vida, se disipa la alegría, parte la esperanza.

Hablaré de los sueños que transforman el mundo. Los sueños que nos inspiran a crear, nos alientan a superarnos, nos dan valor para conquistar. Al igual que los nocturnos, los sueños diurnos tampoco son producidos sólo por la motivación lógica e inconsciente del “yo”, sino también por fenómenos inconscientes que generan una usina de emociones y una fuente de pensamientos.

Moisés, Mahoma, Buda, Confucio, Sócrates, Platón, Séneca, Abraham Lincoln,

Gandhi, Einstein, Freud, Max Weber, Marx, Kant, Thomas Edison, Machado de Assis, Sun Tzu, Khalil Gibran, John Kennedy, Hegel, Maquiavelo, San Agustín y muchos otros fueron grandes soñadores.

Estos hombres cambiaron la historia porque tuvieron grandes proyectos. Tuvieron grandes proyectos porque vivieron grandes sueños. Sus sueños aliviaron sus dolores, infundieron esperanza en las pérdidas, renovaron sus fuerzas en las derrotas. Sus sueños convirtieron su inteligencia en un terreno fértil.

¿Dios también sueña? La arquitectura del universo, con miles de millones de galaxias y sus infinitos fenómenos, parece gritar que no sólo existe un Dios por detrás de la cortina de la existencia, sino... ¡qué gran sueño tiene ese Dios! Sin embargo, da la impresión de que sólo los sensibles oyen Su voz. Descubrir el sueño del Arquitecto de la Vida, con independencia de una religión, es la responsabilidad —y tal vez el mayor desafío— de cada ser humano.

### La infancia del sabio

Un día, un niño se paró ante un pensador y le preguntó:

—¿De qué tamaño es el universo?

Mientras le acariciaba la cabeza, el hombre miró hacia el infinito y le respondió:

—El universo tiene el tamaño de tu mundo.

Perturbado, el niño indagó otra vez:

—¿Y de qué tamaño es mi mundo?

Y el pensador le respondió:

—Tiene el tamaño de tus sueños.

Si tus sueños son pequeños, tu visión será pequeña, tus metas serán limitadas, tus blancos serán diminutos, tu camino será estrecho, tu capacidad de soportar las tormentas será endeble.

Shakespeare dijo que “cuando se divisan nubes, los sabios visten sus mantos”. ¡Sí! La vida tiene inevitables tempestades. Cuando sobrevienen, los sabios preparan sus mantos invisibles: protegen su emoción usando su inteligencia como paredes y sus sueños como techo.

Los sueños infunden sentido a la existencia. Si tus sueños son frágiles, tu comida no tendrá sabor, tus primaveras no tendrán flores, tus mañanas no tendrán rocío, tu emoción no tendrá romances.

La presencia de los sueños convierte a los desdichados en reyes, y la ausencia de sueños transforma a los millonarios en mendigos. La presencia de los sueños hace jóvenes a los viejos, y la ausencia de sueños hace viejos de los jóvenes.



La juventud mundial está perdiendo la capacidad de soñar. Los jóvenes tienen muchos deseos, pero pocos sueños. Los deseos no resisten las dificultades de la vida; los sueños son proyectos de vida, sobreviven al caos.

La culpa, sin embargo, no es de los jóvenes. Los adultos crearon un invernadero

intelectual que les destruyó la capacidad de soñar. Se están enfermando colectivamente: son agresivos pero introvertidos; quieren mucho, pero se satisfacen poco.

Los sueños dan salud a la emoción, equipan a los frágiles para que sean autores de su historia, renuevan las fuerzas del ansioso, animan a los deprimidos, transforman a los inseguros en seres humanos de especial valor. Los sueños hacen que los tímidos tengan arrebatos de osadía y que los derrotados sean constructores de oportunidades.

Este libro se ha escrito para todos los que necesitan soñar (niños, jóvenes, padres, profesionales), no sólo para psicólogos y educadores. Habla de la ciencia de los sueños, la mente de los soñadores, la personalidad de los que nunca renunciaron a sus sueños.

Por sobre todo, este libro enseña a pensar. Quizás, al leerlo, repienses tu vida.

Una mente saludable debería ser una usina de sueños, pues los sueños oxigenan la inteligencia e infunden placer y sentido a la vida.

## Introducción

# LOS SUEÑOS ABREN LAS VENTANAS DE LA INTELIGENCIA

¿Quién puede descifrar al ser humano?

Un paciente culto me dijo cierta vez que era capaz de enfrentar a un perro feroz, pero que se moría de miedo ante las mariposas. ¿Cuáles son los riesgos reales que produce una mariposa?

Ninguno, a no ser el de regocijar la vista con su belleza. El conflicto de este paciente no consiste en los peligros reales exteriores, sino en los peligros imaginarios. Su drama no es generado por la mariposa física, sino por la mariposa psicológica registrada de manera distorsionada en el suelo de su memoria.

Su madre le había dicho, cuando era pequeño, que si tocaba una mariposa con las manos se quedaría ciego. Cuando el niño tocó una mariposa, la madre gritó. El grito de alerta se cruzó con la imagen de la mariposa. Ambos estímulos quedaron registrados en el mismo *locus* del inconsciente, en la misma ventana de la memoria. La hermosísima e inofensiva mariposa se convirtió en un monstruo.

Durante toda la infancia, cuando este paciente veía la imagen de una mariposa bailando con gracia en el aire, accionaba un gatillo psíquico que abría en milésimas de segundos la ventana de la memoria en que se hallaba registrada la imagen negativa. La mariposa imaginaria se liberaba del inconsciente, asaltaba su emoción y le robaba la tranquilidad.

El gran problema radica en que, cada vez que él tenga una experiencia angustiosa con una mariposa, tal experiencia negativa volverá a registrarse en su mente, contaminando otras innumerables ventanas de la memoria. Cuantas más áreas enfermas se hallen comprometidas en su inconsciente, más irracional será su reacción. Si este paciente no reescribe su historia, podría volverse una persona fóbica, frágil, sin capacidad de luchar por sus sueños y tendiente a padecer muchos otros tipos de miedos.

El mecanismo que acabamos de describir es uno de los secretos de la psicología. Tardamos más de un siglo en comprenderlo. Por medio de la teoría de la inteligencia multifocal estamos revelando algunos de los fenómenos contenidos tras los bastidores de nuestra mente que afectan todo el proceso de construcción de pensamientos y generan los traumas psíquicos. No es la realidad concreta de un objeto lo que influye en nuestra personalidad, sino la realidad interpretada, registrada.

Para algunos, un ascensor es un medio para trasladarse; para otros, un cubículo sin aire. Para unos, hablar en público es una aventura; para otros, un martirio que obnubila la inteligencia. Para unos, las derrotas son lecciones de vida; para otros, un sofocante sentimiento de culpa. Para unos, lo desconocido es un jardín; para otros, una fuente de terror. Para unos, una pérdida es un dolor insoportable; para otros, un golpe que talla el diamante de la emoción.

## Todos creamos monstruos que destruyen sueños

¿Cuántos monstruos imaginarios fueron archivados en los subsuelos de tu mente, robándote el placer por vivir y destrozando tus sueños? Todos tenemos monstruos escondidos detrás de nuestra amabilidad y nuestra serenidad.

La manera como enfrentamos los rechazos, las decepciones, los errores, las pérdidas, los sentimientos de culpa, los conflictos en las relaciones, las críticas y las crisis profesionales, puede generar madurez o angustia, seguridad o traumas, líderes o víctimas. Algunos momentos generaron conflictos que nos cambiaron la vida, aunque no lo advirtamos.

Hay personas que no se levantaron después de sufrir ciertas derrotas. Otras nunca más tuvieron coraje de mirar con esperanza el horizonte después de padecer una pérdida. Personas sensibles que quedaron presas de la culpa, que se convirtieron en rehenes de su pasado después de cometer ciertos errores. La culpa las asfixió.

Algunos jóvenes extrovertidos perdieron para siempre su autoestima después de ser humillados en público. Otros perdieron la primavera de la vida porque fueron rechazados por sus defectos físicos o por no tener un cuerpo acorde al patrón enfermizo de belleza dictado por los medios.

Algunos adultos no volvieron a levantarse después de atravesar una grave crisis financiera. Muchos hombres y mujeres perdieron el romanticismo después de haber fracasado en sus relaciones afectivas, después de haber sido traicionados, incomprendidos, heridos o no amados.

Hijos que perdieron la vivacidad de la mirada después de que uno de los padres cerró los ojos a la existencia. Se sintieron solos en medio de la multitud. Niños que perdieron su ingenuidad tras la separación traumática de los padres. Fueron víctimas inocentes de una guerra que nunca entendieron. Cambiaron los juegos por el llanto a escondidas.

La complejidad de la mente humana nos hace transformar una mariposa en dinosaurio, una decepción en un desastre emocional, un ambiente cerrado en un cubículo sin aire, un síntoma físico en un augurio de muerte, un fracaso en un motivo de vergüenza.

Necesitamos resolver nuestros monstruos secretos, nuestras heridas escondidas, nuestra demencia oculta (Foucault, 1998). No podemos olvidar nunca que los sueños, la motivación, el deseo de ser libres, nos ayudan a superar esos monstruos, vencerlos y utilizarlos como siervos de nuestra inteligencia. No tengas miedo al dolor; ten miedo a no enfrentarlo, criticarlo, usarlo.

## Todos somos complejos y complicados

En mi trayectoria como científico de la psicología y psiquiatra clínico, me he convencido de que nada es tan lógico como el ser humano, y nada es tan contradictorio. En el teatro de nuestra mente podemos crear los extremos: el drama y la sátira, el pánico y la sonrisa, la fuerza y la fragilidad.

Somos tan creativos que, cuando no tenemos problemas, los inventamos. Algunos son

especialistas en sufrir por cosas que ellos mismos crearon. Otros tienen motivos para ser alegres, pero mendigan el placer. Poseen abultados depósitos en los bancos pero están endeudados en lo más profundo de su ser. Viven angustiados y estresados.

Gandhi comentó con sensibilidad: “Lo que pensáis, eso mismo pasáis a ser”. Lo que pensamos afecta la emoción, infecta la memoria y genera las miserias psíquicas. Nunca hubo tantos desdichados en autos importados, trabajando en importantes oficinas, viajando en avión, saliendo en las tapas de las revistas. El que es esclavo de sus pensamientos no es libre para soñar.

Ser complicado no es privilegio de una persona, de un pueblo, de un grupo social, de una franja de edad. Adultos y niños, psiquiatras y pacientes, intelectuales y alumnos son complicados, tienen momentos en los que se irritan por pequeñas cosas, sufren sin necesidad. Unos más, otros menos.

Es imposible hallarse libre de contradicciones e incoherencias. ¿Por qué? Porque tenemos complejas emociones que influyen en la lógica de los pensamientos, las reacciones y las actitudes humanas.

Cualquier persona que pretenda ser demasiado perfecta podrá llegar a ser una computadora, pero no una persona completa. No debemos enojarnos por ser tan complicados. Si bien, por un lado, nuestros dolores de cabeza surgen en esa zona que extrapola la lógica, también las maravillas de nuestra inteligencia surgen en esa esfera.

Nuestra capacidad de amar, tolerar, jugar, crear, intuir o soñar nos permite algunas de estas maravillas, que se generan en una esfera que sobrepasa los límites de la razón. Todas las personas muy racionales aman menos y sueñan poco. Los sensibles sufren más, pero aman más y sueñan más.

## Inspiración y transpiración

No siempre los sueños son definidos y bien organizados en el teatro de la mente. A veces nacen como pequeños trazos, simples bosquejos, ideas vagas que se van dibujando y tomando forma a lo largo de la vida. Todos los grandes cambios de la humanidad en el ámbito social, político, emocional, científico, tecnológico y espiritual surgieron a causa de grandes sueños.

Para tener grandes sueños y producir importantes cambios en la sociedad no es necesario contar con características genéticas superiores o privilegios propios de los genios.

Thomas Edison creía que las conquistas humanas se componen de 1 por ciento de inspiración y 99 por ciento de transpiración. El inventor de la “luz exterior” tenía una luz interior. Creo que su principio tiene fundamento, pero necesita una corrección.

Yo considero que las conquistas humanas dependen de un 50 por ciento de inspiración, creatividad y sueños, y un 50 por ciento de disciplina, trabajo arduo y determinación. Son dos piernas que deben caminar juntas. Una depende de la otra; de lo contrario, nuestros proyectos se convertirán en espejismos, nuestras metas no se concretarán.

El que quiera alcanzar la excelencia en sus estudios, en sus relaciones afectivas y en su

profesión, debe liberar la creatividad, para ser un soñador, y liberar el coraje, para ser un emprendedor. Estos dos pilares contribuyen a formar el carácter de un líder.

## Secretos de los que cambiaron la historia

La mayor genialidad no es la que proviene de la carga genética ni la que es producto de la cultura académica, sino la que se construye en los valles de los miedos, en el desierto de las dificultades, en los inviernos de la existencia, en el mercado de los desafíos.

Muchos soñadores desarrollaron áreas nobles de su inteligencia, áreas que todos tienen condiciones para desarrollar. Atravesaron turbulencias casi insuperables. Soportaron presiones que pocos tolerarían. Vivieron días de ansiedad, se sintieron pequeños ante los obstáculos.

A algunos los calificaron de locos; a otros, de tontos. Algunos fueron objeto de burlas; otros, de discriminación. Tenían todos los motivos para renunciar a sus sueños y, en ciertos momentos, hasta a la propia vida. Pero no renunciaron. ¿Cuáles fueron sus secretos?

Hicieron de la vida una aventura. No los atrapó la rutina. Desde luego, es imposible escapar a la rutina; en muchas ocasiones es un calmante necesario. Pero esos soñadores dedicaron por lo menos el 10 por ciento de su tiempo a crear, inventar, descubrir.

Tuvieron una visión panorámica de la existencia, incluso cuando el cielo se nublaba. Fueron emprendedores, estrategas, persuasivos, amigos del optimismo. Fueron sociables, observadores, analíticos, críticos.

Hicieron elecciones, trazaron metas y las ejecutaron con *paciencia*. Para el filósofo Kant, “la paciencia es amarga, pero sus frutos son dulces”. La paciencia es el diamante de la personalidad. Muchos hablan de ella, pocos son sus amantes. Sin embargo, los que la conquistan cosecharán los mejores frutos.

Para Plutarco, “la paciencia tiene más poder que la fuerza”. No midas a un ser humano por su poder político y financiero. Médalo por la grandeza de sus sueños y su paciencia para llevarlos a cabo. Pero la paciencia necesita de otro remo para conducir el bote de los sueños. ¿Cuál?

Necesita del *coraje* para correr riesgos. Los mayores riesgos, para el que sueña, son las piedras del camino. Tropezamos con las pequeñas piedras, no con las grandes montañas. El que se deja dominar por los riesgos y los peligros de las jornadas no tiene resistencia emocional. Retrocede pronto. ¿*Tú tienes esa resistencia?*

Epicuro creía que “los grandes navegantes debían su reputación a los temporales y a las tempestades”. Si tienes miedo a las tempestades, nunca navegarás por mares desconocidos. Jamás conquistarás otros continentes.

Los que convirtieron sus sueños en realidad aprendieron a ser líderes de sí mismos, para después liderar el mundo que los rodeaba. Tenían una ambición positiva, querían transformar su sociedad, su empresa, su espacio afectivo. Eran personas que no aceptaban ni los problemas sociales ni sus defectos psíquicos.

Sus sueños se hicieron realidad porque contaron con un combustible emocional que

jamás se apagó, ni siquiera al atravesar lluvias torrenciales. ¿Cuál es ese combustible? *La pasión por la vida, el amor por la humanidad*. Los embargaba un deseo incontrolable de ser útiles a los demás. El que vive para sí mismo no tiene raíces internas.

Es posible destruir el sueño del ser humano cuando éste sueña para sí, pero es imposible destruir su sueño cuando sueña para los demás, a no ser que le quiten la vida. Los dictadores jamás destruyeron los sueños de los que soñaron con la libertad de su pueblo. Murieron los dictadores, se oxidaron las armas, pero no se destruyeron los sueños de los que aman ser libres.

## Encontrando oro entre los escombros de las derrotas

Haré en este libro un análisis abierto, libre y crítico sobre el funcionamiento de la mente de cuatro personajes que construyeron bellísimos sueños y que hicieron soñar a otros. Elegí cuatro personajes apasionados por la humanidad, y que pasaron momentos en los que fueron desacreditados, excluidos, heridos, considerados locos, tontos, obcecados.

Ellos cruzaron el territorio del miedo y escalaron los peñascos de las dificultades. Tropezaron en el camino, se lastimaron, pero continuaron caminando cuando muchos otros no creían que fueran a levantarse.

Tenían todo en contra para no lograrlo, pero brillaron. No eran especiales por fuera, pero buscaron piedras preciosas en las ruinas de sus traumas. *¿Sabes tú buscar oro en tus conflictos?*

La mayoría de los adultos de la actualidad habría renunciado a sus sueños y enfermado psíquicamente si hubiera vivido una pequeña parte de los trastornos que soportaron estos personajes.

Muchos jóvenes retrocederían ante obstáculos semejantes. La juventud está incapacitada para vivir en esta sociedad estresante. Los jóvenes necesitan desarrollar con urgencia resistencia intelectual y emocional para soportar pérdidas, derrotas, humillaciones, injusticias.

Lo que diferencia a los jóvenes que fracasan de los que alcanzan el éxito no es la cultura académica, sino la capacidad de superar las adversidades de la vida.

Estudiaremos las reacciones de estos cuatro personajes frente a sus derrotas, veremos su capacidad de superación, su competencia para ser líderes de sí mismos, su valentía para correr riesgos, sus talentos intelectuales, su intuición, su visión multifocal de la realidad.

Muchas otras personalidades merecerían que se las mencionara aquí, como Buda, Confucio, Dostoievski, Kant, Montaigne, John Kennedy, Gandhi, Thomas Edison, Einstein, porque fueron grandes soñadores. Por falta de espacio no los analizaré, pero utilizaré las ideas de varios de ellos para que me asistan en la ardua tarea de interpretación.

Creo que, al analizar la mente de los cuatro personajes escogidos, identificaré algunos

principios fundamentales que cimentaron la inteligencia de los grandes soñadores de todas las épocas. Tendremos una visión global (Morin, 2000) sobre la formación de pensadores.

Las historias que reconstruiré se basan en hechos reales. No me propongo escribir una biografía de los cuatro personajes, y por lo tanto casi no mencionaré fechas. Me limitaré a seguir una secuencia de los hechos más importantes para mi interpretación.

El pasado es una cortina de vidrio. Felices los que observan el pasado para poder caminar en el futuro. Penetraremos juntos como científicos, para analizar las reacciones de estos personajes en algunos momentos significativos de sus vidas.

Nos sorprenderemos con sus historias. Creo que nutrirán nuestra inteligencia, nos estimularán a desenterrar nuestros sueños y nos darán herramientas para reconstruirlos.

Vamos a penetrar en el espectacular mundo que produce pesadillas y construye sueños.

## Capítulo 1

# EL MAYOR VENDEDOR DE SUEÑOS DE LA HISTORIA

## Pequeños momentos que cambian una vida

Hay pequeños detalles que cambian una vida. Un marido dio un beso a su esposa y le dijo que se veía hermosa. Hacía tiempo que no actuaba así. La había herido sin darse cuenta. Su pequeño gesto modificó una ventana de la memoria de la esposa en la que había una pena oculta. Volvió la alegría. Durante toda la vida necesitamos afecto y amabilidad (Platón, 1985).

Un padre elogió a su hijo. El elogio partió del corazón del padre y penetró en los resquicios más profundos de la emoción del hijo, oxigenando la relación que desde hacía tiempo estaba desgastada. Un beso, un elogio, un abrazo pueden, en el lapso de un segundo, superar un dolor allí alojado desde hace semanas, meses o años.

Los que desprecian los pequeños acontecimientos nunca harán grandes descubrimientos. Los pequeños momentos cambian grandes derroteros. Fue lo que sucedió hace muchos siglos en la vida de unos jóvenes que vivían cerca de la playa de un país explotado y castigado por el hambre. Pequeños momentos que cambiaron su manera de pensar la existencia. El mundo nunca volvió a ser el mismo.

## La personalidad construida sobre el crepitar de las olas

El viento rozaba la superficie del mar, que levantaba el espejo de agua, que producía la formación de las olas en un espectáculo sin fin. Las olas que todos los días se lanzaban, espumosas y orgullosas, a las orillas de las playas.

Unos niños crecieron corriendo por la arena. Atrapaban las burbujas que se formaban al estallar las olas. Brillaban en las palmas de las manos, pero enseguida se disolvían y se escurrían entre sus dedos, como si dijeran: “Yo pertenezco al mar”. Alzando la cara hacia el mar, los niños decían para sus adentros: “También nosotros le pertenecemos”.

Así era la vida de aquellos jóvenes. Sus abuelos habían sido pescadores, así como sus padres, y también ellos eran pescadores y morirían pescadores. Su historia ya estaba determinada. ¿Y sus sueños? Olas y peces.

Soñaban con los cardúmenes. Sin embargo, los peces escaseaban. La vida era dura. Tirar de las pesadas redes en el mar era extenuante. Soportar las ráfagas de vientos fríos y las olas rebeldes toda las noches no era para cualquiera. Y, lo peor de todo, el resultado los frustraba. Cabizbajos, reconocían el fracaso. El mar tan inmenso se había tornado una fuente de decepciones.

Todos los días enfrentaban la misma rutina y los mismos obstáculos. Querían cambiar de vida. Pero les faltaba coraje. El miedo a lo desconocido los bloqueaba. Era mejor tener muy poco que correr el riesgo de no tener nada, pensaban.

Por la mente de esos jóvenes no pasaban inquietudes sobre los misterios de la vida. La falta de cultura y el trajín por la supervivencia no los estimulaban a grandes vuelos intelectuales. Para ellos, vivir era un fenómeno común, no una aventura indescifrable.

Parecía que nada iba a cambiar su destino, hasta que apareció en su camino el mayor vendedor de sueños de todos los tiempos.

### Una invitación perturbadora

Por aquellas comarcas algo nuevo rompió la monotonía. Un hombre que había vivido durante treinta años en un desierto. Sus discursos eran extraños; sus gestos, raros. Por su modo extraño de vivir, daba la impresión de delirar. Lo perturbaba la idea fija de que era el precursor del hombre más importante que jamás habría de pisar la Tierra.

Su nombre era Juan, apodado el Bautista. Lo más extraño era que no había convivido con la persona a la que anunciaba, pese a que embargaba su mente. Pronunciaba discursos elocuentes a las orillas de un río, describiendo a aquel hombre con la precisión de un cirujano.

Se aproximaban multitudes a ver el espectáculo de sus ideas. Él tenía el coraje de decir que el hombre al que aguardaba era tan grande que él no era digno de desatarle las correas de las sandalias. La gente quedó perpleja con esas palabras.

¿Cómo podía un rebelde que no respetaba los patrones sociales, que no tenía pelos en la lengua, que no tenía miedo de decir lo que pensaba, elevar tan alto a alguien a quien no conocía? ¿Qué clase de hombre sería ese al que Juan anunciaba en sus discursos?

Aquellos discursos dibujaban los cuadros más diversos en el anfiteatro de la mente de los oyentes. Algunos creían que el hombre anunciado aparecería como un rey, con pomposas vestiduras. Otros imaginaban que llegaría como un general, acompañado por una gran escolta. Otros pensaban que era una persona riquísima que vendría en un elegante carruaje, con un séquito de innumerables servidores. Todos lo aguardaban con ansiedad.

A pesar de la diversidad de las fantasías, la mayoría estaba de acuerdo en que el encuentro con él sería solemne. Todos esperaban un discurso apasionante. De repente, en el calor del atardecer, cuando los ojos confundían las imágenes en el horizonte, surgió discretamente un hombre simple, de origen pobre. Nadie reparó en él.

Llevaba ropa gastada, sin ningún adorno. Tenía la piel deshidratada, seca y surcada, consecuencia del trabajo arduo y la larga exposición al sol. No lo acompañaba escolta alguna, ni poseía carruaje, ni servidores.

Se abrió paso en medio de la multitud. Tocaba a las personas con suavidad, pedía permiso y poco a poco iba avanzando. A algunos no les gustó, otros se mostraron indiferentes a su actitud.

De pronto las miradas se cruzaron. Juan contempló al hombre de sus sueños. Quedó fascinado por la imagen. La imagen de la fantasía de la gente no coincidía con la real. Juan veía lo que no veía nadie, y, para espanto de la multitud, exaltó sobremanera a aquel hombre sencillo.

La gente se sintió confundida y decepcionada. Ya que la imagen les había chocado, esperaban, al menos, que sus oídos se deleitaran con el más maravilloso discurso. Al fin y al cabo, el hambre y los problemas sociales eran enormes. Necesitaban aliento.

Sin embargo, el hombre de los sueños de Juan llegó mudo y se marchó callado. El sueño de la multitud se disipó como gotas de agua consumidas por el sol del Sahara. Desilusionada, la gente se dispersó para volver a sumergirse en su tediosa rutina.

Algunos jóvenes habían oído hablar de los sueños de Juan. Pero estaban demasiado ocupados tratando de sobrevivir. Nada los impulsaba, salvo el grito del cuerpo que suplicaba pan para saciar el instinto. El mar era su mundo.

No había nada diferente en el aire. De repente, dos hermanos elevaron los ojos y vieron a una persona diferente caminando por la playa. No le prestaron atención. Los pasos del desconocido eran lentos y firmes. El peregrino se aproximó. Los pasos se silenciaron. Sus ojos se posaron en los jóvenes.

Incómodos, ellos se miraron de reojo. Entonces el extraño quebró el silencio. Alzó la voz y les hizo la propuesta más absurda del mundo: “Seguidme, y os haré pescadores de hombres”.

Jamás habían oído tales palabras, que alteraron sus paradigmas y los secretos de sus almas. Hicieron eco en un lugar donde los psiquiatras no consiguen escrutar. Penetraron en el espíritu humano y generaron un cuestionamiento sobre el significado de la vida y el valor de la lucha.

Todos deberíamos, en algún momento de la existencia, cuestionar nuestra vida y analizar aquello por lo que luchamos. El que no logre hacer este cuestionamiento será siervo del sistema, vivirá para trabajar, cumplir obligaciones profesionales y sobrevivir a duras penas. Por último, sucumbirá en el vacío.

Los hermanos que oyeron esa invitación se llamaban Pedro y Andrés. La rutina del mar había ahogado sus sueños. Su mundo abarcaba pocas leguas. Sin embargo, apareció un vendedor de sueños que les encendió el espíritu. Con una sola oración los estimuló a trabajar para la humanidad, a enfrentar el océano imprevisible de la sociedad.

Jesucristo no había realizado ningún acto sobrenatural; sin embargo, su voz poseía el mayor de todos los magnetismos, porque vendía sueños. Vender sueños es una expresión poética que habla de algo invendible. Él distribuía un bien que el dinero jamás ha podido comprar. El Maestro de Maestros supera los fundamentos de la psicología.

¿Quién se arriesgaría a seguirlo?

Pensemos un poco. ¿Por qué seguir a ese hombre? ¿Cuáles son los antecedentes del que hacía esa propuesta? ¿Qué consecuencias sociales y emocionales tendría? El vendedor de sueños era un extraño para los dos hermanos. No tenía nada concreto para ofrecerles.

¿Aceptarías tú una oferta semejante? ¿Dejarías todo para entregar tu vida en pro de la humanidad? Jesús no prometió un camino sin escollos, noches sin tempestades, éxitos sin pérdidas. Pero prometió fuerza en la tierra del miedo, alegría en las lágrimas, afecto en la

angustia.

Seguirlo parecía una locura. Tendrían que explicar a parientes y amigos su actitud. ¿Pero cómo explicar lo inexplicable? Pedro y Andrés se sintieron atraídos por el vendedor de sueños, si bien no entendían las consecuencias de sus actos. Sólo sabían que cualquier barco, incluso el más grande, era pequeño para contener sus sueños.

Poco después, el Maestro de la vida encontró a otros dos hermanos, más jóvenes e inexpertos. Eran Santiago y Juan. Estaban a la orilla de la playa reparando sus redes. A su lado se encontraban su padre y los empleados. El Maestro se aproximó a ellos, los observó y les hizo la misma e intrigante invitación.

No los persuadió, no amenazó ni presionó; sólo los invitó. Fueron cinco segundos que cambiaron su vida. Cinco segundos en los que abrieron las ventanas de la memoria que contenían años de anhelos de libertad y de un libertador de la nación oprimida.

Zebedeo, el padre, quedó pasmado por la actitud de sus hijos. Rodaban lágrimas por su rostro y dudas en su alma. Él poseía barcos, era un comerciante. Su esposa, una mujer de temple, quería que sus hijos fueran prósperos en el territorio de Galilea. Pero llegó alguien y les ofreció el mundo, los convocó a trabajar en el corazón humano.

Dejarse convencer de que él era el Mesías resultaba una ardua tarea. No podía ser alguien tan común, despojado, sin pompa ni comitiva. Los empleados, impresionados, quedaron sin aliento.

El padre, al ver la osadía de los hijos y observar sus ojos, que brillaban como perlas en busca de los más excelsos sueños, los bendijo. Tal vez haya pensado: “Los jóvenes son rápidos para decidir y rápidos para retornar; pronto volverán al mar”.

## La vida es asumir riesgos

Basta con estar vivo para correr riesgos. Riesgo de fracasar, ser rechazado, frustrarse consigo mismo, decepcionarse con los demás, ser incomprendido, ofendido, reprobado, enfermarse. No debemos correr riesgos irresponsables, pero tampoco debemos temer incursionar en terrenos desconocidos, respirar aires nunca antes aspirados.

Vivir es una gran aventura. El que permanezca encerrado en un capullo por miedo a los accidentes de la vida, no sólo no los eliminará, sino que vivirá siempre frustrado. El que carezca de audacia y disciplina podrá alimentar grandes sueños, pero permanecerán enterrados en los subsuelos de su timidez y en las ruinas de sus preocupaciones. Estará siempre en desventaja competitiva.

Los jóvenes galileos fueron valientes al acceder a la invitación de Jesucristo. Tenían muchos defectos en sus personalidades, pero empezaron a ver el mundo de otra manera. Abrieron el abanico de la inteligencia.

No sabían dónde dormirían ni qué comerían; sólo sabían que el vendedor de sueños quería cambiar el pensamiento del mundo. Ignoraban cómo llevaría a cabo su proyecto, pero no querían estar lejos de ese sueño.

Sin embargo, ¿quién fue más audaz: los discípulos al seguir a Jesús, o Jesús al elegirlos? El material humano es vital para el éxito de un proyecto. Una empresa puede

poseer máquinas, tecnología, computadoras, pero si no cuenta con personas creativas, inteligentes, motivadas, que sepan prevenir errores, trabajar en equipo y pensar a largo plazo, podría sucumbir.

Veamos el material humano que eligió el vendedor de sueños, y cuáles fueron los riesgos que corrió. Haré una síntesis de las características de la personalidad de algunos discípulos.

### El grupo elegido por el Maestro de los Maestros

Mateo tenía pésima reputación. Era un publicano, recaudador de impuestos. En esa época los recaudadores eran famosos por su corrupción. Los judíos los odiaban porque estaban al servicio del Imperio Romano, que los explotaba. Mateo era una persona sociable, le gustaban las fiestas y probablemente usaba dinero público para organizarlas.

Tomás padecía la paranoia de la inseguridad. Sólo creía en aquello que podía tocar. Era rápido para pensar y rápido para desconfiar. Se conducía según la lógica, carecía de sensibilidad e imaginación. El mundo debía girar en torno de sus verdades, impresiones y creencias. Desconfiaba de todo y de todos.

Pedro era el más fuerte, decidido y sincero del grupo. Sin embargo, era inculto, analfabeto, intolerante, irritable, agresivo, inquieto, impaciente, indisciplinado, y no soportaba que lo contradijeran. No era emprendedor y, como muchos jóvenes, no planeaba el futuro; sólo vivía en función de los placeres del presente.

Sus defectos no terminaban allí. Era hiperactivo y por demás ansioso. Imponía sus ideas, en lugar de exponerlas. Elaboraba mal sus frustraciones. Repetía los mismos errores con frecuencia. Si viviera en estos tiempos, sería uno de esos alumnos que todo profesor quisiera ver en cualquier lugar del mundo, menos en su aula. Sin embargo, fue uno de los elegidos. ¿Tú tendrías las agallas de elegirlo?

En el momento en que apresaron a su Maestro, el clima era tenso y prevalecía la irracionalidad. Había en el lugar una escolta de cerca de trescientos soldados. Impulsivo, Pedro le cortó la oreja a un soldado; su reacción casi provocó una matanza. Todos los discípulos corrieron el riesgo de morir por su actitud irreflexiva.

Juan era el más joven, amable, servicial y altruista. No obstante, también era ambicioso, irritable, intolerante, intempestivo. No sabía ponerse en el lugar de los demás ni pensar antes de reaccionar. No sabía proteger sus emociones ni filtrar los estímulos estresantes.

Anhelaba la mejor posición entre los discípulos. Pensaba que el reino de Jesús era político, y por eso, después de una reunión familiar, su madre le suplicó al Maestro, en el auge de su fama, que cuando estableciera su gobierno uno de sus hijos se sentara a su derecha, y el otro, a su izquierda. Los cargos inferiores corresponderían a los demás.

La personalidad de Juan incluía paradojas. Era simple y explosiva, amable y fluctuante. Jesús los llamó, a él y a su hermano, *Santiago de Boanerges*, que quiere decir “hijos del trueno”. Cuando se los enfrentaba, reaccionaban con agresividad.

A pesar de haber oído incansablemente el discurso de Jesucristo acerca de ofrecer la

otra mejilla, amar a los enemigos, perdonar tantas veces como fuera necesario, Juan tuvo la osadía de pedir al propio Jesús que marcara con fuego a quienes no los seguían.

Judas Iscariote era moderado, medido, discreto, equilibrado y sensato. No hay elementos que indiquen que se trataba de una persona tensa, ansiosa o inquieta. Nunca mostró una actitud agresiva o irreflexiva. Jamás fue reprendido por su Maestro.

Sabía de la contabilidad; por eso cuidaba el dinero del grupo. Era un zelote; pertenecía a un grupo social de refinada cultura. Tal vez fuera el más elocuente y pulido de los discípulos. Demostraba preocupación por las causas sociales, y obraba en forma silenciosa.

### Los discípulos ante un equipo de psicólogos

Si un equipo de psicólogos especialistas en evaluación de la personalidad y desempeño intelectual analizara la personalidad del grupo elegido por el Maestro de Maestros, probablemente los desaprobaban a todos, salvo a Judas.

Judas era el mejor preparado de los discípulos. Tenía las mejores características de personalidad, excepto una: no era una persona transparente. Nadie sabía lo que pasaba en su interior. Esta característica corroyó su personalidad como una polilla. Lo llevó a ser infiel consigo mismo, a perder la capacidad de aprender.

Lo poseía todo para destacarse, pero se encerró en el calabozo de sus conflictos. Antes de traicionar a Jesús, se traicionó a sí mismo. Traicionó su conciencia, su amor a la vida, su fascinación con la existencia. Se aisló, se volvió autopunitivo.

El mayor vendedor de sueños de todos los tiempos, contrariando la lógica, eligió un grupo de jóvenes que no se hallaban en absoluto preparados para la vida ni para ejecutar un gran proyecto. Los discípulos corrieron riesgos al seguirlo, pero él corrió riesgos incomparablemente mayores al elegirlos.

Disponía de poco más de tres años para enseñarles. Un lapso brevísimo para transformarlos en el mayor grupo de pensadores y emprendedores de esta Tierra. Ansiaba infundir sabiduría en esas personalidades rudas y complicadas, y volverlos capaces de encender el mundo con sus ideas, y cambiar así para siempre la historia de la humanidad.

La elección de Jesús no se basó en lo que aquellos jóvenes poseían, sino en lo que era él. La confianza en sí mismo y la osadía de Jesús no tienen precedentes. Él prefirió empezar de cero y trabajar con jóvenes por entero descalificados, a trabajar con fariseos saturados de vicios y prejuicios. Prefirió la piedra bruta a la mal cincelada.

### Los sueños que contagiaron el inconsciente

La vida sin sueños es como un cielo sin estrellas. Hay quienes sueñan con tener hijos, abrazarlos y jugar con ellos, llegar a ser sus grandes amigos. Otros sueñan con ser científicos, explorar lo desconocido y descubrir los misterios del mundo. Algunos sueñan con ser útiles a la sociedad y aliviar el dolor de las personas.

Están los que sueñan con una excelente profesión, con un gran futuro, con poseer una casa en la playa. Otros sueñan con viajar por el mundo, conocer pueblos, nuevas culturas y aventurarse por sitios desconocidos. Sin sueños, la vida es como una mañana sin rocío, seca y árida.

El Maestro de Maestros pregonaba por ciudades, callejones y las orillas de las playas, hablando de los sueños más hermosos. Su arenga era contagiosa. Sus oyentes quedaban electrizados. Sus sueños aludían a los deseos fundamentales de los seres humanos de todas las épocas, tocaban el inconsciente colectivo y daban dignidad a la existencia, tan breve, tan bella, pero tan sinuosa.

¿Cuáles fueron los principales sueños que abrieron las ventanas de la inteligencia de los discípulos y brindaron a sus vidas una meta superior?

Ofrecía el sueño de un reino justo

Las personas que lo escuchaban quedaban perplejas. Debían de preguntarse: “¿Quién es este hombre? ¿Qué clase de reino justo es el que anuncia? Conocemos los reinos terrenales que nos explotan y nos discriminan, pero nunca hemos oído hablar de un reino de los cielos”.

Él proclamaba con osadía: “Arrepentíos, porque está próximo el reino de los cielos”. La palabra “arrepentirse” usada por Jesús exploraba una importante función de la inteligencia. No significa culpa, autoflagelación ni lamentación. En griego significa un cambio de rumbo, revisión de la vida.

Quería que la gente reconsiderara sus caminos, revisara sus conceptos, quitara las ataduras de sus mentes. Los que son incapaces de esto serán siempre víctimas, no autores de su historia.

El Maestro de Maestros hablaba de un reino que se hallaba más allá de los límites del tiempo y el espacio. Un reino donde dominaba la justicia, donde no había clases sociales, donde no existía la discriminación. Una esfera donde la paz envolvería el territorio de la emoción, y las angustias y las aflicciones humanas ni siquiera se recordarían. ¿No era un sueño grandioso?

Los tiempos de Jesús eran una época de terror. Tiberio César, el emperador romano, dominaba al mundo con mano de hierro. Para financiar la pesada máquina administrativa de Roma, se cobraban abultados impuestos. El hambre formaba parte de lo cotidiano. No se podía cuestionar nada. Todo motín era reprimido con masacres.

El momento político recomendaba discreción y silencio. Pero nada apagaba la voz del más fascinante vendedor de sueños.

Ofrecía un sueño de libertad

Sin libertad el ser humano se deprime, se asfixia, pierde el sentido de la existencia. Sin libertad, se destruye o destruye a los demás. Por eso el sistema carcelario no funciona.

La prisión exterior mutila al ser humano, no transforma la personalidad de un criminal, no expande su inteligencia, no modifica las áreas de su inconsciente que promueven el delito. Sólo imprime dolor emocional. Es preciso reeducarlos, rehabilitarlos, tratarlos.

Jesús hablaba de la falta de libertad interior, que es más grave y sutil que la exterior. Vivimos en sociedades democráticas, hablamos mucho de libertad, pero con frecuencia ésta se halla lejos del territorio de la psique.

Existen diversas formas de restringir la libertad. Las preocupaciones existenciales, los pensamientos anticipatorios, la dictadura de la estética del cuerpo y la explotación emocional de la publicidad son algunas de ellas.

Quisiera destacar la fábrica de íconos construida por los medios. Los jóvenes no toman como modelos de vida a sus padres, profesores y otros profesionales que luchan por triunfar en sus respectivos ámbitos.

Sus modelos son mágicos: actores, deportistas, cantantes que alcanzan el éxito de un día para el otro. Este modelo mágico no tiene sustento, no otorga bases para soportar dificultades y enfrentar desafíos. Crea una mazmorra interior, sueños inalcanzables. Genera una gran mayoría que gravita en torno de una minoría. Para la psicología, la sobrevaloración es tan nociva como la discriminación.

Jesús hablaba de una libertad poética. La libertad de elección, de construir caminos, de seguir la propia conciencia. Hablaba del manejo de los pensamientos, la administración de la emoción, el ejercicio de la humildad, la capacidad de perdonar, la sabiduría de exponer —y no imponer— las ideas, la experiencia plena del amor por el ser humano y por Dios.

El Maestro de la vida vivía lo que predicaba. No le impedía a la gente que lo abandonara, que lo traicionara, ni siquiera que lo negara. Nunca hubo alguien tan desprendido y que ejercitara de tal forma la libertad.

Ofrecía un sueño de eternidad

¿Dónde están Napoleón Bonaparte, Hitler, Stalin? Todos parecían tan fuertes, cada uno a su modo, unos en la fuerza física, otros en la locura. Pero al final todos sucumbieron al caos de la muerte. Los años pasaron y ellos se despidieron del breve paréntesis del tiempo.

Vivir es un acontecimiento inexplicable. Aun cuando sufrimos, nos angustiamos y perdemos la esperanza, somos complejos e indescifrables. No sólo la alegría y la sabiduría, sino también el dolor y la insensatez, revelan la complejidad de la psique humana.

Cada día imprimimos en la corteza cerebral, a través de la acción psicodinámica del fenómeno RAM, miles de experiencias psíquicas. Son millones de experiencias anuales que tejen la colcha de retazos de nuestra personalidad.

¿Quién puede escudriñar los fenómenos que nos transforman en *homo intelligens*? ¿Quién puede descifrar los secretos que provocan las crisis de angustia y las primaveras de los placeres?

Cuando viajo con mis hijas por la noche y veo a lo lejos las casas de las haciendas con una luz encendida, les pregunto: “¿Quiénes vivirán en esas casas? ¿Cuáles serán sus sueños y sus alegrías más importantes? ¿Cuáles serán las lágrimas que nunca han llorado?”.

Deseo humanizar a mis hijas, hacerlas comprender que cada ser humano posee una historia fascinante, independiente de sus errores, aciertos, victorias y derrotas. Anhele que respeten la vida y descubran la complejidad de la personalidad.

No obstante, un día esa personalidad experimenta el caos. La magnífica vida que poseemos se marcha a la soledad de una tumba. Desprevenida, enfrenta su mayor vivencia, su capítulo final. No existe dinero, fama, estatus o esfuerzos capaces de agregar un solo minuto a la existencia. El final de la vida siempre perturbó al ser humano, desde los más primitivos hasta los intelectuales. Al final de la vida, todos los héroes se tornan frágiles niños.

La medicina lucha desesperadamente para prolongar la vida y mejorar su calidad. Las religiones aspiran a lo mismo. Nos hablan del alivio del dolor y la superación de la muerte. Sin duda la continuidad consciente y libre de la existencia es el mayor de todos los sueños.

Desde el punto de vista científico, nada es tan drástico para la memoria y para el mundo de las ideas como el deterioro cerebral. La memoria se desorganiza, se pierden millones de informaciones, los pensamientos se desprenden de la realidad, la conciencia se sumerge en el vacío de la inconsciencia. El todo y la nada se tornan lo mismo.

Jesús vendía, con todas las letras, el sueño de la eternidad. Tenía plena conciencia de las consecuencias filosóficas, psicológicas y biológicas de la muerte. Pero, con seguridad inigualable, hablaba de su superación.

Para perplejidad de la medicina, afirmaba con osadía que estaba en la Tierra para traer esperanza a los mortales. La muerte no destruiría la colcha de retazos de la memoria. El ser humano sobreviviría y rescataría su identidad. Recuperaría su conciencia.

Los padres abrazarían a sus hijos después de cerrar los ojos. Los amigos se reencontrarían después de una larga despedida. Jamás alguien fue tan lejos en sus sueños. Sus discursos apasionaban a las multitudes.

Ofrecía un sueño de felicidad inagotable

Es imposible exigir estabilidad plena a la energía psíquica, pues ésta se organiza, se desorganiza (caos) y se reorganiza continuamente. No existen personas que se hallen calmas, alegres ni serenas todo el tiempo. Tampoco las que se encuentren ansiosas, irritadas e incoherentes en forma permanente.

Nadie es emocionalmente estático, salvo que esté muerto. Para no ser inestables debemos reaccionar y comportarnos según determinado patrón, pero éste siempre reflejará una emoción fluctuante.

La persona más tranquila perderá la paciencia. La persona más ansiosa experimentará momentos de calma. Sólo las computadoras son rigurosamente estables; por eso son lógicas, programables y, por lo tanto, de baja complejidad.

Nosotros, por el contrario, somos tan complejos que nuestra disposición, nuestro humor y nuestros intereses cambian con frecuencia. Debemos estar preparados para enfrentar los problemas internos y externos.

Debemos tener conciencia de que los problemas nunca van a desaparecer en esta

sinuosa y hermosa existencia. Podemos evitar algunos, pero otros son imprevisibles. No obstante, los problemas existen para ser resueltos, no para dominarnos. Por desgracia, mucha gente se deja dominar por ellos. La mejor manera de actuar con dignidad ante las dificultades y los sufrimientos existenciales consiste en extraer lecciones de ellos. En caso contrario, el sufrimiento es inútil.

Ser feliz, desde el punto de vista de la psicología, no es gozar de una vida perfecta, sino saber extraer sabiduría de los errores, alegría de los dolores, fuerza de las decepciones, coraje de los fracasos. Ser feliz en este sentido es el requisito básico para la conservación de la salud física e intelectual.

Cierta vez, el mayor vendedor de sueños conmocionó a sus oyentes. Se encontraba en una gran fiesta. El clima, empero, era de terror, pues él corría riesgo inminente de que lo capturasen y lo mataran. Sus discípulos esperaban que se mostrara discreto, que pasara inadvertido. Pero una vez más los dejó perplejos.

De pronto se levantó y con voz altisonante dijo: “El que tenga sed, que venga a mí y beba...”. Habló de la angustia existencial que cala hondo en todo ser humano, desde los ricos hasta los más pobres, y vendió el sueño del placer pleno, del más alto sentido de la vida.

Dijo a todos sus oyentes que el que tuviera sed emocional bebiera de su felicidad, y que aquel que estuviera angustiado bebiera de su paz. Jamás alguien hizo semejante invitación en toda la historia. Nunca alguien fue tan feliz en la tierra de los infelices.

La muerte lo rondaba, pero él homenajeaba la vida. El miedo lo cercaba, pero él bebía de la fuente de la tranquilidad. ¿Qué clase de hombre habla del placer en la tierra del terror? ¿Qué clase de hombre revela pasión por la vida cuando el mundo se abate sobre él? ¡Sin duda, fue el mayor vendedor de sueños de todos los tiempos!

## Trabajar la personalidad hasta el último minuto

El Maestro de Maestros tenía que revolucionar la personalidad de su grupo para que los discípulos revolucionaran el mundo. Sería la mayor revolución de todos los tiempos. Pero no podía llevarse a cabo con el uso de armas, fuerza, chantaje o presiones, pues estas herramientas, siempre utilizadas en la historia, no conquistan el inconsciente. Generan siervos, no personas libres.

El proyecto de Jesús parecía una locura. Era casi imposible actuar en los bastidores de las mentes de los discípulos, y transformar las matrices conscientes e inconscientes de su memoria, para sembrar nuevas características de personalidad.

No sabemos dónde están las ventanas enfermas de nuestra personalidad. Para hacernos una idea, una zona de la corteza cerebral equivalente a la cabeza de un alfiler contiene millares de ventanas con millones de informaciones. ¿Cómo encontrarlas? ¿Cómo transformarlas? El proceso es tan complicado que un tratamiento psicológico demora semanas, meses y, en algunos casos, años, para lograrlo.

Borrar la memoria es tarea fácil en una computadora; en el ser humano es imposible. Todas las miserias, los conflictos y los traumas emocionales archivados no pueden

destruirse, salvo que se produzca un accidente. La única posibilidad, como vimos, radica en superponer nuevas experiencias en el locus de las antiguas —lo que llamamos “reedición”—, o bien construir ventanas paralelas que se abran al mismo tiempo que las enfermas.

Si tienes una ventana paralela que contiene seguridad, osadía, determinación, y se abre al mismo tiempo que las ventanas del miedo, el pánico, la ansiedad, dispondrás de medios para superar tu crisis. Si no posees esa ventana, es muy probable que te conviertas en una víctima.

¿Pero cómo “reeditar” la memoria de los discípulos y construir ventanas paralelas en tan poco tiempo? En verdad, era una tarea casi imposible. Aunque fuera posible transportar, en una máquina del tiempo, a los más ilustres psiquiatras y psicólogos clínicos para que trataran a los discípulos de Jesús durante siete sesiones por semana, los resultados serían pobres. ¿Por qué? Porque ellos no eran conscientes de sus problemas.

El gran desafío, para el éxito del tratamiento psicológico, no radica en la dimensión de una enfermedad, sino en la conciencia que tiene el paciente de la enfermedad y la capacidad de intervención en su dinámica.

Hace pocos días atendí a un paciente que sufre de síndrome de pánico desde hace diez años. Había tomado muchas clases de antidepresivos y tranquilizantes, pero los ataques continuaban.

Después de conocer su historia, le expliqué el mecanismo de los ataques de pánico. Le comenté acerca de la apertura de las ventanas de la memoria en fracciones de segundos, el volumen de tensión que provoca esa apertura y el encarcelamiento del “yo”.

Le dije que el “yo” debía salir de la platea, subir al escenario de la mente en el momento de un ataque de pánico (foco de tensión), desafiar su crisis, manejar los pensamientos, criticar la postura sometida de la emoción, y convertirse en el director del guión de su vida.

Este proceso es un entrenamiento. El que lo realiza reedita su inconsciente y construye ventanas paralelas. Tiene grandes posibilidades de liberarse de los medicamentos y prescindir de su psiquiatra o psicólogo.

Siempre que capacito a psicólogos, enfatizo que deben nutrir el “yo” de los pacientes, para que éstos dejen de ser espectadores pasivos de sus propios padecimientos. Los pacientes tienen derecho a conocer el funcionamiento básico de la mente, los papeles de la memoria, la construcción de las cadenas de pensamientos, para llegar a ser líderes de sí mismos.

¿Por qué es tan difícil modificar la personalidad? Porque está compuesta por miles de archivos complejos y contiene miles de millones de informaciones y experiencias. No poseemos herramientas para cambiar mágicamente esos archivos que se interrelacionan en forma multifocal.

¿Quién cambia con rapidez las ventanas del miedo, la impulsividad, la timidez, la tristeza? En la medicina biológica existen tratamientos rápidos; en la medicina psicológica es necesario volver a escribir los capítulos de la historia archivados en la memoria.

Los discípulos tenían miles, o acaso millones, de ventanas enfermas. Frustraban de

continuo a su Maestro, durante más de tres años. Jesús los entrenaba con paciencia.

El Maestro de Maestros demostraba poseer el más elevado conocimiento de psicología. Conocía el proceso de transformación de la personalidad. Nunca obró un milagro en la personalidad humana, pues sabía que es un campo de reedición difícil de manejar.

Creó conscientemente ambientes pedagógicos en las playas, en los montes, en las sinagogas, para producir ricas experiencias que pudieran superponerse a las zonas enfermas del inconsciente de los discípulos. Creo que realizó el mayor entrenamiento de todos los tiempos para la transformación de la personalidad.

Al analizar la personalidad de Jesucristo bajo la mirada de la ciencia, quedé asombrado. Tuve la convicción de que la ciencia pecó de timidez y omisión al no haber investigado nunca su inteligencia. Por eso lo desterraron de las universidades, lo excluyeron de la formación de psicólogos, educadores, sociólogos, psiquiatras. Fue un perjuicio enorme. Las sociedades occidentales se volvieron cristianas sólo en forma nominal.

Jesucristo programó, como un microcirujano que manipula pequeños vasos y nervios, situaciones y ambientes para entrenar y transformar a los discípulos. Cada parábola, cada gesto frente a los marginales que lo buscaban, y cada actitud frente a una situación de persecución, eran laboratorios en los cuales se realizaba ese adiestramiento.

Él demostró que en cualquier etapa de la vida podemos cambiar los pilares centrales que estructuran nuestra personalidad. Sus laboratorios eran una universidad viva. Su objetivo radicaba en exponer espontáneamente las heridas del inconsciente. Aparecían las fragilidades, afloraban las ambiciones, asomaba la arrogancia, surgía la insensatez.

Sus laboratorios aceleraban el proceso de tratamiento psiquiátrico y psicoterapéutico. Al cabo de años de análisis detallado logré entender el proceso empleado por el Maestro de Maestros.

Todos sus comportamientos tenían un objetivo imperceptible a los ojos. Cuando se mostraba amable con una prostituta, curaba el prejuicio de los discípulos. Cuando actuaba con osadía en situaciones de riesgo, les curaba la inseguridad.

## Reconstruir al ser humano

Vamos a analizar uno de los más hermosos fragmentos de su vida. Horas antes de que lo capturasen, mostró, en la última cena, un conjunto de actitudes capaces de dejar perplejas a la psiquiatría y la psicología. La última cena es mundialmente famosa, pero muy poco conocida desde el ángulo científico.

Como estaba a punto de morir, debía enseñar deprisa las más bellas lecciones de inteligencia, como el arte de la solidaridad, la capacidad de ponerse en el lugar del otro, el respeto por la vida. En teoría, necesitaba años para realizar esa tarea pedagógica.

Entonces, sin decir palabra alguna, el Maestro tomó un cuenco con agua y una toalla y se puso a lavar los pies de aquellos discípulos que tantos dolores de cabeza le habían dado. Su actitud resulta simplemente increíble.

Jesús se hallaba en la cúspide de su fama. Querían verlo multitudes. Los discípulos lo situaban en un estrado infinitamente más alto que el del emperador Tiberio César, que gobernaba Roma. De repente, abdicaba de la posición más elevada y se postraba ante los jóvenes galileos para limpiarles los pies. Ellos quedaron paralizados, conmovidos, estupefactos. Se miraban entre sí con un nudo en la garganta. No sabían qué decir.

Mientras las gotas de agua se escurrían por sus pies, un río emocional recorría los bastidores de sus mentes, irrigando los recovecos de la inteligencia. El Maestro de Maestros conquistaba lo inconquistable: penetraba en los suelos inconscientes, reescribiendo las ventanas de la intolerancia, la disputa predatoria, la envidia, los celos, la vanidad.

Fueron diez o veinte minutos que causaron más efecto que décadas de bancos escolares o años de psicoterapia. La última cena fue el mayor laboratorio de tratamiento psíquico y enriquecimiento del arte de pensar del que se tenga noticia. Esta Tierra ha producido mentes brillantes, pero nunca nadie llegó tan lejos como Jesucristo. Fue el Maestro de Maestros. Actuó así cuando se hallaba a punto de que lo torturaran y mataran. ¿Quién es capaz de razonar en el caos?

Después de esa actitud, dijo que en su reino las relaciones serían por completo diferentes de las que existen en la sociedad. El mayor no es el que domina, el que posee más poder político o económico, sino el que sirve.

Para él, sólo el que renuncia a la autoridad es digno de ella. Cualquier líder espiritual, político, social, que desea que las personas graviten en torno de él no es digno de ser un líder. Los que utilizan el poder y el dinero para controlar a los demás no se hallan preparados para poseer ese poder y ese dinero. Sólo los que sirven son dignos de mandar.

El Maestro de la vida fue fiel a sus palabras, vivió lo que predicó. Dio más importancia a los otros que así mismo, incluso ante la muerte. Fue digno de la más alta autoridad, porque renunció a ella. El mayor vendedor de sueños fue el mayor educador y el mayor psicoterapeuta de todos los tiempos.

“Nunca alguien tan grande se hizo tan pequeño para tornar grandes a los pequeños. Si las religiones y la ciencia descubrieran la grandeza de su inteligencia, las sociedades nunca volverían a ser las mismas.” (Cury, 2001)

Apostaba todo lo que poseía en los que lo habían decepcionado

Al salir de la última cena, los discípulos decepcionaron en grado sumo a su Maestro. Iban a llevarlo preso, y aguardaba la escolta. Por primera vez les pidió algo: que lo acompañaran en aquel momento angustioso. Pero los discípulos, abatidos por verlo sudando sangre y sufriendo, se durmieron.

Llegó Judas con la escolta. Traicionó al Maestro con un beso. En lugar de dejarse dominar por la frustración y el odio, Jesús gobernó sus pensamientos, relajó su emoción y miró con bondad a su traidor. Lo espantoso es que el análisis psicológico revela que Jesús no tenía miedo de ser traicionado por Judas; lo que temía era perder a Judas,

perder a un amigo.

Dijo: “Con un beso me traicionas”. Quería decir: “¿Estás seguro de que es esto lo que deseas? Piensa antes de actuar”. Judas, perturbado, se marchó; no esperaba esa respuesta.

El Maestro de Maestros no renunció a él; quería reconquistarlo, lograr que utilizara su dramático error para crecer. Quería que Judas no se dejara dominar por la culpa y el autocastigo, y que no renunciara a su vida. Lamentablemente, Judas no oyó la voz suave, sabia y afectuosa de su Maestro. ¡Jamás una persona traicionada amó tanto a un traidor!

Horas después de que apresaran a Jesús, Pedro lo golpeó tres veces, negando con vehemencia que lo conocía. Pedro amaba profundamente al Maestro, pero estaba en la cárcel de la emoción. No razonaba. Jesús no le exigió nada. Todavía seguía entrenándolo. En el momento en que su discípulo lo negó por última vez, el Maestro se volvió hacia él y le dijo: “¡Te comprendo!”

¿Alguna vez le has dicho “Te comprendo” a alguien que se equivocó mucho contigo? En más de una ocasión actuamos como verdugos de personas que se equivocan, incluso de nuestros hijos y alumnos, pero el mayor vendedor de sueños jamás renegó de los jóvenes a los que eligió. También los jóvenes son implacables y agresivos con los errores de sus padres. En la especie humana falta comprensión y sobra castigo.

Pedro se marchó y se echó a llorar. En ese momento dio un salto en su vida. Su error se convirtió en un pilar de crecimiento, y no en un objeto de castigo, como sucede con las pruebas escolares de las sociedades modernas. Más adelante, en este libro, hablaré de la crisis de la educación y la destrucción de los sueños.

A pesar de los innumerables defectos de los discípulos, los distinguían dos cualidades: tenían sed de aprender y disposición para explorar lo nuevo. Al Maestro le bastaba con eso, pues creía que la piedra en bruto sería tallada a lo largo de la vida. Sabía que su proyecto demoraría en realizarse, incluso después de que él cerrara sus ojos para siempre.

No le preocupaban los accidentes del trayecto. Confiaba en las semillas que había plantado. Creía que germinarían en el terreno de la timidez, en los suelos de la inseguridad, en las planicies rocosas de la intolerancia. Al fin, sus discípulos llegaron a convertirse en un excelente equipo de pensadores. Analiza las cartas de Pedro que figuran en el Nuevo Testamento; constituyen un tratado de psicología social. Se equivocó mucho, pero creció inmensamente.

Jesucristo invirtió su inteligencia en personas muy complicadas, para demostrar que todo ser humano es digno de esperanza. La historia de Jesús es un magnífico ejemplo, pues enseña que los seres que más preocupaciones nos causan hoy pueden ser los que más alegrías nos proporcionen en el futuro. ¿Cómo lograrlo?

¡Invierte en ellos! ¡No seas un manual de reglas y críticas! ¡Sorpréndelos! ¡Cautívalos! ¡Enséñales a pensar! ¡Compréndelos! ¡Planta semillas!

Ofreciendo sueños hasta la última gota de sangre

Nadie espera una reacción inteligente de una persona torturada, y mucho menos si se halla clavada a una cruz. La memoria se bloquea, el raciocinio se trunca, el instinto se paraliza, dominan el miedo y la ira. Jesús fue una persona sorprendente cuando se hallaba libre, pero se mostró incomparablemente más sorprendente cuando lo crucificaron.

En la primera hora de crucifixión, abrió las ventanas de la inteligencia y exclamó: “Padre, perdónalos, porque no saben lo que hacen”. Perdonó a hombres imperdonables. Comprendió actitudes incomprensibles. Incluyó a personas dignas del total rechazo.

Uno de los ladrones que se hallaba a su lado reaccionó al oírlo. El dolor le había cortado el razonamiento; sus ojos estaban turbios; sus pulmones, jadeantes. Pero al oír la exclamación de Jesús experimentó un acceso de lucidez.

Abrió los ojos. Volvió la cara y vio, detrás del cuerpo delgado y mutilado de Jesús, a una persona fascinante. Poco después, aunque ya sin fuerzas, el criminal le pidió: “Cuando estés en tu reino, acuérdate de mí”.

Los gestos de Jesús lo hicieron soñar con un reino existente más allá de los límites del tiempo, un reino benévolo que trascendía la muerte. ¿Qué clase de hombre era ese que, aun torturado, era capaz de inspirar a un desdichado para que soñara?

Los que se encontraban al pie de la cruz quedaron hechizados. Y durante las seis largas horas de la crucifixión ocurrieron muchas otras reacciones similares. Fue la primera vez en la historia que alguien que se desangraba, abatido por el dolor físico y emocional, sorprendía a los que estaban libres.

Cuando Jesús exhaló el último suspiro, el jefe de la guardia romana, encargado de cumplir la sentencia de ejecución de Pilatos, dijo: “En verdad éste era el hijo de Dios”. Vio más allá de los paréntesis del tiempo. Vio la sabiduría transmitida por un mutilado en la cruz.

Muchos políticos e intelectuales no logran influir en la gente con sus ideas, aunque estén libres para debatir lo que piensan. Pero el Maestro de Maestros hizo estremecer los cimientos de la ciencia al inspirar a las personas a navegar por el mundo de los sueños mientras todas sus células morían.

Agustín, Francisco de Asís, Tomás de Aquino, Spinoza, Hegel, Abraham Lincoln, Martin Luther King y miles de personas de diferentes religiones, incluso no cristianas, fueron influidas por él. Oyeron la voz inaudible de sus sueños.

Si Freud, Karl Marx, Jean-Paul Sartre hubieran tenido la oportunidad de analizar a fondo la personalidad de Jesús como lo hice yo, es muy probable que no se contaran entre los mayores ateos que pisaron la Tierra, sino entre los que más se hubieran dejado cautivar por sus magníficos sueños.

Mahoma llamó a Jesús “Su Dignidad” en el Corán, exaltándolo más que a sí mismo. El budismo, si bien es anterior a Cristo, incorporó luego sus principales enseñanzas. Sri Ramakrishna, uno de los mayores líderes espirituales de la India, confesó que a partir de 1874 fue profundamente influenciado por las enseñanzas de Jesucristo. Los terrenos del consciente e inconsciente de Gandhi también fueron labrados por sus pensamientos.

El Maestro de Maestros nunca presionó a nadie para que lo siguiera, sólo invitaba a

hacerlo. No recorrió más de trescientos kilómetros desde el lugar en que nació. No llevaba escolta, no contaba con un equipo de marketing, nunca hizo derramar una gota de sangre. Su pequeña comitiva estaba integrada por un grupo de apenas doce jóvenes de personalidad difícil. Pero hoy, para nuestra sorpresa, lo siguen millones de personas de todas las religiones, de todas las culturas, de todos los niveles intelectuales.

Siguen a alguien a quien no conocieron. Siguen a alguien a quien nunca vieron. Siguen a alguien que les inspiró emoción y llenó de sueños sus vidas.

## Capítulo 2

### UN SOÑADOR QUE COLECCIONABA DERROTAS

Prepárate para conocer la trayectoria fantástica de un soñador que extrajo coraje de sus fracasos, sabiduría de sus frustraciones y sensibilidad de sus pérdidas. Al final, al conocer el nombre del personaje, quedarás absolutamente sorprendido.

A. L. era un joven simple, hijo de agricultores. No gozó de privilegios sociales, no vivió en un palacio, rara vez recibía regalos. Pero tenía una de las características de los vencedores: no se quejaba. Nada mejor para fracasar en la vida que quejarse mucho, pues no quedan energías para crear oportunidades.

Desde su juventud, A. L. conoció las dificultades de la existencia. Perdió a su madre a los nueve años. El sabor amargo y cruel de la soledad penetró en los recovecos de sus emociones. El mundo se desplomó sobre él. Perder a la madre en la infancia equivale a perder el suelo por donde se camina; para un niño, es el dolor más intenso.

Un ser humano puede ser rico aunque no posea dinero, si tiene a su lado personas que lo aman; pero si la soledad es su compañera puede sentirse desdichado aunque sea millonario.

Nuestro joven habría podido dejarse dominar por la pérdida, pero sobrevivió. Había en él algo digno de elogio: su enorme capacidad de viajar. Viajaba mucho. Se trasladaba a lugares muy lejanos y de difícil acceso. ¿Pero cómo viajaba, si no tenía dinero? Viajaba por el mundo de los libros.

El mundo de los libros da alas a la inteligencia. El que los descubre vuela más lejos. Cierta vez, por no disponer de recursos económicos, A. L. se atrevió a pedir libros prestados a vecinos y amigos. Le daba un poco de vergüenza, pero no temía oír una respuesta negativa. Lo que temía era no aprender. Desde muy pequeño amó la sabiduría. *¿Tú amas la sabiduría?*

Construyó en secreto un tesoro enterrado en su intelecto. Era común por fuera, pero un soñador por dentro. Los tesoros más grandes se hallan ocultos a los ojos. Pensaba en la vida mientras muchos sólo pensaban en los placeres momentáneos.

Era habitual verlo quieto, con la mirada perdida, como si se hallara en otro mundo. Estaba en el mundo de las ideas. Las necesidades y los sufrimientos experimentados desde su más tierna infancia, en vez de segar su la creatividad, generaron sueños en él.

En una oportunidad ideó un hermoso proyecto: “Voy a montar un negocio...”. Soñaba con ganar dinero, gozar de prestigio social y conquistar una vida tranquila. Un buen sueño. Se sentía un poeta, inspirado e intrépido. En los sueños todo parece fácil, no hay accidentes. Pero todo sueño acarrea pesadillas. ¿Cuál fue el resultado del negocio?

#### LA QUIEBRA.

El joven se enfrentó muy temprano al drama de la derrota. Algunos, ante un fracaso, bloquean la inteligencia. Registran con intensidad el fracaso en el suelo del inconsciente mediante el fenómeno llamado RAM, registro automático de la memoria (Cury, 1998).

El mecanismo es el siguiente: el fracaso es leído continuamente, generando reacciones emocionales dolorosas e ideas negativas que obstruyen la libertad de pensar, elaborar nuevos planes, creer en el propio potencial. La derrota no superada aplasta los sueños y anula el coraje.

### Aprender a no ser controlado por los fracasos

¿Tú has enfrentado el dolor de una derrota? A. L. la padeció y quedó abatido, pero no se sometió a su dominio. La asumió, la enfrentó y la analizó desde otros ángulos. Enfrentarla impidió que el fenómeno RAM generara un conflicto, un área enferma en la memoria, una ventana de tensión.

Levantó la cabeza y volvió a soñar. Saltó del mundo de los negocios al de la política. Pero era ingenuo, y no conocía los enigmas de este terreno. Se postuló para un cargo. Estaba muy entusiasmado; quería ser un político diferente. Se sentía muy inspirado, intuía que podía llegar a ser un gran hombre. ¿Cuál fue el resultado de las urnas?

**¡FUE DERROTADO!**

“¡No es posible! —exclamaba—. ¿Qué fue lo que hice mal?” Muchas preguntas, muchas respuestas, pero ninguna que apaciguara sus emociones. La razón intenta prepararse para las derrotas, pero las emociones nunca se someten a ellas.

Al día siguiente, el “yo” de nuestro joven, que representa su capacidad de decidir, controlar su mundo, ser consciente de sí mismo, estaba abatido. No tenía ánimo para hablar con nadie.

Ver a los vencedores de la contienda detonaba un fenómeno inconsciente que actúa en milésimas de segundo, llamado “gatillo de la memoria” o “fenómeno de autorregistro”. Este gatillo abre una ventana de su memoria que contenía la experiencia de su fracaso en las urnas, y de ese modo registraba su condición de derrotado. ¿La consecuencia?

En lo más íntimo de su mente surgía un mecanismo súbito de ansiedad. Se acumulaban pensamientos y emociones angustiantes, que le producían un nudo en la garganta, sequedad de la boca, taquicardia. Como si el cerebro le avisara que corría peligro y debía huir. ¿Huir de qué?

Del oprobio, la vergüenza social, los traumas contruidos en los bastidores de su mente. ¿Cuántas veces los estímulos externos detonan el gatillo de la memoria que libera nuestros monstruos? Hay personas que no soportan una crítica y se dejan dominar por el enojo.

A pesar de sentirse desanimado, A. L. no se dio por vencido. Todos los soñadores son enemigos de la rutina. Cuando piensan en abandonarlo todo, surgen los sueños en el teatro de su mente, para volver a impulsarlos. Así ocurrió con nuestro joven, que retornó una vez más al mundo de los negocios.

En esta ocasión apostó a que saldría bien parado. Tomó ciertas precauciones. Se mostró más abierto a las experiencias de los demás; conversó más, reflexionó más. Hizo un pequeño análisis de los errores que debía evitar y de cuánto iría a ganar. Lo embargó una intensa euforia.

La emoción es hermosa y crédula; bastan unas gotas de esperanza para que el humor se restablezca y retorne el entusiasmo. Nunca debemos anular la esperanza a un ser humano, ni siquiera a un paciente de cáncer en fase terminal o a un paciente químicodependiente desde hace décadas. La esperanza es el aliento de la vida, el nutriente esencial de la emoción. *¿Cómo alimentas tú la esperanza?*

A. L. sonreía; creía en la vida. Entonces, después de trabajar mucho e invertir energías en la organización de su pequeña empresa, llegó el resultado.

**VOLVIÓ A FRACASAR.**

Quedó profundamente abatido. Su “yo” no gobernaba sus pensamientos. Pensaba mucho, pero sin calidad. Esto constituye un gran problema; el exceso de pensamientos es el gran verdugo de la calidad de vida del ser humano (Cury, 2002). Conspira contra la tranquilidad, roba energía a la corteza cerebral, genera un cansancio descomunal, como si acabáramos de volver de una guerra. ¡Cuidado! El que piensa mucho se atormenta demasiado.

Los pensamientos derrotistas de A. L. no sólo alimentaban su inseguridad, su sensación de incapacidad y su angustia, sino que, peor aún, se acumulaban como escombros en el delicado suelo de su memoria. Los que no saben cuidar ese suelo no viven días felices. Hay personas que detestan tener sucia su oficina, pero no les molesta la suciedad acumulada en el territorio de sus emociones.

El fenómeno RAM registró con fuerza el nuevo fracaso. Debido a ello, a A. L. no le gustaba tocar el tema, pues, cuando lo hacía, el gatillo de la memoria abría de inmediato las ventanas de la tristeza. En general no nos gusta tocar nuestras heridas, porque no están curadas sino simplemente escondidas.

Sin embargo, A. L. no las escondió. Trató de superarlas rescatando su vocación política. Volvió a postularse. Tras mucho esfuerzo, llegó al fin la recompensa. Logró que lo eligieran diputado.

Parecía que los vientos cambiaban. Sus emociones encontraron la primavera.

## Golpes inevitables

La alegría de A. L. se disipó pronto, bajo el peso del dolor. Al año siguiente sufrió una pérdida irreparable: murió su novia. Su madre había muerto joven, y ahora tampoco volvería a ver jamás el rostro de la mujer a la que amaba.

La pérdida no sólo le robó la alegría, sino que generó algunas ventanas *killer* en su memoria. *Killer* es un término inglés que quiere decir “asesino/a”. Las ventanas *killer* son zonas de intensos conflictos enclavadas en el inconsciente, que bloquean el placer y la inteligencia.

Cuando entramos en esas ventanas reaccionamos como animales, sin pensar. Ellas se construyen a causa de pérdidas dramáticas, frustraciones intensas, angustias indescifrables que no se superan.

Cuando una persona padece el síndrome de pánico, al entrar en su ventana *killer* tiene la sensación súbita de que va a morir o desmayarse, aunque goce de excelente salud.

Cuando una persona tiene fobia a hablar en público, al entrar a su ventana *killer* traba su inteligencia, no logra encontrar los archivos de su memoria que sustentan su razonamiento, no coordina sus ideas.

Cuando un padre, una madre o un maestro entran en una ventana *killer* pueden reaccionar con agresividad ante un pequeño error de un hijo o un alumno. Muestran una reacción desproporcionada con respecto al estímulo externo, que causa serias consecuencias para su personalidad. Una ofensa puede marcar una vida.

Cuando los niños se encaprichan y los adolescentes entran en crisis ante una negativa, se hallan dominados por esas ventanas. En mi opinión, como psiquiatra y como investigador científico, creo que todos los seres humanos desarrollamos ventanas que obstruyen nuestra lucidez en los momentos de tensión: jóvenes, adultos, ejecutivos, científicos, analfabetos, unos más, otros menos.

Cada vez que perdemos el control de nuestras reacciones somos víctimas de esas ventanas, actuamos por instinto y no como *homo sapiens*. Sabio es el que tiene el coraje de identificar sus locuras y procura superarlas. No esconde su irracionalidad, la trata. Muchas personas impulsivas hieren durante toda la vida a sus seres más cercanos porque nunca asumieron su ansiedad. Somos muy habilidosos para escondernos.

Cuando A. L. entraba en las ventanas que aprisionaban su inteligencia, producía una avalancha de ideas negativas que fomentaban su angustia. Crecieron espinos en los jardines de su inconsciente y florecieron en el territorio de sus emociones.

¿Resultado? Al año siguiente sufrió una crisis depresiva. Algunos, por pérdidas menores, se deprimen durante años; otros entierran sus sueños para siempre. A. L. estaba deprimido, pero se distinguía de la mayoría de las personas. Sabía que había dos caminos a tomar: sus pérdidas lo construían, o lo destruían.

¿Qué elegirías tú? Es fácil decir que lo primero, pero a menudo elegimos la segunda opción. Las pérdidas nos destruyen y nos abaten. A. L. entrenó sus emociones y eligió la primera alternativa. En vez de someterse como víctima del mundo, rescató el dominio de su “yo”. Salió de la propia desdicha. Agradeció a Dios por la vida y por las pérdidas. Hizo de ellas una oportunidad para comprender las limitaciones de la existencia y el crecimiento.

No poseía los conocimientos de la psicología moderna, de los complejos papeles de la memoria, pero sí tenía osadía para enfrentar su cárcel interior. Todos construimos cárceles utilizando como rejas invisibles el exceso de quejas, el autocastigo, la desesperación. Muchos piensan que su cárcel es un jefe insensato, una carrera competitiva, las enfermedades físicas, las crisis económicas. Pero nuestras cárceles reales se alojan en la psique. Si somos libres por dentro, nada nos aprisionará por fuera.

A. L. no sabía que las ventanas enfermas del inconsciente no pueden borrarse. No tenía conciencia de que sólo pueden modificarse mediante nuevas experiencias registradas en el mismo *locus* donde se encuentran.

Tampoco tenía conciencia de que podemos construir ventanas paralelas, cuestionando nuestros miedos, enfrentando nuestra inseguridad, criticando nuestra agresividad o nuestra timidez. Ignoraba que esas ventanas paralelas podrían abrirse al mismo tiempo

que las ventanas *killer*, para oxigenar la capacidad de pensar. Sin embargo, aunque no poseyera conocimiento científico acerca del funcionamiento de la mente, actuó en forma instintiva en su interior como si lo conociera.

Cuando sentía que la vida ya no tenía sentido, combatía esa actitud derrotista. Cuando lo asaltaba un pensamiento negativo, no se sometía a él, como la mayoría de las personas; lo sometía a severa crítica. No era esclavo de los pensamientos perturbadores. ¿Tú eres esclavo de estos pensamientos? ¿Cuántas personas excelentes sufren esa esclavitud?

En una ocasión atendí a una joven profundamente triste, atormentada por pensamientos contra Dios, a los que no lograba poner fin. Le pedí que dejara de ser pasiva, que criticara tales pensamientos y que no sometiera a ellos sus emociones. Se liberó.

Muchas personas se angustian y hasta consideran el suicidio porque detestan su cuerpo, piensan en accidentes, enfermedades, la muerte de personas queridas, la pérdida del empleo, o temen fallar en los exámenes. Necesitamos salir de la platea y entrar en el escenario de nuestra mente para convertirnos en los actores o actrices principales de nuestra inteligencia. El que aprenda esta lección habrá entendido uno de los pilares de este libro.

A. L. construía una fogata íntima en su invierno emocional. Ejercitaba su “yo” a diario para llegar a ser líder. Se convirtió en artífice de sus emociones, en amigo de la vida y de Dios.

## Renacer de las cenizas

Poco a poco volvió el placer de existir. Deseaba ser útil a su sociedad, porque no veía otro sentido para la vida. Alimentado por la llama de ese ímpetu, presentó su candidatura para ser elegido como diputado federal. Se preparó para una gran victoria. Sonrió, viajó, discutió más sobre los problemas sociales. Luego llegó el resultado.

### FUE DERROTADO.

Su alma se oprimió. Se sentía sofocado. Miraba en torno y creía que la gente comentaba su fracaso. La sociedad es rápida para adular a los que se hallan en la cima, y lenta para apoyar a los derrotados.

¡Cuidado! Si dependes mucho de los demás para realizar tus sueños, corres el riesgo de frustrarte. Los jóvenes deben permanecer alerta. Son exigentes para consumir, pero no saben construir su futuro; son frágiles y dependientes.

Algunos juzgaban que el sueño de A. L. era mero entusiasmo. Pero él volvió a levantarse. Sus sueños eran demasiado sólidos para dejarlo aplastado bajo los escombros de sus fracasos. Unos años después renació su sueño de ser un gran político, y se postuló una vez más.

Llevó a cabo su campaña con seguridad y osadía. Se esforzó como nadie. Pensaba: “Esta vez saldré vencedor”. Estaba de lo más entusiasmado. Tras la extenuante campaña, llegó el resultado.

## PERDIÓ OTRA VEZ.

Fue un desastre emocional. Al verlo pasar, la gente meneaba la cabeza. Los más cercanos le decían: “¡Deja de sufrir! ¡Haz otra cosa!”. Muchas personas no volverían a intentarlo jamás. ¿Pero quién puede controlar los sueños de los idealistas? Son los más obstinados del mundo. Una dosis de obstinación es fundamental para realizarse en la vida. Todos los soñadores fueron persistentes, amaron la lucha.

En los países desarrollados como los Estados Unidos, Japón, Inglaterra, Alemania, hay una crisis en la formación de pensadores y líderes idealistas. ¿Por qué? Porque los jóvenes no tienen grandes desafíos que enfrentar, obstáculos que superar, crisis que vencer. Como hay pocos desafíos, sueñan menos y muestran menor compromiso social.

Si elimináramos el contacto de una persona con todos los tipos de virus, un día, cuando se expusiera al más débil de ellos, tal vez no sobreviviría. ¿No es esto lo que hemos hecho con nuestros jóvenes?

A. L. tuvo que enfrentar la humillación de las derrotas, las burlas de los amigos, la sensación de incapacidad. Todo esto hirió su psique, pero educó sus emociones para soportar las crisis y las pérdidas. Adquirió anticuerpos intelectuales. Un buen profesional se prepara para los acontecimientos; uno excelente se prepara para el fracaso.

En su libro *El príncipe*, Maquiavelo comentó que las actitudes revelan oportunidades que la pasividad habría dejado ocultas. La historia nos enseña que las personas pasivas sucumben a sus excusas y se someten a sus temores.

Los sueños constituyen el mejor remedio para curar frustraciones. Si son sólidos, pueden resultar más eficaces que años de psicoterapia. Los sueños reeditan la película del inconsciente y amplían los horizontes del desanimado, haciendo renacer la motivación para comenzar todo de nuevo.

Nuestro soñador emergió del caos. Nadie lo creía, pero A. L. decidió hacer frente a una nueva campaña para postularse al Congreso. Nunca se vio tanta determinación. Las injusticias sociales y la incoherencia de las desigualdades humanas generaban en él una fuente inexplicable de energía para correr riesgos. Ahora poseía más fe y más experiencia. Corrigió los errores de otras campañas y se tornó más sociable. Al fin llegó el resultado.

## PERDIÓ UNA VEZ MÁS.

En los días siguientes, A. L. se sumió en el pantano de su pesimismo. Se sentía devastado, destruido, impotente. Se preguntaba una y otra vez: “¿En qué fallé? ¿Por qué la gente no confía en mí?”. No lograba concentrarse en lo concreto. Por momentos quería huir del mundo. Sin embargo, ¿quién puede huir de sí mismo?

Cuando lo reconocía, la gente comentaba en voz baja: “Allá va el Señor Fracaso”. Había sufrido la amargura de varias derrotas electorales, quiebras y pérdidas. Su colección de fracasos era más que suficiente para hacerlo víctima del miedo. Por mucho menos, personas ilustres esconden la cabeza bajo la almohada.

También debía sentirse víctima de lo que los demás pensaban y decían acerca de él. Si a muchos les cuesta dormir a causa de una mirada aviesa, una injusticia o una censura, imagina cómo se hallaba el territorio emocional de este soñador.

La sociedad es magnífica para exaltar a los que alcanzan el éxito, y rápida para burlarse de los fracasados. El que anhela tener una personalidad sana no debe olvidar esta ley: *no esperes mucho de los demás*.

Todos iban a comprenderlo si él renunciaba a sus metas. Era lo más recomendable. Vencer parecía un fenómeno inalcanzable. No obstante, cuando todos esperaban que no se levantara más, A. L. resurgió de sus cenizas. No solía aceptar ideas sin pasarlas por el filtro de su crítica.

Demostró así una valentía poética, plena de sensibilidad. Para muchos, su coraje era ilógico; para él, era el combustible que mantenía encendida la llama de sus sueños.

Reapareció en el círculo de los políticos y, para espanto de la platea, tuvo la valentía de postularse como candidato al Senado. Las derrotas, en lugar de destruir su autoestima, fortalecían su proyecto.

La campaña fue diferente. Su voz vibraba. Dejó de ser rehén de algo que nos aprisiona con facilidad: nuestro pasado. Se convenció de que rompería la cadena de fracasos y que el éxito coronaría su historia.

Pero no quería el éxito por el éxito mismo. No era un político dominado por la vanidad. Los que aman la vanidad son indignos de la victoria. Los que aman el poder son indignos de él. Tener éxito para ubicarse por encima de los otros es más enfermo que las alucinaciones de un psicótico.

A. L. tenía una ambición legítima. Quería tener éxito para ayudar al ser humano. Quería hacer justicia para los que vivían en el valle de las desdichas físicas y emocionales. Soñaba con el día en que todos fueran tratados con dignidad en su sociedad.

Después de una extenuante campaña, en la que expuso con fervor sus ideas, aguardó impaciente el resultado. Esta vez no podía perder. Si así ocurría, hasta sus adversarios se compadecerían de él. Entonces llegó el resultado.

PERDIÓ OTRA VEZ.

Al llegar a su casa, se sentó en una silla, sin sentir el propio cuerpo. Le costaba creer en esa nueva humillación pública. Su memoria se tornó árida como un desierto. Faltaban flores en el escenario de su mente, y sobraban pensamientos pesimistas. Cualquier psiquiatra y psicólogo clínico, por menos experiencia que tuviera, habría entendido su miedo al futuro. El mañana se volvió una pesadilla.

## Un coraje extraordinario

Muchos jóvenes, cuando les va mal en un examen, entran en crisis. Otros, cuando los traiciona la novia o el novio, lloran como niños. Algunos adultos, cuando no cumplen sus metas de trabajo, sufren de insomnio. Otros, cuando los abandona su pareja, creen ser los seres humanos más desgraciados del planeta. Las pérdidas deberían nutrir el “yo” para hacerlo más fuerte, no para someterlo, pero con frecuencia no es eso lo que sucede.

El caso de A. L. era más grave. No podían exigírsele grandes actitudes a un coleccionista de derrotas. Las opiniones acerca de él se hallaban divididas. Los

supersticiosos creían que había nacido para que lo derrotaran. Otros, más fatalistas aún, creían que sus fracasos se debían a un destino previamente trazado. Para ellos, unos nacen para el éxito, y otros, para el fracaso.

Entre los supersticiosos y los fatalistas había unanimidad: todos estaban de acuerdo en que él debía resignarse frente a sus fracasos, cambiar de ciudad, de país, de empleo. Esta resignación, en psicología, se llama “psicoadaptación”.



El fenómeno de la psicoadaptación es la incapacidad de las emociones humanas para reaccionar con la misma intensidad al exponerse al mismo estímulo. Cuando nos exponemos en forma reiterada a estímulos que nos excitan negativa o positivamente, con el tiempo perdemos la intensidad de la reacción emocional. En síntesis, nos psicoadaptamos a ellos.

Nos psicoadaptamos al celular, al auto, al tipo de ropa, a la decoración de nuestra casa, a los conceptos, a los paradigmas. De esta manera, perdemos el placer y buscamos de modo inconsciente nuevos estímulos, nuevos objetos, nuevas ideas. Sólo logramos volver a sentir placer si reciclamos nuestra capacidad de observar y valoramos detalles no contemplados.

En su aspecto positivo, la psicoadaptación genera una revolución creativa. Nos estimula a buscar lo nuevo, a amar lo desconocido. Es uno de los grandes fenómenos psicológicos inconscientes responsables de los cambios que ocurren en los movimientos literarios, la pintura, la arquitectura y hasta la ciencia.

No obstante, cuando la psicoadaptación es exagerada, genera insatisfacción crónica y consumismo. Nada agrada por mucho tiempo. Las conquistas generan un placer rápido y fugaz. Esta es una de las trampas de la emoción, por eso no es saludable que los padres hagan muchos regalos a sus hijos. Estos se psicoadaptarán al exceso de juguetes. ¡El resultado es maléfico! Consumen cada vez más cosas, pero obtienen cada vez menos placer.

Otra de las grandes trampas de la emoción es la psicoadaptación a las violencias sociales, los ataques terroristas, la competencia en el trabajo, las peleas conyugales, los fracasos profesionales, la depresión, el pánico, la ansiedad. ¿Cuál es la consecuencia? Perdemos la capacidad de reacción. De tal modo, el homo sapiens se convierte en un espectador pasivo de sus desdichas. Este es un tema que daría para varios libros. Espero que el lector se dé cuenta de que nuestra especie se está enfermando colectivamente.

Muchos psicólogos y científicos sociales, por no comprender este proceso inconsciente, no entienden que con el tiempo los problemas psíquicos y sociales dejan de excitar la emoción. Este proceso nos maniatra, destruye la capacidad de luchar por lo que amamos. Hay personas que por esta causa arrastran durante toda la vida su depresión, su timidez, su inseguridad.

¿Es posible que estés psicoadaptándote a la falta de diálogo en tu familia, a la dificultad de conquistar a un alumno difícil o un compañero de trabajo complicado?

Muchos soldados alemanes perdieron la sensibilidad a medida que se sometían a la

propaganda nazi y veían pasivamente morir a los judíos en los campos de concentración. Las consecuencias de la psicoadaptación son innumerables y en extremo complejas.



A. L. tenía todas las condiciones para psicoadaptarse a sus fracasos. Podría haber adoptado una actitud supersticiosa y creer que nunca lo favorecería la suerte. Sin embargo, consideraba que la verdadera suerte no es gratuita, sino que se construye con trabajo.

Podría también haber adoptado una actitud fatalista, culpar al destino y creer que había nacido para no ser feliz. De haber sido así, no habría tenido fuerzas para salir del caos. Pero no se psicoadaptó, no renunció a su derecho a decidir su destino, de hacer elecciones. *¿Tú has tomado las decisiones que juzgas necesarias?*

A. L. vivía de acuerdo con el contenido de una frase que todos los grandes pensadores consideraron: “Los perdedores ven la tempestad; los vencedores ven los rayos del sol que hay más allá de las densas nubes”.

Estaba herido, pero no vencido. Estaba abatido, pero no destruido. Estaba mutilado, pero anhelaba correr la maratón. Su valentía era casi surrealista, bordeaba lo increíble, pero le proporcionaba salud psíquica.

Sus flagrantes derrotas, en lugar de convertirse en una pesadilla, se transmutaban en amor por la vida. Las crisis de ansiedad se convertían en olas que se volcaban en la playa de su historia y producían marcas de madurez. Se volvió un ser humano de valor extraordinario. Encontró grandeza en su pequeñez. *¿Tú has encontrado grandeza en tu pequeñez?*

Nuestro soñador no pintaba cuadros, dibujaba pensamientos. No tallaba madera, esculpía ideas optimistas. Era un artista de la vida. Los amigos le recomendaban que se calmara, que se compadeciera de sí mismo, que no corriera más riesgos. “Todo tiene un límite”, le decían. En ciertos momentos necesitamos mostrar un coraje fuera de lo común.

Cuando le pedían silencio, de repente él gritó más alto. Soñó con postularse como candidato a vicepresidente de su país. ¿Vicepresidente? ¡Un escándalo! Sin embargo, él poseía algunas de las cinco características de los grandes genios:

1. Era persistente en la búsqueda de sus intereses
2. Se animaba frente a los desafíos
3. Tenía facilidad para proponer ideas
4. Poseía una enorme capacidad para influir en las personas
5. No dependía de la opinión de los demás para seguir su camino

Ojalá la educación moderna enseñara menos matemática, física, química, biología, y más arte de pensar. Nuestros alumnos tendrían algunas de estas nobles características de la inteligencia. El mundo sería menos rígido.

Mediante su magnetismo, A. L. se presentó en esa nueva campaña. Como ya no se ubicaba en la primera línea, se hallaría más protegido y realizaría una campaña más segura, menos tensa. Como candidato a vicepresidente, estaba más preservado. Pero

debía proponer su nombre en la convención.

El día de la votación su ansiedad aumentó. Empezaron a contar los votos. No demoraron mucho en anunciar el resultado.

#### SUFRIÓ UNA FLAGRANTE DERROTA.

Quedó relegado. Muchos pensaron que por cierto contagiaría con su tendencia a la derrota al candidato a la presidencia. La cruda verdad con respecto a ese hombre era que se había convertido en uno de los más grandes coleccionistas de fracasos de la historia. Quizá nadie lo hubiera intentado tanto, y perdido tantas veces.

Los amigos se alejaron. La gente no esperaba nada más de él. Las ventanas *killer* producían la cárcel de la emoción. Su autoestima se hallaba casi anulada; su amor por la vida, diezmado. Lo embargó el pesimismo. Empezó a creer que algunos nacían para la victoria y otros para el fracaso, unos para el palco y otros para la platea.

¿Qué harías tú después de tantos fracasos? ¿Qué harías si te abandonaran las personas más cercanas? ¿Qué actitud tomarías si te despidieran del empleo en el que invertiste todo tu futuro? ¿Cómo reaccionarías si atravesaras una crisis económica tan grave y no tuvieras dinero para pagar el alquiler de tu casa? ¿Cuál sería tu postura si te criticaran en público y las personas de tu entorno no creyeran en absoluto en ti? Muchos simplemente renunciarían a sus sueños.

#### Un escultor de ideas, un artista de la vida

A. L. se convirtió en el “Señor Fracaso”. Gran parte de la gente creía que el “Señor Fracaso” no volvería a aparecer en el círculo de políticos y partidarios.

De repente, entró en la sede del partido un hombre de cabello grisáceo, piel seca y deshidratada, con las marcas del tiempo impresas en el rostro. Cuando los que allí estaban advirtieron su presencia, no podían creer lo que veían; se frotaban los ojos para ver mejor. “No era posible, pero era él mismo.”

Su presencia causó espanto y reflexiones. “Aquél no era lugar para perdedores, sino para los vencedores”, pensaban algunos. Sin embargo, otros imaginaban que A. L. había ido a firmar una carta pública para anunciar que renunciaría para siempre a sus sueños. Otros conjeturaban que había acudido a suplicar un empleo público.

Para sorpresa de todos, el derrotado provocó escalofríos en sus colegas al manifestar el deseo de postularse nuevamente para el Senado. ¡Postularse para el Senado!” “¡Una actitud absurda!” “¡Echa un vistazo a tu pasado y cambia de rumbo!”



Hay una gran diferencia entre el individualismo y la individualidad. El individualismo es una característica enfermiza de la personalidad, basada en la incapacidad de aprender de los demás, en la carencia de solidaridad, en el deseo de responder siempre a los propios intereses y, en último lugar, las necesidades de los demás.

La individualidad, en cambio, se basa en la seguridad, la determinación y la capacidad de elección. Es, por lo tanto, una característica muy saludable de la personalidad. Por

desgracia, con frecuencia desarrollamos el individualismo y no la individualidad.



A. L. desarrolló una individualidad madura. Quería dirigir su barco, aun ante las turbulencias. No era radical. No era agresivo. No era egocéntrico. Era apenas un soñador. Sólo deseaba ser fiel a aquello en lo que creía.

Algunos alcanzan el éxito pero no son fieles a su conciencia. Obtienen grandes sumas de dinero de manera deshonesta. Brillan bajo los reflectores, pero por dentro son opacos. El que no es fiel a su conciencia tiene una deuda impagable consigo mismo.

A pesar del pésimo antecedente de sus derrotas, nuestro soñador hizo una impecable campaña para el Senado. Estaba resuelto a vencer. En las calles las personas gritaban: “Derrotado”; en las plazas: “Perdedor”. A pesar de todo, él miraba dentro de sí y buscaba fuerzas en el mundo intangible de sus sueños.

Para A. L., cada contienda era un momento mágico. Participar en ella importaba más que estar en la cumbre. Los que valoran la cumbre más que la contienda no son dignos de ocuparla. Él creía que la vida era una eterna conquista hecha de ganancias y pérdidas. En los éxitos bebemos del cáliz de la alegría; en la ruina bebemos del cáliz de la experiencia. Esta vez, esperaba que fuera el cáliz de la alegría.

Al fin llegó el día de la votación. Aguardó con gran expectativa el resultado de las urnas. Esta vez debía ser diferente.

FUE NUEVAMENTE DERROTADO.

No sabía qué decir. Las lágrimas dejaron el anonimato y corrieron por los surcos de su rostro. Escondía la cara, pero lloró mucho. Era un ser humano apasionado por su sociedad, aunque no tenía oportunidad de ayudarla.

Las ventanas *killer* debían de estar asesinando su capacidad de pensar, destrozando su valentía, disipando su ánimo y produciendo una reacción íntima que demostraba que él era el más infeliz de los hombres.

Parecía que esta vez A. L. se entregaría, que había llegado al límite. Haría cualquier cosa, menos postularse como candidato para un cargo, ni siquiera para el club de los fracasados. Acaso lo dominaran el fantasma del miedo y el monstruo de la derrota.

Sólo el silencio podría contener su indescifrable frustración.

El rocío que sueña en convertirse en lluvia de verano: una gran lección

Había quien apostaba a que se exiliaría en una zona rural o en alguna isla. Otros, menos crueles, creían que podría ser, con mucha dignidad, director de un asilo o un hogar infantil.

Otros consideraban que debía trabajar en una repartición pública, desempeñando tareas repetitivas y esperando el magro salario de fin de mes sin protestar ni reivindicar mejores condiciones. Algún día se jubilaría y viviría en silencio la humillante condición de no lograr pagar sus cuentas con la escasa pensión percibida.

Aunque la sociedad lo considerara un típico representante de la especie de los

fracasados, desde el punto de vista psicológico nuestro soñador fue un gran vencedor, aunque no haya vencido en ninguna contienda electoral. Fue un vencedor de los prejuicios, de la discriminación, de la burla social, de sus inseguridades.

Las personas superficiales ven los resultados positivos como parámetros de éxito, mientras que la psicología evalúa el éxito aplicando criterios como la motivación, la creatividad y la resistencia intelectual. A diferencia de la mayoría de las personas, él luchó por sus sueños hasta la última gota de energía. A. L. salió victorioso.

Schopenhauer afirmaba que jamás deberíamos fundamentar nuestra felicidad en la cabeza de los demás (Durant, 1996). A. L. siguió ese principio, pues si gravitaba en torno de la opinión de los que lo rodeaban se habría condenado al ostracismo, al completo aislamiento social. Los humoristas lo usaban como personaje principal de sus chistes.

Ante el tumulto social, él entró en el único lugar protegido del mundo: en su propio ser. Allí, calló y elevó la oración de los sabios: el silencio. *¿Conoces la fuerza de esta oración?*

En los momentos más tensos de tu vida, en lugar de reaccionar busca la voz del silencio. Psiquiatras, psicólogos, intelectuales, generales, en suma, cualquier ser humano que no oye esa voz obstruye su inteligencia, adopta actitudes absurdas, lastima al que más merece su cariño.

Debemos grabarnos bien esto: en los primeros treinta segundos de tensión cometemos los mayores errores de nuestra vida. En los picos de tensión bloqueamos la memoria y reaccionamos sin pensar, por instinto. En este caso, el *homo bios* (animal) prevalece sobre el *homo sapiens* (pensante).

Nadie imaginaba que A. L. volvería a aparecer en escena. La última derrota parecía haber sepultado sus sueños. Sin embargo, cuando todos pensaban que había quedado derrotado por sus decepciones y se había resignado a la posición de un astro sin luz propia, surgió otra vez en el ámbito político.

Los presentes quedaron paralizados. “No es posible”, *¿“Qué está haciendo aquí?”*, se preguntaban.

Hubo quienes juzgaron que había ido a trabajar en la campaña de algún otro candidato. O tal vez había escrito un manual de campaña para que los demás candidatos hicieran todo lo contrario de lo que había hecho él. El público quedó mudo.

Entonces, mirando a los ojos de sus viejos compañeros, tuvo la audacia de anunciar: “¡Quiero postularme para presidente!” Todos quedaron perplejos.

Para Dostoievski, “dar el primer paso, pronunciar una nueva palabra, es lo que más teme la gente”. A. L. dio un gran paso más, adoptó una nueva actitud y, al vencer sus temores, superó el temor a los demás. La reacción de A. L. hizo que el miedo a la derrota se disipara de su psique y se convirtieran en un problema de los otros.

Cuando nos valemos de las palabras para comprender las raíces del miedo y enfrentar sus tentáculos, el miedo es reeditado pues se agregan nuevas experiencias a las ventanas de la memoria donde éste se encuentra. El miedo se vuelve un nutriente de la valentía.

“¿Cómo? ¡Es una locura!” pensaba la gente. Y seguían: “¿Puede el árbol mutilado desear los más excelsos frutos? ¿Puede un accidentado competir en condiciones de

igualdad y ambicionar el podio en las olimpiadas? ¿Pueden las diminutas gotas de rocío anhelar la fuerza de las lluvias de verano?”.

Postularse como candidato a la presidencia de su país parecía una locura, no un sueño. Pero cuando nos dejamos conducir por los sueños, podemos reescribir nuestra historia y construir ventanas inconscientes que aireen nuestras emociones. El alma de A. L. estaba gobernada por sus sueños. Las montañas se vuelven piedras diminutas, y los valles, pequeñas depresiones. Soñó con gobernar su país, alcanzar la igualdad entre los seres humanos, hacer justicia social.

Estaba desacreditado. Muchos meneaban la cabeza y sonreían con incredulidad. Sin embargo, A. L. se levantó del caos. Estaba decidido, quería otra oportunidad. Parecía inalcanzable. Su persistencia confundía a los reticentes, pero con sus sueños contagiaba a sus compañeros.

Su deseo de postularse se materializó. Visitó a personas, dio conferencias, organizó reuniones de trabajo, habló al corazón psíquico de la gente. La contienda era difícilísima. Las dificultades, dantescas. Se enjugaba el sudor de la cara y seguía corriendo detrás de su proyecto de vida. Daba la impresión de que deliraba en tierra estéril. Nadie veía los rayos de sol, pero él vislumbraba la fulgurante aurora por detrás de las montañas.

Terminada la votación, comenzó el escrutinio. A. L. estaba muy ansioso. Cuando no se logra dominar la ansiedad que asfixia la emoción, ésta es canalizada hacia la corteza cerebral y genera síntomas psicosomáticos. Su corazón estaba acelerado, sus pulmones jadeantes.

Le aumentó la presión sanguínea. Sudaba mucho. El cerebro lo preparaba para huir. ¿Huir de qué? Del monstruo de la derrota. ¿Cómo huir, si el fracaso ya estaba registrado en la colcha de retazos de su memoria?

Él sabía que no podía oír la voz de su cuerpo, comandada por el cerebro. Tenía que oír la voz de su inteligencia, costara lo que costase, al precio que fuere. Para muchos, A. L. se preparaba para, una vez más, sumar otro fracaso a su extenso historial. Al fin llegó el resultado:

#### **SALIÓ ELECTO COMO EL 16° PRESIDENTE DE LOS ESTADOS UNIDOS DE NORTEAMÉRICA**

A. L. no sólo fue elegido, sino que se convirtió en uno de los políticos más importantes de la historia moderna. ¿Cómo se llamaba? Abraham Lincoln. Fue el presidente que emancipó a los esclavos de su país, así como uno de los grandes “profetas” de la democracia moderna y de los derechos humanos.

Abraham Lincoln fue uno de los mayores soñadores de todos los tiempos. Tuvo todos los motivos para renunciar a sus sueños, pero a pesar de las muchas lágrimas y las incontables frustraciones, jamás renunció a ellos.

“El hombre que se venga cuando vence no es digno de su victoria”, pensaba el agudo escritor Voltaire. Abraham Lincoln venció, pero no se vengó de los que se le oponían. Sólo se burló del propio miedo, transformó la inseguridad en osadía, la humillación en lágrimas que esculpieron su personalidad, las lágrimas en gemas preciosas del territorio de las emociones.

## Sueños que nunca mueren

En 1842, Abraham Lincoln se casó con Mary Todd, una mujer inteligente, ambiciosa, de principios sólidos. El viejo dicho que afirma que “Detrás de todo gran hombre hay una gran mujer” debería corregirse de la siguiente manera: “Junto a todo gran hombre hay una gran mujer”.

Las mujeres siempre han dominado el corazón de los hombres. Hoy van más lejos aún: están dominando el mundo, porque son más perseverantes, sensibles, éticas, afectivas. Por eso ejercen mejores cargos profesionales, ocupan puestos que antes eran exclusivos de los hombres, y dirigen mayor cantidad de empresas.

Las “Mary Todd” van contagiando a las sociedades modernas. Espero que no se conviertan en máquinas de trabajar, como los hombres de la actualidad, que nunca pierdan su sensibilidad y que jamás dejen de soñar como muchos de ellos.

Mary Todd influyó en la trayectoria de Abraham Lincoln y lo apoyó en momentos difíciles. Por desgracia, al comienzo de su segundo mandato ocurrió la tragedia.

El 14 de abril de 1865, Lincoln se hallaba en el teatro Ford, en Washington. Tranquilo, navegaba por las aguas de la emoción mientras veía el espectáculo. No imaginaba que nunca más vería abrirse el telón de un teatro, pues cerraría los ojos al espectáculo de la vida.

Un ex actor, acérrimo esclavista, avanzó con sigilo hasta donde se encontraba el Presidente y le disparó un tiro de pistola en la nuca. La bala penetró en el cuerpo, destruyó la médula y rompió las arterias. Al otro día, por la mañana, Lincoln moría, antes de que el rocío de la primavera se disipara bajo el calor del sol.

Murió un soñador, pero no sus sueños. Sus sueños se tornaron semillas que germinaron en el suelo de millones de negros y blancos que lo amaban, e influyeron en todo el mundo occidental.

Abraham Lincoln marcó una diferencia en el mundo. Nunca renunció a sus sueños, porque vivió uno de los tesoros de la psicología: el destino no está programado ni es inevitable. El destino es una cuestión de elección.

## Abraham Lincoln y el 11 de septiembre de 2001

La historia de este maestro de la vida, que interpreté con algunas dosis de ficción, puede alimentar la mente de todas las personas que sueñan. Puede encender los ánimos de la sociedad estadounidense que después del 11 de septiembre de 2001 dejó de soñar, aprisionada por el miedo, por las ventanas killer del terror, por lo imprevisible del mañana.

He visto a estadounidenses de edad avanzada que eran revisados y registrados en los aeropuertos de Chicago y Nueva York. Todos son sospechosos. No vale lo que somos, sino lo que logramos demostrar que no somos.

El clima tenso de los aeropuertos, el control insoportable de los pasajeros, la expectativa de un nuevo ataque, se volvieron fuente de estímulos estresantes que se registran en el inconsciente colectivo de los estadounidenses, europeos e israelíes,

causando un desastre psíquico sin precedente en la historia.

No sólo el 11 de septiembre, sino también el consumismo, la competencia social, la paranoia de la estética y la crisis del diálogo han ahogado la vida de millones de jóvenes y adultos en todos los países del mundo.

La sociedad moderna se ha vuelto psicótica, una fábrica de locura. Desgraciadamente, por la manera como se desarrollan las cosas, invertir en la industria de los antidepresivos y tranquilizantes parece constituir la mejor opción en el siglo xxi.

Si te despiertas cansado, padeces dolores de cabeza, estás ansioso, sufres por anticipado, sientes dolores musculares, no te concentras, te falla la memoria o experimentas otros síntomas semejantes, te hará bien saber que eres normal, pues en la actualidad difícilmente habrá alguien que no esté estresado. Es raro que haya alguien que no presente algún trastorno psíquico o síntomas psicosomáticos.

Los adultos se convierten en máquinas de trabajar, y los niños en máquinas de consumir. Estamos perdiendo la simplicidad, la ingenuidad y la levedad del ser. La educación, aunque atraviesa una crisis sin precedentes, es nuestra gran esperanza.

Si los sueños de Abraham Lincoln invadieran el inconsciente colectivo de los estadounidenses, los Estados Unidos mostrarían otra imagen ante el mundo. No sólo serían la nación económicamente más poderosa del planeta, sino también la más fuerte en la defensa de la paz, la integración de las sociedades y la preservación del medio ambiente.

El creciente sentimiento antiestadounidense se evaporaría. Los Estados Unidos serían reconocidos no sólo como un templo económico, sino también como un templo de sabiduría. ¿Pero dónde está la sabiduría en la era de la información?

Abraham Lincoln quería liberar a los esclavos porque encontró la libertad en su interior. Desarrolló su salud psíquica y expandió la sabiduría a los accidentes de la vida y los campos de las derrotas. ¿Quién valora las dificultades y los fracasos en una sociedad que pregona la paranoia del éxito?

El mago de la economía de los Estados Unidos, Alan Greenspan, que fue presidente del Banco Central de los Estados Unidos en los gobiernos de Reagan, George Bush, Bill Clinton y George W. Bush, tuvo la osadía de decir que los inmigrantes latinos son más emprendedores que la mayoría de los estadounidenses, y que por eso tienen más posibilidades de progreso. ¿Por qué?

Porque tienen que enfrentar más dificultades que los estadounidenses nativos. La observación de Greenspan encuentra fundamento en la teoría psicológica.

Los bajos salarios, las presiones sociales y la excesiva carga de trabajo generan un volumen de desafíos que recicla el fenómeno de la psicoadaptación, provocando una revolución creativa que produce sueños de superación, estimula el rescate del liderazgo del “yo”, promueve la generación consciente e inconsciente de audacia, determinación y perspicacia.

En treinta o cuarenta años, es probable que gran parte de la economía de los Estados Unidos se halle en manos de los descendientes de los latinos y demás inmigrantes que luchan arduamente para sobrevivir en ese país.

Necesitamos soñar el sueño de libertad de Abraham Lincoln. Él enfrentó el mundo por sus sueños. Desarrolló amplias áreas de la inteligencia multifocal: pensar antes de actuar; exponer las ideas en lugar de imponerlas; ponerse en el lugar de los demás; tener espíritu emprendedor; ser un constructor de oportunidades; atreverse a reeditar los propios conflictos. Por todo eso, se convirtió en autor de su propia historia

## Capítulo 3

# EL SUEÑO DEL PACIFISTA QUE ENFRENTÓ AL MUNDO

## La historia de un observador

M. L. K. era un niño observador. Amaba la libertad. Corría por las calles como si nada pudiera contenerlo o lastimarlo. Sus sueños construían alas en su imaginación, que alzaba vuelo en busca de la fuente del placer.



Todos buscan esa fuente, pero las dificultades de la vida y los dolores emocionales son los fenómenos más democráticos de la existencia. Conspiran contra la tranquilidad y nadie escapa de ellos, ni ricos ni pobres, ni intelectuales ni iletrados, ni adultos ni niños. ¿Quién ha atravesado ileso un trauma psíquico?

No hace mucho tiempo, uno de mis pacientes lloraba desconsoladamente porque quería salir de su crisis depresiva y rescatar a su hijo, también deprimido. Ese hombre tenía seis mil empleados en su empresa, pero me decía que daría todo lo que había logrado, todos sus bienes, a cambio de superar su dolor y vivir días felices. De hecho, tales días no pueden comprarse; hay que construirlos.



La inocencia de M. L. K. se vería perturbada muy pronto. No imaginaba que atravesaría el valle de las frustraciones y que sus problemas se tornarían tan voluminosos que amenazarían con destrozar las alas de su libertad y encerrarlo en una dramática cárcel.

Desde su más tierna infancia, su sensibilidad hacía que cualquier rechazo causara un impacto muy grande en los bastidores de su mente. Podía soportar reprimendas, pero las reacciones de desprecio le provocaban gran daño emocional. Por desgracia, éstas se hicieron presentes en los principales capítulos de su vida.

M. L. K. iba más allá de la fina capa de color de su piel negra y no entendía por qué los blancos eran diferentes de los negros. ¿Acaso los colores pueden burlarse unos de otros? ¿Puede uno de ellos decir: “Yo soy superior”? ¿Puede el envoltorio reclamar el derecho a ser más importante que el contenido? Para él, blancos y negros albergaban los mismos sentimientos, la misma capacidad de pensar, la misma necesidad de tener amigos, ser amados y superar la soledad.

Al apoyar la cabeza en la almohada, el joven M. L. K. viajaba por el mundo de sus ideas y se preguntaba: “¿Por qué los negros no pueden frecuentar las mismas escuelas, los mismos clubes, los mismos bancos de las iglesias, el mismo transporte público que los blancos? ¿Por qué no pueden tener amigos blancos y abrazarlos? ¿Acaso no somos todos seres humanos?”.

Nuestro joven conoció de cerca el indescriptible dolor de la humillación. Nada destruye tanto la autoestima. Cuando un adolescente blanco le daba vuelta la cara, le hería el alma. Cuando se reían de él, penetraba en las grutas heladas del sufrimiento.

Por su alta carga de tensión emocional, todas esas experiencias eran registradas con intensidad por el fenómeno RAM en los suelos de su memoria consciente e inconsciente. Se convirtió en adulto antes de tiempo.

Cuando, por algún estímulo exterior o interior, él leía esas ventanas, pensamientos negativos y tensas emociones invadían el teatro de su mente, robándole la escena, disipando su motivación y su amor por la vida.

Nada más perjudicial. Estaba destinado a ser un joven angustiado y rebelde. Como la mayoría de las personas incomprendidas y emocionalmente lisiadas, era de esperar que M. L. K. se volviera siervo de sus traumas emocionales.

Para sumarse a sus dificultades, a los doce años M. L. K. perdió a su querida abuela. El vínculo era fuerte. El sentimiento de pérdida lo desmoronó. El muchacho no lograba razonar. Perdió el placer de vivir, lloraba desconsolado, destilaba tristeza. Se sentía inseguro y desprotegido.

Su crisis fue tan grave que pensó en renunciar a la vida. Descontrolado, se arrojó del piso de arriba de su casa de dos plantas. Como toda persona que piensa en el suicidio, en realidad quería matar su dolor, no terminar con su vida. Por fortuna, sobrevivió.

Tres años después hizo varios viajes. Al conocer ciudades lejanas tomó conciencia del denso clima de violencia racial. Los blancos amenazaban a los negros. Los negros que frecuentaban lugares de los blancos eran castigados. No podían subir a los mismos medios de transporte.

Esos comportamientos perturbaron al adolescente. “¿Por qué?”, “¿Cuál es el fundamento de ese rechazo?”, “¿No somos todos hermanos?”, pensaba. Muchas preguntas, pero ninguna respuesta lo saciaba.

## Controlado por grandes sueños

Nuestro joven asistía impasible a la discriminación de su pueblo. Decidió estudiar en la Facultad de Teología, navegar por el mundo espiritual con el fin de encontrar respuestas para el injusto mundo social.

Exploró el sueño de Dios que nunca discriminó a las personas, nunca distinguió a nobles de mendigos, a reyes de súbditos, a lúcidos de locos. Lo embargó el sueño de los derechos humanos y el respeto por la vida.

En esa trayectoria interior conoció a fondo la historia del Maestro de Maestros. La humanidad de Jesucristo influyó en la humanidad del joven M. L. K.

Vio en él la mejor manera de combatir toda forma de discriminación. Al leer sobre Jesús, M. L. K. quedó impresionado con su coraje, al arriesgarse para proteger a las prostitutas y romper las cadenas de la soledad de los desdichados de su sociedad. Los sueños del Maestro de Maestros alentaron los sueños de ese joven, ampliaron su arte de pensar y su determinación.

Luego decidió adentrarse en la filosofía, tan importante pero tan abandonada en el mundo lógico e inmediatista. Tras obtener su diploma en la Facultad de Teología, se inscribió en la carrera de Filosofía. Entró en contacto con las ideas de Hegel, se introdujo en el pensamiento del ilustre pensador alemán. Aprendió a no callar su voz.

Quería ser libre para pensar, pues creía que sólo una mente libre es capaz de generar personas libres (Cury, 2004). Entendió que los dictadores esclavizan porque son esclavos de sus conflictos, y los autoritarios dominan porque son dominados por las zonas enfermas de su personalidad. El que controla la libertad de los demás nunca ha sido libre dentro de sí mismo.

Era un joven promisorio; podía seguir su propio camino, sus propios intereses. Sin embargo, prefirió dedicar su tiempo y su inteligencia a transformar la historia de los demás.

Cuando nuestros sueños incluyen a los otros, cuando buscan contribuir de alguna forma al bien de la humanidad, soportan con más facilidad los temores de la vida. Cuando alimentamos sueños individualistas, éstos son tímidos, no resisten los accidentes del camino.

Enriquecerse por enriquecerse no tiene sentido. Ganar dinero sólo tiene sentido si se lo destina a mucho más que nuestro propio confort, si se lo usa para ayudar a los demás, aumentar la oferta de empleo, contribuir a la sociedad.

Pretender estatus por el estatus en sí es una aspiración superficial. Alcanzar el éxito por el éxito mismo es una estupidez intelectual. Pero lograr el éxito para aliviar el sufrimiento de los demás es un placer para la inteligencia. Nada es tan poético como invertir en la calidad de vida de las personas.

Para desear servir a los demás, M. L. K. se ponía en lugar de ellos y percibía sus necesidades intrínsecas, la mayor de las cuales era mantener viva la llama de la esperanza. Quería alimentar el alma y el espíritu de la gente, haciéndole creer en la vida. La mirada multifocal revela que él no se psicoadaptó al conformismo. Albergaba la más profunda convicción de que sin esperanza se consumen la alegría de vivir y el deseo de cambiar.

Todas esas creencias hicieron que el joven soñador aprendiera una de las más profundas lecciones de psicología: manejó sus pensamientos, transformó su ira en capacidad de lucha, su indignación en ideales, su sufrimiento en sueños. Se convirtió en el actor principal del teatro de su mente.

Si no aprendía esa lección, no sobreviviría. Mientras que muchos, al atravesar turbulencias, retroceden, él atravesaba las tempestades sin miedo a mojarse. Se transformó en un pensador.

El eco de los triunfos aumentó los riesgos

En poco tiempo se recibió de doctor en Filosofía. Tenía poco más de 25 años, pero era audaz, culto y decidido. Soñaba con mostrar a los relegados que nunca debían avergonzarse de sí mismos, que nada es más digno que un ser humano.

A continuación participó con intensidad en el movimiento en pro de los derechos civiles, el primero entre muchos otros movimientos. El clima era tenso. En cualquier momento podía perder la vida. Pero no lograba silenciar sus sueños, que gritaban en los valles secretos donde nacen las emociones.

“El supremo arte de la guerra consiste en derrotar al enemigo sin luchar”, pensaba Sun Tzu. M. L. K. quería vencer al enemigo de la discriminación sin derramar una gota de sangre; era un guerrero poeta. Empezó a participar en marchas y dar inflamados discursos sobre aquello en lo que creía. Cuando hablaba, alzaba una invisible bandera blanca que revelaba que los fuertes aman y los débiles odian, los fuertes incluyen y los débiles discriminan.

Al año siguiente las amenazas aumentaron. Su casa sufrió un atentado (hicieron estallar una bomba), pero por suerte él escapó. Querían destruir a un joven que no representaba más peligro que contagiar a la gente con su sensibilidad y su pasión por la vida. El fenómeno RAM registró con fuerza en su memoria la violencia de aquel ataque terrorista.

M. L. K. leía continuamente ese registro. El palco de su mente se volvió un torbellino de ideas tensas. Por momentos sentía escalofríos al imaginarse destrozado por la bomba. Este mecanismo generó algunas ventanas fóbicas. El pánico lo envolvió.

Frente a esto, otra vez se presentó el gran dilema de los soñadores: dos caminos se esbozaron en su mente: o enfrentaba y superaba las ventanas fóbicas, o se sometía a ellas. Cuando el miedo se halla presente en el anfiteatro de las emociones, no hay dos vencedores. O dominamos el miedo, o el miedo nos domina.

A los ojos del mundo, lo mejor era que él retrocediera y olvidara sus sueños. En su lugar, muchos los habrían enterrado. Hay profesionales que anulan su inteligencia frente al autoritarismo de sus jefes. Hay jóvenes que sepultan su creatividad antes que rendir un examen o participar en un concurso. El miedo ha enterrado millones de sueños a lo largo de la historia de la humanidad.

La vida es un juego. Podemos perder en muchos momentos, pero no podemos aceptar quedarnos en el banco de los suplentes. M. L. K. analizó las causas de su lucha y las consecuencias de una posible renuncia. Y así, pese a la caída, se levantó. Reaccionó como Beethoven, el genio de la música. Vamos a conocer un poco de la historia de este gran compositor.

## La sordera de Beethoven y sus sueños

Nada es más grave para un músico que perder la audición. Beethoven, uno de los genios de la música, la perdió después de haber realizado hermosas composiciones.

Los recursos médicos ineficaces lo llevaron a sumirse en una profunda crisis psíquica. Sus pensamientos se agitaban como olas rebeldes; su emoción se volvió un cielo sin estrellas. No había flores en los suelos de la vida. Perdió el amor por la existencia. Dejar de oír y componer obras musicales equivalía a quitarle todo suelo en que apoyarse. Llegó a considerar el suicidio.

Pero sucedió algo. Cuando todos creían que sus sueños habían quedado sepultados

bajo el inquietante silencio de la sordera, surgieron poco a poco los sueños más espectaculares en el terreno árido de sus emociones. Ante su lastimosa condición, él decidió superarla.

Ante su sordera, Beethoven podía callar, o luchar contra ella y hacer lo que nadie había hecho jamás: producir música aunque no la oyera. Y así, a pesar de estar sordo, aprendió a oír lo inaudible, aprendió a oír con el corazón. No renunció a la vida; por el contrario, la exaltó. Vencieron los sueños. Y el mundo ganó.

Con indescriptible sensibilidad, Beethoven compuso bellísimas obras después de quedar sordo. Entre otros prodigios, percibía las vibraciones de las notas en el suelo.

La teoría de la inteligencia multifocal revela que las vibraciones del suelo producían ecos en su memoria y abrían incontables ventanas en las que se encontraban antiguas composiciones que, a su vez, se reorganizaban, liberando su creatividad y permitiéndole componer nuevas y fascinantes obras.

Cuando en el complejo teatro de la mente humana hay sueños, los sordos pueden oír melodías, los ciegos pueden ver colores, los decaídos pueden encontrar fuerzas para continuar. Los sueños tienen el poder de conducirnos a alturas impensables. ¡Ojalá fuéramos todos soñadores!



M. L. K. era el Beethoven de los derechos humanos. Oía los sonidos conmovedores de las víctimas del rechazo. Oía el dolor reprimido en los resquicios de los que eran considerados indignos de ser libres. Oía a las madres que lloraban al saber que sus hijos no tenían futuro. Oía a los ancianos que gemían inconsolables por la humillación pública. Oía a los jóvenes impedidos de entrar en las escuelas, preguntándose: “¿Por qué?”.

Esos sonidos lo empujaban hacia el epicentro del terremoto social. Estimulaban su lucha, aun cuando se hallaba en la cárcel. Luchaba por aquello en lo que creía, sin lastimar a los agresivos. Luchaba como un poeta de la sensibilidad.

En las empresas, escuelas, instituciones, iglesias, sinagogas, mezquitas, necesitamos hombres y mujeres que vean más allá de la imagen y oigan más allá de los límites del sonido.

### Un artesano de la psiquis

Por su refinada percepción de la sociedad, basada en sus pasiones, deseos y personalidad (Chauí, 2000), M. L. K. salió del caos, decidió escalar los peñascos agrestes de la inseguridad y dar un giro drástico a su vida. Su comportamiento sorprendió a la psiquiatría y la psicología.

A pesar de no conocer la teoría de las ventanas de la memoria y no tener conciencia de que el dolor del rechazo estaba contaminando el delicado suelo de su inconsciente, él aprendió poco a poco a actuar intuitivamente como su propio terapeuta. Reescribió su historia.

Montaigne, el agudo pensador francés, decía siglos atrás que “no hay nada más tonto

que actuar siempre obedeciendo a una misma disciplina”. Por ser un soñador, M. L. K. no cometería esa tontería, no se dejaría anular por sus actitudes.

Organizaba una suerte de mesa redonda para debatir sus conflictos y sus crisis, y de ese modo dejaba de ser un siervo de sus traumas. Encontró la verdadera libertad, la que se esconde en lo más íntimo de nuestro ser.

Los grandes pensadores siempre fueron eximios cuestionadores que utilizaron el arte de la duda y la crítica para abrir el mundo de las ideas. Por desgracia, en un mundo tan apresurado y ansioso, la educación ha despreciado las herramientas de la duda y la crítica, que constituyen la lana y la aguja que tejen la inteligencia; vale más la cantidad de información que su calidad. El noventa por ciento de las informaciones son inútiles, nunca se utilizarán, y ni siquiera se recordarán.

Nada es tan peligroso para aprisionar la inteligencia que aceptar pasivamente las informaciones. John Kennedy dijo: “El conformismo es el carcelero de la libertad, el enemigo del crecimiento”. Al parecer, millones de jóvenes estadounidenses han olvidado o desconocido su enseñanza. Prefieren el conocimiento preelaborado, rápido. Ingieren el conocimiento como si fuera una hamburguesa.

Como resultado de su paseo interior, M. L. K. aprendió otras nobles funciones de la inteligencia multifocal: exponer sin miedo sus ideas en vez de imponerlas, ser líder de sí mismo antes que ser líder del mundo, pensar antes de actuar, reaccionar positivamente a elementos nuevos, ocupar el tiempo en forma productiva, y no ser esclavo de los pensamientos negativos.

Según Gowan y Torrance (Alencar, 1986), estas características son típicas de los genios. Más aún: la genialidad más profunda no es la que proviene gratuitamente de la herencia genética, sino la que se acumula en la inteligencia a lo largo de la vida.

M. L. K. se convirtió en un gran líder. Un excelente líder no es el que controla a sus liderados, sino el que los estimula a hacer elecciones. No es el que infunde miedo, sino el que inspira a creer. No es el que produce pesadillas, sino el que hace soñar.

Nuestro joven comenzó a liderar movimientos de masas. Estos movimientos empezaron a tener eco social. Antes de que pasara mucho tiempo, se produjo un resultado conmovedor: el Tribunal Supremo de su país abolió, en diciembre de 1956, la segregación en los autobuses. Los negros podrían viajar en los mismos vehículos públicos que los blancos.

Al principio, los negros subían a los ómnibus un poco desconfiados, temerosos. Mientras giraban las ruedas, muchos viajaban también por dentro de sí mismos, sintiendo el agradable sabor de la inclusión social. No es necesario tener dinero, fama o estatus social para ser rico. El que es respetado como ser humano posee el mundo.

¿Cuántos portadores del virus del sida sufrieron —y sufren todavía— la segregación? ¿Cuántos millones de árabes son discriminados porque algunos terroristas son musulmanes? ¿Cuántos inmigrantes ilegales se sienten una escoria social por no tener la ciudadanía del país que los hospeda? ¿Cuántos consumidores de drogas se sienten marcados a fuego como los animales en el campo?

La anulación de la segregación en los transportes públicos significó una victoria. Sin

embargo, fue apenas un escalón de la enorme escalera de los derechos humanos. Los sueños continuaron; los peligros se multiplicaban. El joven pacifista viviría glorias y abucheos, ganancias y profundas pérdidas.

## Las secuelas de las discriminaciones perduran por siglos

M. L. K. sabía que la discriminación causaba heridas en la personalidad de su pueblo, pero como no era investigador de la psicología, no entendía hasta dónde llegarían esas cicatrices inconscientes. Si el pueblo lo supiera, tendría más agallas para luchar.



Las experiencias discriminatorias se archivan con intensidad en los suelos de la memoria, contaminando el inconsciente colectivo (Jung, 1998). Esas zonas de conflicto no sólo pueden minar una generación, sino que se transmiten durante dos, tres o más generaciones.

¿De qué manera se transmiten? No mediante la genética, sino a través de un complejo aprendizaje absorbido por medio de gestos, reacciones, miradas, chistes peyorativos, desigualdades, dificultades en el ascenso social.

Ciertos trastornos psíquicos, como la obsesión por las enfermedades y la higiene, o el perfeccionismo, se transmiten asimismo mediante la relación entre padres e hijos, y tardan varias generaciones en alcanzar una remisión espontánea.

Cuando los hijos ven miles de veces a una madre o un padre que se preocupa en exceso por las enfermedades y muestra reacciones desesperadas ante una tos o una fiebre sin importancia, registran esas experiencias, generan zonas de conflicto, construyen ventanas enfermas que se leen a diario y reproducen la obsesión de los padres.

Si no tiene lugar una intervención consciente de la propia persona para modificar su historia, o una intervención psicoterapéutica para tratar esas zonas de conflicto, sólo los nietos o los bisnietos tendrán la oportunidad de liberarse de tal obsesión.

Cuidar la calidad de la imagen que transmitimos a nuestros hijos equivale cuidar la calidad de su vida. Si las dolencias psíquicas se transmiten culturalmente, ¡imagina cómo se transmiten las enfermedades sociales como la violencia y la discriminación! En su intención de expulsar el terrorismo de la faz de la Tierra, George W. Bush multiplicó por diez la formación de jóvenes terroristas.

La crisis social, la invasión de territorios, las muertes en combate generan experiencias dramáticas en los suelos de las emociones. Archivadas por el fenómeno RAM, generan ventanas de memoria con alto nivel de tensión que, una vez accionadas, bloquean la racionalidad del y fomentan la agresividad. Como científico estudioso de estos fenómenos psíquicos, quedo perplejo.

El terrorismo ha violado un tabú inimaginable de destrucción. Ha generado la “locura consciente”. Las personas expresan su odio matándose para matar a otros. Es el último grado de la locura de nuestra especie. Las imágenes de los ataques terroristas se registran en el inconsciente de millones de personas y causan diversos tipos de daños.

El terrorismo no se combate con armas, sino con flores que difundan el perfume de la comprensión. Es necesario tomar conciencia de que nuestra especie está enferma. El filme del inconsciente no se reedita con reacciones agresivas, sino con el diálogo. Al fin y al cabo, todos somos víctimas y victimarios, agresores y agredidos. La agresión genera ventanas que alimentan, a su vez, las reacciones agresivas, cerrando así el ciclo fatal.

Las estadísticas demuestran que los soldados israelíes renuncian a la vida. Mueren más por suicidio que en combate. La emoción no soporta tanta sobrecarga de violencia. Si esos jóvenes —que deberían estar divirtiéndose en fiestas— se están matando, imagina lo que ocurre en los suelos inconscientes de los niños.

Los niños judíos y palestinos, inocentes en esta guerra de adultos, están destruyendo su futuro emocional: perderán su amor por la vida, padecerán de angustia crónica, miedo permanente al mañana, tristeza. El terrorismo provoca innumerables estragos. A más largo plazo se producirá la formación de zonas de conflicto en el inconsciente colectivo y la destrucción de los sueños de varias generaciones.

Los jóvenes deben criticar la violencia del mundo, para que la violencia registrada en ellos se reedite a diario. Necesitan soñar con el futuro. No pueden vivir alienados, preocupados sólo por el placer inmediato. Es preciso que proclamemos, en las escuelas, en las iglesias, en los clubes, en las empresas, que vale la pena vivir la vida.

Necesitamos soñar con una especie más feliz. Necesitamos abrazar a las personas diferentes. Necesitamos decir todos los días que no somos estadounidenses, brasileños, judíos, árabes, sino que somos seres humanos. Necesitamos convencernos, aunque nos lleve décadas, de que la vida es un espectáculo imperdible.



Abraham Lincoln había liberado a los esclavos mediante la Constitución. La discriminación se había eliminado en la ley, pero no en las páginas del libro psíquico. Los gestos, las reacciones, la desigualdad continuaban generando millones de estímulos que alimentaban la discriminación. Las generaciones futuras seguían teniendo cicatrices. Cien años después, M. L. K. luchaba contra sus secuelas.

Cuando los profesores de Historia hablan de la esclavitud, el terrorismo, el nazismo, las guerras, y se limitan a brindar sólo informaciones, sin teatralizar sus clases y hacer que los alumnos se pongan en el lugar de los que sufrieron, no generan conciencia crítica. Este tipo de enseñanza puede resultar nocivo, pues lleva a la insensibilidad frente a las atrocidades humanas.

Mientras luchaba contra los dramas de su pueblo, M. L. K. luchaba también contra su propio drama, contra las secuelas de la discriminación que se hallaban archivadas en su inconsciente, desde hacía siglos.

Sólo podría realizar sus sueños si superaba las ideas negativas, vencía la humillación y se libraba de los tentáculos de la timidez y la baja autoestima. Sus mayores enemigos estaban en su interior; sólo ellos podrían acallar su voz.

Contagiando a las personas con sus sueños

Más adelante, las presiones ejercidas por M. L. K. lograron liberar para los negros el acceso a lugares públicos. La sonrisa volvió al rostro de muchos. En los lugares donde entraban, miraban fascinados el interior de los edificios, los objetos y los muebles. Los blancos ya no admiraban la estética de los objetos y los edificios, pues estaban psicoadaptados, pero los negros reaccionaban como niños, descubriendo el mundo prohibido.

Algunos negros ancianos se detenían ante los cuadros de los museos y exclamaban para sí: “Qué lindo es todo”, “Qué creativa es nuestra especie”. Pensaban por un momento que, si los pintores, los escultores, los poetas dominaran el mundo, habría más colores en la sociedad.

Sentían cuán pocos son los políticos verdaderamente preparados para el poder. El poder los seduce, los hace fuertes para recibir aplausos, pero tímidos para atender las necesidades de los demás.

M. L. K. continuaba su lucha. Los movimientos se expandieron hasta volverse incontrolables. Dirigió una marcha de 250.000 personas y pronunció un discurso en el que contó su sueño de ver a negros y blancos juntos. Los resultados de esa marcha fueron la Ley de los Derechos Civiles y la Ley de los Derechos de Voto.

Él se conmovía con cada conquista. Quedaba extasiado al ver a los niños que corrían libremente por las calles. Exigía poco para ser feliz. Los que exigen mucho son verdugos de sí mismos.

Tiempo después, en el lanzamiento de uno de sus libros, , ocurrió un grave accidente. Sufrió un atentado durante una sesión de autógrafos. Una mujer negra de mediana edad, que había pasado por varios hospitales psiquiátricos, le clavó un abrecartas en el pecho.

El dolor era intenso. La sangre que fluía no era la de un valiente insensible, sino la de un soñador que amaba a Dios y a la humanidad. Lo llevaron con urgencia al hospital y lo sometieron a una cirugía muy delicada. Sobrevivió.

Mientras el dolor le cortaba las emociones, ponía en práctica la técnica del : se detuvo a interiorizarse y reflexionar sobre su vida y los sucesos que la rodeaban. Resultaba difícil entender por qué alguien de su mismo color quería quitarle la vida. Muchos sucumben a las señales externas, se dejan dominar por malos presagios; pero no era tal el caso de M. L. K.

Es muy probable que la mujer que lo hirió haya proyectado en él sus fantasmas inconscientes, entre ellos las secuelas de la discriminación. En su paranoia, identificó a M. L. K. con los personajes perturbadores de sus delirios. Cuando no matamos nuestros monstruos psíquicos, los proyectamos en alguien cercano (Freud, 1969).

Al recuperarse, M. L. K. comenzó a participar en varias marchas de protesta, y poco a poco fue sumando nuevas conquistas. Las manifestaciones se volvieron habituales, y también los accidentes del camino.

De pronto lo detuvieron, junto con estudiantes universitarios, cuando participaba en un acto público. En la prisión, la escasa iluminación contrastaba con la luz de sus sueños. Apoyaba la cabeza contra las rejas, aferraba con las manos los fríos barrotes de hierro y viajaba por el mundo de las ideas. De sus ojos húmedos caían lágrimas que le recorrían

los surcos de la cara. No se resignaba.

Al año siguiente volvió a la cárcel. Enfrentó una vez más las planicies de la soledad. Para muchos la soledad es una compañera intolerable, pero para los soñadores es una invitación a la reflexión. Los que alimentan grandes proyectos necesitan una dosis de soledad para elaborar sus sueños.

La juventud actual no soporta una hora de soledad. Enseguida lanza el grito de “¡No tengo nada para hacer!”. Los jóvenes no soportan la soledad porque no se soportan a sí mismos. No saben liberar su creatividad ni contemplar lo bello.

Ellos no tienen la culpa. El capitalismo salvaje los ha transformado en consumidores voraces, de un apetito emocional insaciable. Son víctimas del síndrome del pensamiento acelerado [SPA]. Son ansiosos. La ansiedad es enemiga del silencio. Si aprendieran a usar la soledad para la introspección, encontrarían la fuente de la tranquilidad.

M. L. K. seguía el camino inverso al de la juventud actual. Consumía muchas ideas y pocos productos; se embriagaba con la solidaridad, no con el individualismo. Aunque las amenazas aumentaban, su audacia progresaba. Era el actor principal de su historia. Salió de la prisión fortalecido.

Poco después participó en las Jornadas por la Libertad. El deseo de libertad es una llama inextinguible. Él se aquietaba bajo el calor de las amenazas, pero nunca perdía el impulso. La historia cuenta con ejemplos elocuentes. Ninguna dictadura sobrevivió. Pido disculpas por insistir: la única dictadura que sobrevive es la del consumismo y la del síndrome SPA. Ambas estremecen la psicología.

Al año siguiente, M. L. K. fue detenido otra vez. Aunque sólo tenía treinta y cuatro años, había vivido una secuencia de presiones sociales que no habían experimentado muchas personas maduras.

Luego, durante una permanencia de ocho días en la cárcel, escribió la “Carta desde una prisión de Birmingham”, una carta abierta dirigida a un grupo de sacerdotes blancos de Alabama. Pedía el apoyo de todos los blancos que decían amar a Dios.

Quería que esos líderes entraran en el sueño de Dios. Dios no tiene color, no tiene raza, no discrimina, no rechaza, no hace distinción entre las personas. M. L. K. creía que la tolerancia es la herramienta de los inteligentes, y la solidaridad, la de los sabios. Abrazaba el riquísimo pensamiento de San Agustín: “En la esencia somos iguales, en las diferencias nos respetamos”.

La desesperada lucha de M. L. K. por los derechos humanos se volvía un bálsamo que contagiaba a poetas, estimulaba a pensadores, conquistaba otras naciones. Después llegó el reconocimiento. Recibió el premio Nobel de la Paz. Una alegría arrebatadora lo embargaba. Ganó más fuerzas para luchar. El premio Nobel de la Paz está destinado a gladiadores que utilizan el diálogo como instrumento de transformación del mundo.

Su filosofía de “no violencia” se basaba en los principios del Maestro de Maestros, en la psicología del perdón, en la inclusión, en el sólido amor al prójimo, en la comprensión de las causas que se esconden detrás de la cortina de los comportamientos. Su filosofía, además, se basa en el pacifismo de Gandhi, que también recibió fuerte influencia de Jesucristo.

Esta es la historia de MARTIN LUTHER KING.

## Cerrando los ojos para la vida

La emoción por el Nobel fue grande, pero no lo suficiente para cicatrizar sus heridas emocionales. Años después, pronunció su discurso “Más allá de Vietnam”. Viajó por su país defendiendo sus ideas.

Su oratoria alzaba el vuelo del espíritu humano, inspiraba a sus oyentes, los transportaba hacia las más altas cumbres de la sensibilidad. Después de tantas batallas, llegó el año 1968. El 3 de abril pronunció un inflamado discurso, vibrante; puso toda su alma en él. Sus palabras oxigenaron a los sofocados que ansiaban el aire de la fraternidad.

La gente le daba fuertes abrazos. No eran pocos los que lloraban. M. L. K. acariciaba la cabeza de los ancianos y agradecía sus miradas dóciles. Decía con su expresión: “¡Vamos a lograrlo!”

Sin embargo, al día siguiente sucedió algo trágico. Abraham Lincoln había sido asesinado por un fanático, casi un siglo antes, por levantar la bandera de la libertad. Ahora llegaba el turno de que Martin Luther King cerrara los ojos a esta vida por el mismo motivo.

Un tirador blanco lo asesinó en Memphis, el 4 de abril de 1968. Murió por sus sueños. Murió uno de los más fascinantes personajes de la historia. La bala atravesó órganos, destruyó tejidos, produjo hemorragia, pero no estancó sus sueños.

## Hablando sobre los sueños

Martin Luther King murió muy joven, alrededor de los cuarenta años. No perseguía el estatus, los medios, la fama, la gloria; sólo aquello en lo que creía. Sus discursos inspiran hasta hoy a millones de personas a luchar por la igualdad y la libertad.

Para mí es un privilegio registrar en este libro una parte de uno de los discursos más bellos de Luther King, cuyo título es, justamente, “Yo tengo un sueño”. Tiene gran importancia, pues lo pronunció ante una multitud el 28 de agosto de 1963, desde lo alto del Lincoln Memorial, en Washington.

Bajo la bandera de Lincoln, Martin Luther King habló de manera muy profunda y conmovedora. Expuso su sueño de igualdad y justicia, con pensamientos lúcidos, aderezados con sensibilidad y regados con lágrimas.

I HAVE A DREAM [Yo tengo un sueño]

*Yo tengo un sueño, el de que un día esta nación se elevará y vivirá el verdadero significado de su credo... que todos los hombres son creados iguales...*

*Yo tengo un sueño, el de que algún día, en las rojas colinas de Georgia, los hijos de los antiguos esclavos y los hijos de los antiguos propietarios de los esclavos serán capaces de sentarse juntos a la mesa de la fraternidad. Esta es*

*nuestra esperanza...*

*¡Yo tengo un sueño! Con esta fe volveré al sur. Con esta fe arrancaremos de la montaña de la angustia un pedazo de esperanza. Con esta fe podremos trabajar juntos, rezar juntos, ir juntos a la cárcel, con la certeza de que un día seremos libres...*

*Cuando dejemos que la campana de la libertad taña en cada pueblo o aldea de todos los estados, de todas las ciudades, ese día estaremos preparados para levantarnos. Todos los hijos de Dios, blancos o negros, judíos o gentiles, protestantes o católicos, estarán listos para tomarse de las manos y cantar aquel viejo himno de los esclavos:*

*“¡Por fin libres!*

*¡Por fin libres!*

*Gracias a Dios todopoderoso,  
por fin somos libres.”*

## Capítulo 4

# UN SOÑADOR QUE DESEÓ CAMBIAR LOS FUNDAMENTOS DE LA CIENCIA Y CONTRIBUIR AL BIEN DE LA HUMANIDAD

A. C. tuvo una infancia difícil pero divertida. De adolescentes, sus padres trabajaban como agricultores. Padecieron enormes dificultades económicas. De su matrimonio nacieron seis hijos. Durante los primeros años todos dormían en una misma habitación, en una casa pequeñísima.

Con falta de espacio pero un corazón grande, la casa de A. C. era un desorden. Pero había alegría en la miseria y creatividad en la escasez. Los niños se hacían un festín con casi nada. El placer de vivir siempre ha circulado por los senderos de los que exigen poco para ser felices. Los que exigen mucho poseen un apetito psíquico insaciable.

Su madre era una fuente de sensibilidad. Afectuosa, dócil, amable; pero sufría de fobia social. Nunca salía sola de su casa. Era incapaz de levantarle la voz a alguien. Para contener las peleas de sus hijos, hacía las valijas y amenazaba con irse. Sin embargo, tomaba el camino que llevaba al fondo. Conmovidos, los niños le pedían que volviera y por ese día se aquietaban.

Cuando A. C. tenía cinco años, murió su canario. Un pariente cercano, con la intención de enseñarle el camino de la responsabilidad, le dijo que el canario había muerto de hambre porque él no lo había alimentado. Esa frase en apariencia inofensiva quedó registrada de manera muy profunda en las capas íntimas del inconsciente del chiquillo, y generó una ventana de alto grado de tensión. ¿La consecuencia?

Un gran sentimiento de culpa. El fenómeno del autoflujo, responsable de producir millares de pensamientos diarios para distraernos, generar sueños y placeres, se anclaba en esa ventana enferma y la leía a menudo. A. C. lloraba a escondidas pensando en el dolor del hambre de su canario.

Hay pequeños gestos que marcan una vida, y palabras dóciles que pueden resultar tajantes. No existen padres que no yerren intentando hacer el bien. ¿Cuántos maestros angustian a sus pequeños alumnos con actitudes irreflexivas? ¿Pero quién no hiere al que ama? Somos culpables, sin tener culpa.

La mejor actitud, cuando nos equivocamos, es reconocer el error y ofrecer disculpas. De esta manera, también enseñamos a los niños a equivocarse y superarlo.

Para los niños, peor que crecer con conflictos es crecer con ausencia completa de ellos, sin dificultades, sobreprotegidos, pues no adquieren defensas para sobrevivir en una sociedad estresante. Nunca se ha protegido tanto a la juventud de clase media y alta, y ésta nunca se ha sentido tan insatisfecha y ansiosa.

Por diversos motivos, a medida que crecía A. C. se volvió hipersensible. Los pequeños problemas le causaban gran impacto en el territorio de las emociones. Pero las dificultades de la vida, las rencillas con los hermanos, los juegos en las calles, estimulaban su personalidad. Se tornó dinámico, audaz, impulsivo, creativo.

## Soñando con las estrellas

El joven detestaba la rutina de los estudios. Vivía distraído, desconcentrado, desconectado de la realidad. Las dificultades iniciales de sus padres contrastaban con la grandeza de sus sueños.

Su padre, que padecía un problema cardíaco, desde temprano estimuló al hijo para que fuera médico. Embarcado en este sueño, A. C. ambicionaba no sólo ser médico, sino también científico. Deseaba descubrir cosas que nadie hubiera investigado, desentrañar enigmas ocultos a los ojos.

Era un sueño muy grande para alguien que consideraba la escuela como el último lugar donde le agradaba estar. Soñar ha sido siempre un fenómeno psíquico democrático: los pobres pueden soñar más que los acaudalados, los psicóticos pueden delirar más que los psiquiatras.

Para soñar basta con ser un viajero del mundo de las ideas y recorrer las avenidas del ser. El que no realiza este viaje, aunque recorra continentes, quedará paralizado ante el arte de pensar. El mundo de los sueños siempre ha pertenecido a los viajeros. *¿Tú eres uno de ellos?*

A. C. era famoso por sus comportamientos fuera de lo común. Era sociable y afectivo, pero muy irresponsable. Le gustaban las fiestas y rehuía de los compromisos. ¿Sabes cuántos cuadernos tuvo durante los dos primeros años de enseñanza media? ¡Ninguno!

Muchos de sus compañeros eran estudiantes ejemplares. Él era un desastre. Rara vez tomaba apuntes de las materias que daban en cada clase, salvo en algún caso extremo, en que pedía una hoja prestada.

No llevaba libros ni cuadernos a la escuela. Apenas se llevaba a sí mismo y, aun así, sólo se hallaba allí físicamente. Sus profesores eran ilustres, pero él no se adaptaba al sistema escolar.

Usaba ropa rara, el pelo siempre revuelto. Tenía obsesiones; por ejemplo, no le gustaba su propia frente, porque le parecía demasiado ancha, por lo que siempre intentaba tapársela con mechones de pelo. Distraído con sus ideas y con sus manías, cierta vez, caminando por la calle, se golpeó contra un poste. Quedó atontado, casi se desmayó.

Pese a todo, era un joven divertido. Tan divertido que, junto con un amigo, daba serenatas de madrugada con su guitarra. Sólo que ni él ni su amigo sabían tocarla. Resultado: los sonidos eran tan desagradables que las chicas nunca encendían la luz del cuarto para indicar que los escuchaban.

Cuando decía que quería ser médico, muchos se reían. Ni sus amigos más íntimos creían en él. Afirmar que quería ser científico equivalía a una herejía para alguien que no prestaba atención alguna en las clases. No apostaban a él ni por compasión. Él les daba motivos.

Sus padres no dejaban de incentivarlo. Un padre y una madre pueden ser maravillosos cuando observan en sus hijos lo que no ve nadie más, cuando apuestan a que ellos tienen oro en el corazón aunque sólo se vea la piedra bruta que lo cubre.

Llegó el momento en que A. C. dejó de jugar con la vida. Resolvió tomarla en serio.

No quería quedar a la sombra del padre; quería construir su propia historia. Dejó las fiestas, las salidas con amigos y decidió ir en pos de sus sueños.

El viejo dicho reza: “Árbol que nace torcido jamás su tronco endereza”. A los ojos de muchos, A. C. estaba condenado a ser un fracasado. Sin embargo, no era un pedazo de madera, sino un ser humano que, como cualquier otro, poseía un gran potencial intelectual reprimido. Ejercitó su capacidad de pensar y eligió sus caminos.

Tenía grandes sueños, lo que le daba una estupenda base para iniciar el camino. Ahora necesitaba otro elemento: la disciplina. Tuvo que disciplinarse para transformar sus sueños en realidad. Decidió estudiar en serio. Pagó un precio alto, pues debió abandonar muchas cosas y sacrificar horas de descanso.

Estudió más de doce horas por día para poder ingresar a la facultad de Medicina. Al principio sufría vértigo y se sentía atontado, pero perseveró. Sus sueños lo animaban, aliviaban su cansancio.

Los más íntimos se mostraban escépticos; los demás quedaban perplejos ante su disposición. Él tenía que seguir adelante, o entregarse. Era más fácil entrar en una facultad menos exigente. Sin embargo, renunciar a su sueño eran palabras que no figuraban en su diccionario.

Para algunos, su proyecto era una locura; para A. C. era el aire que lo oxigenaba. Cuando nadie esperaba nada de él, él germinó en la tierra estéril: ingresó en la facultad de Medicina.

A. C. parecía un joven alienado, pero en el fondo siempre había sido un cuestionador de todo lo que veía y oía. En la facultad no fue diferente. No tragaba las informaciones; trataba de digerirlas. A veces sufría de indigestión intelectual y se granjeaba algunos problemas por su osadía de pensar. Difícilmente aceptaba una idea sin cuestionar su contenido, aunque no dispusiera de muchos elementos para juzgarla.

Su memoria no era privilegiada, pero poseía una refinada capacidad de observación, un deseo ardiente de escapar de la mediocridad y crear cosas originales. Era tan crítico que a veces discrepaba con sus profesores de psiquiatría y psicología. Su actitud era intrépida. ¿Cuál era el resultado de esta actitud?

Escribía la materia en sus cuadernos de manera diferente de como se la enseñaban. ¿Cómo puede un mero estudiante discrepar con sus cultos profesores? No se sabía si era un caprichoso, una persona ajena a la realidad o un amante de la sabiduría. Tal vez fuera una mezcla de todo.

Poco a poco moldeó en su personalidad tres características que escasean en la actualidad: el arte de la crítica, valentía para pensar y osadía para ser diferente.

El miedo a pensar de un modo diferente ha acartonado mentes brillantes. Muchos profesionales, empresarios, ejecutivos y estudiantes han ahogado sus ideas bajo el manto de la timidez y la inseguridad. La inteligencia siempre necesita del oxígeno de la audacia para respirar.

Un accidente emocional

A. C. superaba con facilidad el estrés de las pruebas y las dificultades de la vida. Daba la impresión de que nada exterior a él pudiera alterarlo. Aún no conocía las trampas de la emoción. Hasta que en las vacaciones de segundo para tercer año experimentó el más alto umbral del dolor humano. Sufrió una crisis depresiva.

Según creían los demás, la depresión era lo último que él podría padecer. Era sociable, chispeante, seguro de sí, intrépido, un enamorado de la vida. Pero sus conflictos internos, los pensamientos perturbadores y la influencia genética (su madre había sufrido depresiones) lo condujeron a un caos emocional.

La carga genética no determina si una persona tendrá o no depresión. Sólo en algunos casos puede generar una sensibilidad emocional exagerada que hace que los pequeños problemas causen un gran impacto interior. No obstante, la educación y la capacidad de superación del “yo” pueden lograr que las personas hipersensibles aprendan a protegerse y, así, evitar el riesgo de la depresión.

A. C. no había aprendido a proteger sus emociones. Tampoco sabía que esto era posible. Se deprimió. Lloró sin lágrimas. Sin embargo, nadie advirtió su crisis; él la escondió de sus compañeros y de las personas más cercanas.

Como muchos, temía que no lo comprendieran, que lo excluyeran. Prefirió silenciar el dolor que gritaba en el territorio de la emoción. Su actitud fue inadecuada y generó riesgos innecesarios, pues la depresión es una enfermedad tratable.

Nuestro joven andaba cabizbajo y angustiado. No entendía qué era la depresión, sus causas y consecuencias, pues aún no había recibido clases de psiquiatría sobre el tema. Sólo sabía que sentía una profunda tristeza y opresión en el pecho.

Su mente estaba inquieta, sus pensamientos acelerados y pesimistas. No era amigo de la noche ni compañero del día: padecía de insomnio y falta de motivación. La alegría lo abandonó como se secan las gotas de agua con el calor.

Sus amigos se hallaban cerca, pero inalcanzables. Se sentía aislado, sumido en la más profunda soledad. Nada lo animaba. El joven extrovertido y seguro había sido derrotado por la peor derrota, la que se inicia de adentro hacia afuera. Perdió la guerra sin nunca haber enfrentado la batalla. La guerra por el placer de vivir.

Sin embargo, cuando la esperanza flaqueaba, surgió algo nuevo. Retornó a su interior. Empezó a cuestionarse cuál era el sentido de su vida y cuál era su postura ante el propio sufrimiento.

Advirtió que se había resignado a su drama emocional, que no luchaba interiormente, que era un esclavo sin grilletes. Se dio cuenta de que había sofocado sus sueños, el sueño de ser científico y ayudar a la humanidad. Entonces decidió dejar de ser víctima de sus padecimientos psíquicos e intentar convertirse en director del teatro de su psique.

Comenzó a seguir la trayectoria de Beethoven, de Martin Luther King, de Abraham Lincoln y de todos los que no se resignaron a la cárcel psíquica. Decidió ir a la lucha contra el peor enemigo, el que no se ve. Empezó su batalla dentro de sí mismo. Procuró indagar en su caos y entender los fundamentos de su crisis. Criticaba su dolor y cuestionaba sus pensamientos negativos.

Einstein quería explicar las fuerzas del universo, la relación espacio-tiempo. A. C.

quería, en su desesperación, explicar las fuerzas que regían el caos del campo de la energía psíquica. Penetró en los cimientos de su dramático conflicto. Fue audaz.

En ese trayecto entendió que, cuando las personas sufren y más necesitan de sí mismas, no hacen introspección sino que se abandonan. *¿Tú te abandonas en los momentos difíciles?*

Vio que las sociedades modernas se han convertido en una acumulación de personas que huyen de sí mismas. Están solas en medio de la multitud, en las escuelas, en las empresas, en las familias.

A. C. aprendió con rapidez una gran lección de la inteligencia: *“Cuando el mundo nos abandona, la soledad es superable, pero cuando nos abandonamos nosotros mismos, la soledad es casi insoportable”*.

Nace un gran observador

A. C., aunque inmaduro, no se autoabandonó. Empezó a mantener largos diálogos consigo mismo. Aunque inexperto, su intuición creativa y el deseo ardiente de superar su caos secreto lo llevaron a descubrir una técnica psicoterapéutica que habría de revolucionar su vida y la de sus futuros pacientes: “la mesa redonda del yo”.

“La mesa redonda del yo” es el resultado del deseo consciente del ser humano de debatir con todos los actores que causan las enfermedades psíquicas —como el síndrome del pánico, la depresión, la ansiedad—, ya sean actores del pasado (contenidos en el inconsciente) o del presente (pensamientos, sentimientos y causas externas). Es una técnica que fortalece la capacidad de liderazgo del “yo” y estimula el arte de pensar.

En esta técnica, el “yo”, como agente consciente, decide ser el actor principal del teatro de la mente, y ya no más un actor secundario o, lo que es peor, un espectador pasivo. Comienza a liberar su creatividad para criticar, confrontar, discordar y repensar las causas que promueven los conflictos, y para actuar contra los pensamientos negativos, las ideas enfermizas y las emociones perturbadoras generadas por esos conflictos.

Esta técnica es un buceo interior. A. C. la utilizó para dejar de ser pasivo. Sin tener conciencia de ello al comienzo, reunió las bases analíticas y cognitivas de la psicoterapia que iría a desarrollar. La primera investiga las causas y la segunda actúa en el escenario de la mente. En la psicología moderna estas dos bases estaban separadas.

Nuestro joven debatía consigo mismo las causas conscientes e inconscientes de su depresión y, al mismo tiempo, confrontaba sus pensamientos derrotistas.

Empezó a criticar su sumisión a la depresión. Se preguntaba: “¿Por qué estoy deprimido? ¿Dónde comenzó todo? ¿Por qué soy esclavo de las ideas que me angustian? ¿Me niego a ser esclavo de mis pensamientos? ¿No me resigno a ser pasivo?”.

Sostenía un debate inteligente y seguro en el teatro de su mente. Gritaba en el silencio. ¿El resultado? Nació así un refinado observador del funcionamiento de la mente que poco a poco se convirtió en autor de su propia historia.

La depresión no fue lo bastante fuerte para aprisionarlo. Emergió de ella más fuerte,

humilde y comprensivo. Sus sueños se expandieron y volvieron a florecer como un campo de girasoles en las planicies áridas de la angustia.

Descubriendo que el tiempo de la esclavitud no ha terminado

El trastorno emocional de A. C. lo llevó a observar el dolor desde otro ángulo. Entendió el gran dilema expuesto en este libro, que siempre han enfrentado los soñadores: el dolor nos construye o nos destruye. Él prefirió usarlo para construirse.

La depresión fue un instrumento maravilloso para humanizarlo y convertirlo poco a poco en un científico de la psicología. Encontró una fuente de júbilo al bucear dentro de sí y descubrir lo fantástico que es pensar, lo fascinante que es existir, lo espectacular que es tener emociones, aunque sean dolorosas.

En este recorrido interior reconoció con toda convicción que somos los mayores verdugos de nosotros mismos. Sufrimos por cosas banales, nos angustiamos por acontecimientos del futuro que tal vez ni siquiera ocurrirán, gravitamos en torno de problemas que nosotros mismos creamos.

Los conflictos intangibles dejaron de asombrar a A. C. Perdió el miedo a los monstruos escondidos entre los bastidores de su mente. Los enfrentó. Y experimentó un gran alivio.

A esa altura de la investigación, comprendió que uno de los mayores errores de la psiquiatría y de la educación clásica es el de transformar al ser humano en un espectador pasivo de sus trastornos psíquicos.

Advirtió que entrenar al “yo” para ser líder de sí mismo es fundamental para la salud psíquica. Entendió que casi la totalidad de las personas tiene un “yo” mal formado que no maneja sus pensamientos ni protege sus emociones de manera adecuada.

Quedó impresionado con la paradoja del sistema social. Aprendemos a conducir autos, a organizar la casa, a dirigir una empresa, pero no sabemos dirigir ni intervenir en nuestras ideas y emociones tensas. Somos tímidos donde deberíamos ser fuertes. Somos prisioneros cuando deberíamos ser libres.

Se preguntaba con frecuencia: ¿Qué clase de ser humano es el que gobierna el mundo exterior pero es frágil para gobernar su mundo psíquico?

Al estudiar con dedicación la construcción de la inteligencia, A. C. empezó también a comprender algo que lo incomodó: el tiempo de la esclavitud no había terminado. Abraham Lincoln, Luther King y muchos otros lucharon contra la esclavitud y la discriminación, pero ¿dónde están las personas libres?

Empezó a pensar que, aunque vivamos en sociedades democráticas, con frecuencia nos hallamos sometidos a la cárcel de las emociones, el mal humor, las preocupaciones por la existencia, la tiranía, el estrés, la dictadura de la estética, la paranoia del estatus social y de la competencia predatoria. Las personas viven porque están vivas, pero rara vez se plantean qué es la vida, por qué sienten tanta angustia o por qué cosas vale la pena luchar.

Él se preguntaba: “¿Dónde están las personas cuya mente es un escenario de

tranquilidad? ¿Dónde están las que contemplan lo hermoso, las que extraen placer de las pequeñas cosas, que invierten en aquello que el dinero no compra?”. Las buscaba en el tejido social y no las encontraba.

Años después, cuando se recibió de psiquiatra, A. C. aplicó en sus pacientes las técnicas y los conocimientos que desarrolló en aquella época. Su primer paciente sufría un grave y crónico síndrome de pánico relacionado con una fobia social. Hacía doce años que no salía de su casa, no iba a fiestas, no visitaba amigos. Era un prisionero dentro y fuera de sí.

A. C. intentó comprender las causas psíquicas y sociales de su conflicto y le pidió que pusiera en práctica la mesa redonda en su fuero íntimo y que desarrollara el arte de la crítica y de la duda contra su mazmorra psíquica.

El paciente rescató el liderazgo de su “yo”. Dejó de ser víctima de sus conflictos y pasó a ser agente modificador de su historia. En pocos meses reeditó la película del inconsciente. Resolvió el pánico y la fobia social. Encontró el tesoro de la psique: la libertad interior.

Experiencias como estas llevaron a A. C. a entender que todo ser humano posee un potencial intelectual reprimido bajo los destrozos causados por sus dificultades, pérdidas, enfermedades psíquicas y desempeño profesional. Felices los que lo liberan.

## Pensando el pensamiento

### Burlarse de las propias tonterías

Después de salir de la crisis depresiva, A. C. no interrumpió su viaje interior. Continuó investigando, tratando de descubrir cómo se transforman las emociones y analizar cómo se construye el mundo de las ideas. ¡Era una gran osadía! Rara vez los pensadores de la psicología entraron en ese campo del conocimiento.

Freud, Jung y Skinner utilizaron el pensamiento para producir la teoría sobre la personalidad. El joven estudiante de medicina anhelaba ir más lejos: quería investigar el proceso de construcción de los pensamientos. ¿El resultado? Nunca se había sentido tan confundido.

Aun así, poco a poco comprendió que cada pensamiento, hasta aquellos que consideramos más banales, es una construcción más compleja que la construcción de una supercomputadora.

Quedaba fascinado y perturbado cuando analizaba la forma en que penetramos en la memoria con la rapidez de un relámpago, en milésimas de segundo, y en medio de millones de opciones rescatamos con extremado acierto los elementos que construyen las cadenas de pensamientos.

Se convenció de que el *homo sapiens*, sea un intelectual o un mendigo, un rey o un súbdito, posee la misma complejidad de funcionamiento de la mente. Esta comprensión cambió la vida de A. C., lo hizo admirar a cada ser humano. La ciencia lo hizo amar la especie humana.

Se admiraba: “¡Qué locura es pensar! Somos una usina de pensamientos

extremadamente sofisticada, pero estamos tan atareados en lograr sobrevivir que no advertimos este espectáculo”.

Pensar el pensamiento se volvió para él lo que la pintura representaba para Da Vinci, la poesía para Goethe, la matemática para Galileo. Aunque en los primeros años se sintiera más confundido que seguro, su escalada científica lo llevó a entender que cada ser humano es un mundo que explorar. No existen diferencias en el funcionamiento de la mente humana. En el universo de la inteligencia no existen blancos, negros o amarillos.

¿Cuál es la diferencia entre judíos, árabes, estadounidenses y franceses? ¿Cuáles son las diferencias entre psiquiatras y pacientes? Las diferencias pueden ser culturales en la habilidad creativa, en la capacidad de organizar ideas, pero los fenómenos que construyen todas esas diferencias son exactamente los mismos. Nos encanta dividirnos, separar, discriminar, pero tenemos el mismo anfiteatro de los pensamientos. Esta comprensión cambió por completo la vida del joven científico. Entendió que los mismos “ingenieros” que construyen pensamientos en la mente de un científico también se hallan presentes en un niño con síndrome de Down. La diferencia radica sólo en la reserva de corteza cerebral, en el almacén de datos utilizados.

A. C. empezó a investigar esos fenómenos universales y a producir, de esta manera, ciencia básica para la psicología, la psiquiatría, la sociología, las ciencias de la educación. La ciencia básica es el cimiento de la propia ciencia. Sin ella, el conocimiento no se expande con naturalidad. En la química, la ciencia básica son los átomos y las partículas atómicas; en la biología, son las células y las estructuras intracelulares.

En la psicología y en las demás ciencias humanas, ciencia básica son los fenómenos que leen la memoria, construyen los pensamientos, transforman la emoción y estructuran el “yo”. A. C. investigaba ese área. Un área que representa la última frontera de la ciencia, pues descubre quiénes somos y qué somos.

En su sueño él no quería que la teoría compitiera con otras teorías, sino que pudiera producir ladrillos para unir, criticar y abrir avenidas de investigación para ellas. Aquél era su intrépido proyecto. Para él, las ciencias humanas se hallaban encerradas en tribus, teorías y disputas irracionales.

Cuestionaba el papel de la ciencia que produjo tantos avances tecnológicos, pero ninguno en el territorio de las emociones. Quería difundir la ciencia y humanizarla. La ciencia debería servir a la humanidad, y no la humanidad servir a la ciencia.

Fascinado con sus ideas, aunque distraído

En su facultad, muchos estudiaban el hígado, el corazón, los pulmones, pero a él le interesaba investigar la psique, el pequeño e infinito mundo que nos distingue como especie inteligente.

Cuando sus profesores terminaban de dar una clase práctica junto al lecho de pacientes con cáncer, cirrosis o enfisema pulmonar, sus compañeros salían, pero él se quedaba. Quería conocer la historia, los miedos, los retrocesos, los pensamientos y los sueños de sus pacientes. Le encantaba entrar en el mundo de ellos.

Entendió que cada ser humano, hasta las personas más complicadas, tiene una historia fascinante. Era capaz de observar durante horas y horas a un niño o mantener prolongadas conversaciones con ancianos. ¿Conoces tú los sueños y los miedos de tus personas más cercanas? Muchos padres, hijos, maestros, compañeros de trabajo, nunca conversan sobre estos temas.

Poco a poco, A. C. liberó su creatividad y su conciencia crítica. A pesar de tener buenos profesores de psiquiatría, extendió sus críticas a muchas ideas que le enseñaban. No estaba de acuerdo cuando hacían hincapié en la influencia de la alteración de ciertas sustancias químicas cerebrales, como la serotonina, en la formación de las enfermedades psíquicas (Kaplan, 1997). Para él, la mente humana era más compleja de lo que consideraban las neurociencias. La mente era algo más que una computadora cerebral.

Comprendía que en la base de la depresión y la angustia había diversos fenómenos psíquicos que actuaban sutilmente, y no sólo sustancias químicas. Como estudiaba la construcción de los pensamientos, advertía que el “yo” podía convertirse con facilidad en actor secundario en el teatro de la mente, incapaz de administrar los pensamientos perturbadores, las ideas fijas, los conflictos existenciales. Un “yo” frágil y sumiso abría las puertas a las enfermedades psíquicas.

Registraba todos sus descubrimientos. Los tiempos habían cambiado: en la adolescencia detestaba escribir; ahora escribía con placer. En cualquier lugar donde se encontraba hacía anotaciones: en un ómnibus, en la calle, en los pasillos de la facultad. Sus bolsillos siempre estaban llenos de papeles. Liberar el mundo de las ideas se volvió una aventura. Al final de la facultad, tenía varios cuadernos llenos de anotaciones.

De tanto pensar, se desconcentraba y se distraía. Cierta día, en que llovía mucho, al bajar del ómnibus abrió su paraguas. Al llegar al hospital de la facultad recorrió los extensos corredores y saludó a las personas que lo miraban sonriéndose. Se alegró de que lo miraran.

Después de caminar más de cien metros, subió al ascensor y de repente advirtió que llevaba el paraguas abierto. Miró un poco desconcertado a los demás, pero no se preocupó. Había aprendido a reírse de sus tonterías.

Si no se reía no sobreviviría, pues esas reacciones raras eran comunes en él. Al reír de sí mismo, su vida ganó en tranquilidad.

## Enfrentando con alegría las crisis conyugales

Empezó a salir con una estudiante de medicina. Cuando la relación se volvió más firme, la asustó al hablarle de su proyecto como científico y comentarle que deseaba cumplir un sueño y que invertiría su vida en lograrlo. Casarse con él significaba un riesgo. Enamorada, ella aceptó el desafío.

Se casaron cuando aún eran estudiantes: él comenzaba el sexto año; ella, el cuarto. Pasaron grandes crisis financieras. Durante el primer año de casados tenían un auto sencillo, pero les faltaba dinero para el combustible. El auto se paró quince veces en medio de la calle por falta de nafta.

Nadie entendía por qué un médico empujaba tanto su auto por la calle. Los vecinos creían que se trataba de un médico, pero en realidad se trataba de un obstinado estudiante de medicina. Un soñador sin dinero. Fueron papelones poéticos.

En su casa no había pollo, pescado u otros tipos de carne, no porque la pareja fuera vegetariana, sino porque las dificultades económicas eran tantas que no podían comprarlos. Su esposa iba al supermercado con una suma equivalente a diez dólares, y debía volver con cambio. Pero eran felices en la escasez. Aprendieron a obtener placer de las cosas simples.

En el último año de medicina, él escribía cuatro horas diarias. En esa época descubrió el fenómeno de la psicoadaptación: la incapacidad de las emociones humanas para reaccionar frente a la exposición repetida al mismo estímulo.

Ese fenómeno lo llevó a entender la pérdida de sensibilidad y la capacidad de reacción. Comprendió por qué los soldados nazis, pertenecientes a la nación que más premios Nobel había ganado hasta la década de 1930, en el siglo xx no reaccionaban al ver a los niños judíos que morían en los campos de concentración.

Entendió que el homo sapiens puede psicoadaptarse inconscientemente a todas las llagas sociales como las guerras, el terrorismo, la violencia, la discriminación, y formar así una resignación enferma. Lo anormal puede volverse normal. El “yo” puede tornarse impotente, frágil, destructivo y autodestructivo.

Entendió que la frecuente exposición al dolor de otro puede generar insensibilidad si no se la trabaja en la forma adecuada. En menor escala, los médicos, abogados, policías, soldados y cualquier persona que trabaje de continuo con el sufrimiento y las fallas humanas puede anestesiar sus sentimientos frente a las angustias ajenas.

Pueden hablar del dolor de los demás sin sentir nada. Se vuelven fríos y técnicos. Esta frialdad no es una protección, sino una alienación inconsciente.

## El rígido sistema académico

Fueron muchos los descubrimientos, aunque su producción de conocimiento todavía se hallaba en sus comienzos. Era un cuestionador que había aprendido a valorar los dos principales pilares que sustentan a los pensadores: el pilar de la filosofía, el arte de la duda, y el pilar de la psicología, el arte de la crítica. Comprendió paso a paso que el principio de la sabiduría no es la respuesta, sino la duda y la crítica (Durant, 1996).

Entendió que los que no aprenden a dudar y a criticar serán siempre siervos. La aceptación pasiva de las respuestas puede abortar el desarrollo de la inteligencia. Los psicópatas nunca dudaron de sí mismos, nunca criticaron su comprensión de la vida.

Comenzó a entender algo que lo perturbaba: el sistema académico, por ser fuente de respuestas preelaboradas, iba socavando la formación de los pensadores en todo el mundo. El conocimiento se duplicaba cada cinco o diez años, pero la formación de ingenieros de ideas estaba muriendo.

A pesar de tener en alta estima a los profesores, A. C. consideraba que el sistema académico se hallaba enfermo, pues formaba universitarios que consumirían

informaciones sin someterlas a crítica ni discusión. Los jóvenes se volvían meros repetidores de información, sin adquirir capacidad para enfrentar desafíos y asumir riesgos. El templo del conocimiento había perdido los fundamentos del libre pensamiento.

Después de terminar la facultad, buscó una importante universidad para continuar con sus investigaciones. Trató de abordar a un científico, doctor en psicología, para exponerle sus ideas. Le entusiasmaba la posibilidad de que lo incentivaran. Planteó su intención de investigar la construcción de las ideas, la formación de la conciencia y la naturaleza de la energía psíquica. ¿El resultado? Fue humillado.

El ilustre profesor le dijo: “¿Usted pretende ganar el Premio Nobel?”, y le cerró la puerta. A. C. quedó desanimado por algún tiempo. Sintió que el dolor del rechazo es una de las peores experiencias humanas. Pero aún creía en sus sueños.

Más adelante buscó otra universidad, todavía más importante. Esta vez se preparó mejor; en lugar de valerse de su locuacidad para argumentar, llevó un cuadernillo que contenía centenares de páginas en las que había apuntado sus ideas.

Se enfrentó a una mesa examinadora compuesta por ilustres profesores de psiquiatría y psicología. Creía que, aunque rechazaran sus conceptos, podrían al menos leer sus escritos y respetar su capacidad de pensar.

Una integrante de la mesa tomó su material y le preguntó de qué se trataba. Él abrió su cuadernillo e hizo un breve comentario. Ella lo interrumpió para preguntarle quién lo había orientado. A. C. respondió que se trataba de algo por completo nuevo, que no lo había orientado nadie.

¿El resultado? Fue más humillado aún.

La examinadora cerró el cuaderno de apuntes sin siquiera hojearlo. Exhalando autoritarismo y apoyada por los demás integrantes de la mesa, se lo devolvió, le dijo que en aquella universidad no había espacio para él y le aconsejó que retornara a su facultad e investigara bajo la orientación de sus profesores. Lo que ella ignoraba es que él tomaba nota de las materias de manera diferente de como se las dictaban.

Los miembros de la mesa no sabían que las grandes teorías, como la del psicoanálisis de Freud y la de la relatividad de Einstein, se generaron fuera de los muros de las universidades. No entendían que todo lo que es sistematizado cierra las posibilidades del pensamiento, contrae el mundo de las ideas. Una vez más el dolor del rechazo penetró en el alma de A. C.

Tras esas experiencias, hizo varios intentos de publicar sus estudios. Buscó muchas editoriales, esperó una respuesta durante meses. ¿Qué resultado obtuvo? El silencio. Ninguna editorial se tomó siquiera el trabajo de contestarle.

## Enterrando los sueños en la soledad del éxito

Después de esa tercera derrota, lo mejor que podía hacer era dejar de lado sus sueños. Debería abandonar la investigación y limitarse a ejercer la psiquiatría clínica. Tenía que sobrevivir. Por medio de las técnicas que aplicaba, muchos pacientes con trastornos psíquicos graves mejoraban de modo significativo su calidad de vida.

En su trayectoria de investigación, desarrolló funciones nobles de la inteligencia que lo ayudaron a influir en su ámbito y crear oportunidades. Era emprendedor, intrépido y cuestionador. Sobresalía con facilidad en diversas esferas.

El resultado fue un ascenso social meteórico. Comenzó a dar charlas sobre los conflictos psíquicos, y entrevistas a los medios. En menos de dos años aparecía en los principales canales de televisión de su país y había pasado a ser consultor científico de uno de los diarios más importantes del continente.

Ocupaba en los medios el espacio que ambicionaban muchos políticos, y alcanzó un estatus más alto que las personas que lo habían rechazado. Era una profesional reconocido y admirado. Sin embargo, algo andaba mal en su interior. No era feliz. ¿Por qué? Porque había enterrado sus sueños.

Los reflectores y los aplausos no hacían eco dentro de él. Sus amigos vibraban con sus éxitos. Pero la fama lo empujaba a una actividad intensa, y no le quedaba tiempo para hacer lo que amaba.

Advirtió que necesitaba hacer una difícil elección. Debería optar entre el estatus social y el mundo de las ideas. Tendría que decidir entre la fama y el sueño de generar ciencia para ayudar a la humanidad. Algunos podían conciliar estas dos cosas; A. C. no lo lograba.

En el auge de su éxito social, decidió abandonar todo y buscar el anonimato. Nadie lo apoyó, salvo su esposa. No existe nada tan hermoso como reconciliarnos con nuestros sueños, y nada tan triste como renunciar a ellos. Así encontró la alegría oculta, presa en lo más íntimo de su ser.

Queridos lectores: no sé si se han dado cuenta, pero la historia de A. C. es la historia de AUGUSTO CURY, mi propia historia. Decidí compartirla con ustedes para dar el ejemplo más cercano que conozco de alguien que lloró, atravesó crisis, renunció a sus sueños, los rescató y apostó a ellos.

Los sueños necesitan persistencia y valentía para realizarse. Nosotros los regamos con nuestros errores, flaquezas y dificultades. Cuando luchamos por ellos, no siempre las personas que nos rodean nos apoyan y nos comprenden. A veces nos vemos obligados a tomar actitudes solitarias, sin más compañeros que nuestros sueños.

Pero los sueños, por ser verdaderos proyectos de vida, rescatan nuestro placer de vivir y nuestro sentido de la vida, que representan la felicidad esencial que todos buscamos.

Cuando tomé la decisión de luchar por mis sueños, no imaginaba los accidentes que encontraría en el camino que me aguardaba. No tenía idea de que en algunos momentos mi mundo se vendría abajo y que no habría suelo donde pisar. Sólo sabía que habría riesgos, y que tendría que correrlos. Permítanme continuar.

## Un lugar inesperado

Quería encontrar un lugar especial para escribir. Salí de la capital de San Pablo y me dirigí al interior. Construí mi casa y mi clínica en medio de un bosque. También allí establecí mi consultorio. Empecé todo de nuevo. Sin embargo, me preguntaba: ¿Quién

acudiría a consultar a un psiquiatra en medio de un bosque? ¿Tendría que enfrentar una nueva crisis económica? Sin embargo, un año después tenía mi agenda completa.

Al vivir en medio de un bosque, sucedieron cosas poco comunes. En dos ocasiones entraron serpientes en el consultorio, situado frente a un hermoso conjunto de árboles nativos.

Con buen humor, enseñé a mis pacientes a pensar. Los calmaba diciendo que el problema no son las serpientes del bosque, que sólo atacan si se sienten amenazadas, sino las serpientes de las ciudades (la violencia social) y las serpientes de nuestra mente. Son ellas la que envenenan la salud psíquica. Nadie puede hacer tanto daño al ser humano como él mismo.

Mi principal objetivo como psiquiatra y psicoterapeuta consistía en estimular a mis pacientes a ser autores de sus historias. Cierta vez un ingeniero y profesor universitario me consultó por un grave cuadro obsesivo. Hacía veinte años que se atormentaba con innumerables imágenes diarias de un cuchillo que entraba en el pecho de su hijo o imágenes de su propio cuerpo mutilado en un accidente automovilístico.

Había pasado por once psiquiatras y consumido todo tipo de remedios, sin obtener mejoría. Lo habían diagnosticado, erróneamente, como psicótico, pues, a pesar de ser esclavo de las imágenes que lo asediaban, tenía conciencia de que eran irreales. En los últimos cuatro años se había aislado dentro de su cuarto, donde vegetaba y lloraba. Había vivido en un calabozo muy duro.

Al tratarlo, le expliqué lo que era la construcción multifocal de pensamientos. Le dije que debía gobernar sus pensamientos, o éstos lo dominarían. Lo incentivé a criticar cada pensamiento de contenido negativo y a reescribir su historia.

El ingeniero de profesión pasó a ser un ingeniero de ideas. Aprendió a manejar los pensamientos y proteger sus emociones. Al cabo de unos meses mejoró tanto que, por extraño que parezca, su esposa cayó en una depresión y hubo que someterla a tratamiento. No sabía quién era el que dormía a su lado, pues se había casado con una persona enferma.

En otra ocasión atendí a un paciente negro con bajísima autoestima, inseguro y bloqueado, tanto por sus problemas como por el hecho de no poder pagar la consulta. Al observar su bloqueo, lo miré a los ojos y le pregunté con firmeza: “¿Quién es más importante: usted o yo?”.

El paciente quedó perplejo con la pregunta. Respondió sin vacilar: “¡Usted!”. Reaccioné: “Nunca diga eso. Más allá de sus conflictos y su condición económica, usted es tan importante como yo, tan capaz como yo, tan digno como yo”. Durante el tratamiento, dejó de ser una marioneta de sus heridas psíquicas para comenzar a ser el director del escenario de su mente. Encontró rocío en sus mañanas.

Al investigar el funcionamiento de la mente y utilizar las herramientas psicológicas poco utilizadas por cada ser humano, muchos pacientes crónicos y con enfermedades resistentes explotaban el arte de pensar y daban un salto de calidad en su salud psíquica. Los resultados me llevaron a atender a pacientes de otros países.

No sólo ayudaba a mis pacientes, sino que también aprendía de ellos. Para mí, todos

tienen algo para enseñar, incluso un paciente psicótico, cuyos parámetros de la realidad están desorganizados.

Aprendí a amar tanto mi trabajo que lograba encontrar riquezas entre los escombros de los obsesivos, los ansiosos, los depresivos y hasta de las personas que pensaban en suicidarse.

Creo que todo ser humano posee herramientas para ser un pensador. El desafío consiste en llevar a cada uno a encontrarlas. El problema radica en que la gran mayoría de las personas conoce, como máximo, la sala de visitas de su propio ser. Puedes admitir que las personas no te conozcan, pero jamás debes ser un extraño para ti mismo.

## Una síntesis de dos descubrimientos

Mi producción científica se intensificó, obligándome a reducir mis consultas. Pasé a escribir más de veinte horas por semana, y después, treinta. Cierta vez me senté a las nueve de la mañana y me levanté de la silla a la una de la madrugada, sin ninguna interrupción. Estaba absorto en mis sueños.

Pasaron los años. Tuve tres hijas, a las que adoro. Me tomé el tiempo de penetrar en sus mundos y permitirles conocer mis aventuras, mis pérdidas, problemas y proyectos. Quería quedar fotografiado en los suelos de la memoria de ellas. Aprendieron a amar mis historias. No quería que me consideraran grande en lo exterior, sino en el corazón emocional de mis hijas.

Mi esposa siempre ha sido maravillosa. Me tenía una enorme paciencia, ya que, por escribir tanto, rara vez llegaba a tiempo a los compromisos sociales. El problema radicaba en que los años pasaban y mi teoría era tan compleja que no conseguía terminarla.

En una ocasión, mi hija Camila, que en esa época tenía once años, me hizo una pregunta fatal sobre mi libro, que sabía que estaba escribiendo desde antes de que ella naciera: “Papi, ¿cuándo vas a terminarlo?”

Me pasé las manos por la cara, la miré y no conseguí darle una respuesta. Entonces habló mi esposa y, en una de las raras veces que perdió la paciencia conmigo, le dijo: “Hija, tu padre nunca va a terminar ese libro, porque el día que lo termine se va a morir...”.

Por fortuna, pasados ya diecisiete años, terminé los postulados básicos de mi teoría y no morí. Escribí más de tres mil páginas. Lo digo con humildad, pero creo que hice importantes descubrimientos que tal vez reciclen algunos pilares de la ciencia durante el siglo xxi.

Es probable que esos descubrimientos lleguen a cambiar la manera como nos vemos a nosotros mismos, como entendemos nuestra especie. Somos más complejos de lo que la ciencia imaginaba.

El problema es que, a pesar de amar a mi país, sé que no valora a sus científicos, sobre todo a aquellos que desarrollan teorías, que son fuentes de investigaciones, fuentes de tesis.

Como los descubrimientos son muchos, citaré sólo algunos. Tienen innumerables

implicaciones que podrán sorprender al lector. Por favor, no te preocupes si no entiendes todos los temas que se mencionan a continuación, sobre todo porque yo mismo demoré casi dos décadas en entenderlos, y aún continúo aprendiendo.

**1. No existe recuerdo puro del pasado, como siempre ha creído la humanidad y como afirman millares de profesores y psicólogos de todo el mundo. El pasado siempre se reconstruye en el presente, con microdiferencias debidas a las variables multifocales que participan en el proceso de lectura de la memoria. El presente relee el pasado en un proceso continuo, lo que indica que en cada ser humano tiene lugar una revolución creativa.**

La primera implicación de este descubrimiento es que la educación, tal como se la practica en todos los países modernos —que enfatiza el proceso del recuerdo exacto—, está equivocada. Las pruebas escolares que exigen la reproducción fiel de la materia enseñada por los profesores destruyen la formación de pensadores y generan repetidores de informaciones.

La memoria no es un banco de datos, sino un soporte para la creatividad. Es posible asignar la nota máxima a un alumno que se equivocó en todos los datos. En las pruebas se debe analizar la inventiva, la originalidad, el razonamiento esquemático, y no sólo las informaciones objetivas.

**2. El registro en la memoria es involuntario y es producido por el fenómeno RAM (Registro Automático de la Memoria).**

Primera implicación: en dos años, los alumnos ubicados en hileras dentro del aula registran miles de imágenes que producen traumas psíquicos que pueden perpetuarse por toda la existencia. Esas imágenes generan un bloqueo intelectual, establecen una jerarquía entre los alumnos, producen timidez, inseguridad y dificultades para debatir ideas ante los demás. Millones de personas en el mundo padecen traumas producidos por las escuelas.

La educación moderna es generadora de enfermedades emocionales. Los alumnos deberían sentarse en semicírculo o en “U”, para poder ser cuestionadores de ideas, y no frágiles espectadores pasivos.

Segunda implicación: es posible estimular el fenómeno RAM de niños autistas, ampliar el registro de las experiencias psíquicas, expandir la capacidad de pensar y construir vínculos afectivo-sociales.

**3. La memoria se abre por ventanas que son territorios de lecturas, y es el estado emocional el que determina el grado de apertura de esas ventanas. Si las emociones son tensas, cierran las ventanas y bloquean la racionalidad, llevando al ser humano a reaccionar por instinto, como un animal. Si las emociones se hallan serenas y tranquilas, se abren las**

## **ventanas de la memoria y se expande el arte de pensar:**

Primera implicación: en los primeros treinta segundos de tensión cometemos los mayores errores de nuestra vida. Herimos a quienes más amamos. En ese lapso, muchos cometen suicidio, homicidios o actos violentos. La mejor respuesta, cuando estamos tensos, consiste en no responder en absoluto. Recurrir a la oración de los sabios: el silencio. Pensar antes de reaccionar.

Segunda implicación: en el aula debe haber música ambiente (clásica, de preferencia), para cruzar informaciones lógicas con el estímulo emocional provocado por la música. Este procedimiento, asociado con la disposición de los alumnos en “U” en el aula, reduce el estrés de profesores y alumnos, mejora la concentración y el rendimiento intelectual. También debería haber música ambiente en las empresas, en salones sin divisiones, para disminuir el estrés y mejorar el rendimiento intelectual de los empleados.

Ante este y otros descubrimientos, desarrollé el Proyecto Escuela de Vida,<sup>1</sup> constituido por diez técnicas psicopedagógicas fácilmente aplicables en cualquier escuela de cualquier sociedad.

<sup>1</sup> El Proyecto Escuela de Vida se explica en mi libro *Pais brilhantes, professores fascinantes* [Padres brillantes, profesores fascinantes], publicado por la editorial Sextante, Brasil

Esas técnicas trabajan en el funcionamiento de la mente y educan las emociones, estimulando el placer de aprender, la prevención de trastornos psíquicos, suicidio, violencia (fenómeno Bulling), y formando pensadores. Centenares de escuelas están aplicando gratuitamente ese proyecto y experimentando, al fin, una revolución educacional.

### **4. La construcción de pensamientos es multifocal. Hay cuatro fenómenos que participan en esa construcción:**

- A) El “yo” (representa la capacidad consciente de decidir);**
- B) El fenómeno del autoflujo, que produce miles de pensamientos diarios, que a su vez generan la mayor fuente de entretenimiento (pensamientos sanos) o de terror psíquico (pensamientos perturbadores);**
- C) El fenómeno de autorregistro de la memoria (gatillo de la memoria que define los estímulos, es decir, que descifra en forma instantánea las imágenes y los sonidos del ambiente);**
- D) El ancla de la memoria (ventanas de la memoria que son las áreas específicas de lectura). Los tres últimos fenómenos son inconscientes.**

El conocimiento de la construcción multifocal de los pensamientos llevará a la revisión y la difusión de los fundamentos de la psicología, pues revela que nuestra mente es mucho más compleja de lo que la hasta hoy habían imaginado diversas teorías.

Freud, Jung, Adler, Skinner no tuvieron oportunidad de investigar y entender que el “yo” no es el único actor del teatro de la mente. Existen otros tres actores secundarios que pueden enriquecer la personalidad o destruirla, liberarla o aprisionarla.

Primera implicación: pensar es el destino del homo sapiens, y no sólo una opción consciente. Ningún ser humano logra interrumpir la construcción de pensamientos. Si el “yo” no produce cadenas de pensamiento por el deseo consciente, los producirán los demás fenómenos inconscientes. Por lo tanto, sólo es posible manejar la construcción de pensamientos.

Segunda implicación: si no se maneja la construcción de pensamientos, no es posible prevenir los trastornos psíquicos, promover el arte de pensar y generar individuos que sean líderes de sí mismos.

Como el sistema académico mundial (desde el preescolar hasta la universidad) no ha preparado al ser humano, en los últimos cinco siglos de difusión de las escuelas, para ejercer este manejo, vivimos una gran paradoja: nos volvemos gigantes en la ciencia, pero niños en cuanto a madurez psíquica.

Tercera implicación: perdemos el instinto de preservación de la especie por no estudiar el funcionamiento de la mente y entender los fenómenos que construyen las complejas cadenas de pensamientos. No advertimos que esos fenómenos son exactamente los mismos en todo ser humano. Por lo tanto, desde el punto de vista psicológico, no hay blancos, negros, judíos, árabes, americanos, reyes o súbditos. Las guerras, la discriminación, las competencias comerciales predatorias y el terrorismo son frutos de la autodestrucción de una especie que no conoce el funcionamiento de su mente y no honra el arte de pensar.

Si los emperadores romanos, Stalin, Hitler y los dueños de esclavos hubieran conocido el tejido de la propia inteligencia, jamás habrían sido dictadores. Esclavizaron porque fueron esclavos dentro de sí mismos. Sólo el conocimiento de uno mismo y el amor por la especie humana liberan al homo sapiens de sus locuras.

## **5. Tuve la felicidad de descubrir el Síndrome del Pensamiento Acelerado (SPA) y la infelicidad de saber que la mayor parte de la población mundial es portadora de dicho síndrome.**

El SPA es producto del aumento exagerado de la construcción de pensamientos por parte de los cuatro grandes fenómenos antes citados. Nos metemos peligrosamente en la caja negra del funcionamiento de la mente a través del exceso de información (cada cinco años se duplica el conocimiento, mientras que en el pasado se duplicaba cada doscientos años), el exceso de estímulos proveniente de la televisión, la paranoia del consumismo, las presiones sociales, la competencia excesiva.

Primera implicación: millones de personas sufren alguno de los síntomas del SPA. Estos son: mente agitada, sufrimiento por anticipado, sobrecarga de la corteza cerebral, fatiga excesiva, déficit de concentración, olvidos, dificultad para contemplar lo bello en los pequeños estímulos de la rutina, síntomas psicosomáticos. En las sociedades modernas, lo normal es estar enfermo y estresado, y lo anormal es ser sano, tener tiempo para amar, soñar, contemplar las cosas simples.

Segunda implicación: por padecer colectivamente el síndrome SPA, la juventud mundial viaja por sus fantasías e ideas, no se concentra, mantiene diálogos paralelos y

alborota en las clases. Tales comportamientos ocurren no sólo por indisciplina, sino sobre todo como intento de aliviar la angustia que causa ese síntoma. El sistema social construido por los adultos ha cometido un crimen contra la mente de los jóvenes, que han perdido las ganas de aprender, se sienten insatisfechos y ansiosos, necesitan mucho para conquistar poco en el territorio de las emociones.

**6. Cuestioné, como ya he mencionado, el modelo biológico de los trastornos psíquicos como la depresión y el síndrome de pánico, fundamentados en el énfasis simplista de la acción de los neurotransmisores como la serotonina, la adrenalina o la noradrenalina.**

Primera implicación: los trastornos psíquicos, aunque puedan tener influencia biológica, son producidos, en última instancia, por la acción enfermiza de los fenómenos que construyen cadenas de pensamientos y reacciones emocionales y por la dificultad del “yo” para ejercer su papel de autor de la propia historia.

Segunda implicación: los antidepresivos y tranquilizantes deberían ser actores coadyuvantes del tratamiento psíquico. Como vimos, el “yo” debe ser trabajado para que ejerza el papel de actor principal en el teatro de la mente; de lo contrario, será víctima de sus heridas psíquicas. Esos descubrimientos abrieron nuevas perspectivas a la psiquiatría y la psicología clínica.

**7. Detecté tres tipos fundamentales de pensamientos y su naturaleza: el pensamiento esencial, el pensamiento dialéctico y el pensamiento antidialéctico. El pensamiento esencial es inconsciente, surge en milésimas de segundos después de la lectura de la memoria, y es de naturaleza real y concreta. Prepara una pista de despegue para la producción de pensamientos conscientes, que son de naturaleza virtual, generando la comprensión de que somos seres únicos en el escenario de la existencia.**

Primera implicación: la naturaleza virtual de los pensamientos conscientes lleva al homo sapiens a dar un salto inestimable en la comprensión de la realidad de su mundo psíquico y del mundo exterior. La virtualidad del pensamiento liberó la mente humana; por eso hablamos del pasado, aunque éste no tenga retorno, y del futuro, aunque sea inexistente.

Segunda implicación: la naturaleza virtual de los pensamientos conscientes, al tiempo que expandió la mente humana para comprender la realidad, fragilizó la actuación del “yo” como conductor o líder de la psique.

Para comprenderlo mejor, imagina una pintura, un cuadro, en el que haya sol, un lago y árboles. El pensamiento dialéctico es la descripción del paisaje; el pensamiento antidialéctico es la imagen en sí, y el pensamiento esencial es el pigmento de la pintura. Las imágenes y la descripción de las imágenes son hermosas, pero virtuales.

La última frontera de la ciencia radica en estudiar la naturaleza de los pensamientos. El gran interrogante es: ¿Puede el pensamiento consciente, que es de naturaleza virtual, cambiar las emociones (angustia, ansiedad, fobias, agresividad), que son de naturaleza

real? ¡Esta es la mayor pregunta de la ciencia, y pocos científicos siquiera la han formulado! Preguntándolo de otro modo: ¿La imagen virtual puede cambiar el pigmento de la pintura?

Entendí que sí, pues de lo contrario el ser humano sería una víctima, y no un agente capaz de transformar su historia. Sin embargo, no es una tarea simple. Es necesario que los pensamientos conscientes, que son virtuales, sean producidos con emoción, que es de naturaleza real, para intervenir en las propias emociones.

Si no, sucederán situaciones como las siguientes: personas cultas que viven en la cárcel de las emociones, sin lograr cambiar su realidad, aun cuando tengan conciencia de lo que deben corregir. Algunas personas hacen años de psicoterapia, conocen sus conflictos, pero no consiguen convertirse en autores de su historia.

Recuerda que para superar mi crisis depresiva apliqué la técnica de la “mesa redonda del yo”, así como el arte de la duda y la crítica. Estas técnicas contribuyeron a mi autoconocimiento y me ayudaron a intervenir en la dinámica de mi personalidad.

**8. Preocupado por el alto índice de trastornos psíquicos y de estrés en las sociedades modernas, desarrollé el proyecto PAIC<sup>2</sup> (Programa de la Academia de Inteligencia de Calidad de Vida). Quizá sea uno de los raros programas mundiales de calidad de vida autoaplicable que otorga acceso (gratuito o a bajo costo) a las herramientas psicológicas fundamentales para prevenir enfermedades psíquicas, formar pensadores y expandir las funciones más importantes de la inteligencia, como pensar antes de reaccionar, manejar los propios pensamientos, proteger las emociones, superar el SPA.**

<sup>2</sup> El Proyecto PAIC —Programa de la Academia de Inteligencia de Calidad de Vida— se aborda en el libro *12 semanas para mudar una vida*, publicado por la Editorial Academia de Intelligência, Brasil

Han pasado más de veinte años

Después de todos esos descubrimientos, estaba entusiasmadísimo. Al fin y al cabo, había renunciado al estatus, el dinero y la fama, había sacrificado el tiempo de mi familia y de los amigos para invertir en este proyecto.

Sin embargo, surgió otro gran problema. ¿Qué editorial publicaría un libro de tres mil páginas? No era comercial. Fue entonces cuando me di cuenta de que los científicos son ingenuos impulsados por sus sueños, sin imaginar los problemas que enfrentarán. En un esfuerzo colosal, intenté resumir mi texto en cuatrocientas páginas y lo envié a algunas editoriales.

Pero quería permanecer anónimo. Deseaba que la fuerza de los argumentos prevaleciera sobre mi antigua fama. Con gran expectativa aguardaba las respuestas de las editoriales.

El tiempo pasó sin que llegara respuesta alguna. Cuatro meses después, recibí la primera carta de una editorial. Mis ojos brillaban.

Mientras abría la carta, hice un breve recorrido por los largos años de investigación. Recordé mi deseo ardiente de contribuir a la ciencia y mejorar la calidad de vida de la gente. Abrí la carta. ¿La respuesta? Negativa.

No querían publicar mi libro. Un libro es como un hijo. Ver rechazado un libro es ver rechazado algo que amamos mucho. Me sentí golpeado en lo más íntimo de mi ser, pero no perdí la esperanza. Pensaba que sin duda a otras editoriales les interesaría mi trabajo.

Transcurrido un tiempo más, llegó otra carta. La tomé y me senté. Me sentía como un jardinero que cultivaba ideas y veía abrirse el botón de una flor. ¿El resultado? De nuevo, negativo. Me lastimé con las espinas del fracaso.

Cuando me hallaba en el auge de la fama, todo parecía tan fácil. Ahora, en el anonimato, todo parecía muy difícil. Me recosté contra el respaldo de la silla y reflexioné. No se trataba apenas de un libro que yo quería publicar: era una vida. Las respuestas que recibía eran evasivas: “Su libro es interesante, complejo, pero no responde a nuestra línea editorial”. Estaba seguro de que algunos ni siquiera lo habían leído.

Miré dentro de mí mismo y no renuncié. Saqué más copias del material, fui a la pequeña oficina de correos del pueblito donde vivía y lo envié a otras editoriales. Se sucedieron meses de espera.

Aguardé con ansiedad las respuestas. Algunas no llegaron nunca. De repente, otra carta. Había pasado más de un año; creí que ahora sería positiva. Por desgracia, fue otra vez negativa.

Desanimado, empecé a creer que mi teoría no llegaría a publicarse. Recordé las noches de insomnio, perturbado con los misterios insondables del universo de la inteligencia. Rememoré el tiempo en que me dejé absorber por mis ideas, y todo el sacrificio invertido en ellas.

Al cabo de un tiempo llegó la cuarta respuesta. Esta vez vino a dármele mi esposa, que todavía era joven y bonita. Habían pasado muchos años desde que aquel día en que la asusté al decirle que pasaría gran parte de su vida invirtiendo en mi sueño. Ella corrió riesgos junto a mí. Soñamos juntos, lloramos juntos.

Tragó saliva. Abrió la carta con suavidad. ¿La respuesta? Una vez más, negativa.

El sueño se volvió un delirio. Las lágrimas rodaron por los recovecos de mi ser y los surcos de su rostro.

La colección de frustraciones me paralizó. Se producían ventanas killer. Era más fácil enterrar mis sueños. Era más fácil reprimir mis ideas. Al final, no todos los sueños se realizan.

“Lo importante es intentarlo”, pensé. Intenté, luché, batallé. Después de casi veinte años, ya era tiempo de descansar.

## Las golondrinas preanuncian la primavera

Cuando las personas más cercanas a mí ya no esperaban ninguna reacción, vi todo lo que había producido y creí en mi sueño. Reflexioné sobre mis principales descubrimientos y tuve la convicción de que podrían contribuir a la sociedad. Resurgí de

las cenizas.

Fui de nuevo a la pequeña oficina y despaché otra vez mi correo. Pasados unos meses, llegó una respuesta. Ya no alimentaba grandes expectativas. Habían sido muchos los inconvenientes en el camino desde aquella época en el que era un joven estudiante de medicina. ¿Qué más podía esperar? De repente, la sorpresa.

Esta vez, al final, la respuesta fue positiva.

Una gran editorial decidió apostar al proyecto y publicar mi teoría. La aurora se desplegó en mi cielo emocional. Las golondrinas bailaban gorjeando en el anfiteatro de mis pensamientos. Mi sueño dejó las páginas de mi alma y conquistó las páginas de un libro. Lo publiqué con el título de *Inteligencia multifocal*, el nombre de mi teoría.

Sin embargo, después de publicar el libro recibí otro golpe. Casi nadie entendió mis textos, de tan complejos que eran.

Los temas relativos a la construcción de los pensamientos, la formación de la conciencia y la estructuración del “yo” eran nuevos y muy complicados. A psiquiatras, psicólogos y educadores les costaba comprenderlos.

A pesar de ello, recibí algunos mensajes de lectores que decían que se sentían impresionados con el contenido. Algunos científicos comenzaron a utilizar mi teoría para fundamentar sus tesis académicas. Pero pocas personas tenían acceso al contenido. Se vendieron pocos ejemplares.

Tendría que intentar explicar mi teoría en un lenguaje más accesible, o bien esperar que algún día, después de mi muerte, la gente la entendiera. En aquel momento viví un dilema. Hay un concepto en la ciencia, perpetuado hasta nuestros días, de que un pensador debe escribir sólo textos complejos, poco comprensibles para la mayoría de la gente. Decidí hacer añicos ese concepto. Decidí democratizar la ciencia, lograr que los descubrimientos resultaran accesibles a la sociedad.

Resolví escribir libros de divulgación científica. Sabía que la prensa podría clasificar equivocadamente mis textos, como de autoayuda, pero no me importó. El sueño de contribuir a la humanidad me embargaba. Fue así como emprendí un nuevo y extenuante camino.

Sentí que necesitaba escribir algo inédito. Como mi primer libro trataba del proceso de construcción de pensamientos y la formación de pensadores, se me ocurrió la idea de usar esa teoría para analizar la personalidad de un gran pensador de la historia.

Debía elegir un gran personaje, complejo y fascinante. Pensé en Platón, Alejandro Magno, Freud, Einstein, John Kennedy y muchos otros. Al fin hice una elección que en apariencia era una locura.

Decidí analizar la personalidad de ese hombre que cambió la historia de la humanidad: Jesucristo. Quise conocer, dentro de los límites de la ciencia, cómo protegía él sus emociones, cómo rescataba el liderazgo del “yo” en los focos de tensión, cómo administraba sus pensamientos, cómo estimulaba el arte de pensar.

Por lo tanto, resolví entrar en una zona que tal vez nadie había investigado. Quería saber si él era real o fruto de la imaginación humana, producto del ingenio de los cuatro autores que escribieron su biografía, los Evangelios.

Sabía que la investigación podría llevarme a ser objeto de muchas críticas, desde los religiosos hasta los intelectuales. Al fin y al cabo, era una osadía sin precedente. En la época de la Inquisición tal vez no habría sobrevivido. ¿Cómo analizar la personalidad del Maestro de Maestros? ¿Cómo introducir la psicología en un área completamente dominada por la teología? Algunas personas cercanas a mí creían que mi actitud era muy arriesgada.

Tras realizar un análisis de las cuatro biografías de Jesucristo, en varias versiones, y evaluar las intenciones conscientes e inconscientes de sus autores, quedé perplejo y deslumbrado. Advertí que, incluso sin la paleografía (crítica de los textos) y la arqueología, la psicología podría probar que Jesucristo fue un personaje real. Me convencí de que los principios que regían su personalidad se hallaban más allá de los límites de la imaginación humana.

Jesucristo no sólo fue real, sino también, a los ojos de la psicología, fascinante. Preparé dos capítulos y propuse a mi editorial que los evaluara. El título de este nuevo libro era *Análisis de la inteligencia de Cristo*.

Mi editor lo encontró muy interesante, pero me dijo que para publicarlo tendría que hacer algunas modificaciones, pues los textos eran muy audaces. Además, como el primer libro no había sido un éxito, tendría que esperar un plazo prolongado para publicarlo.

Yo respetaba a mi editor y admiraba su competencia, pero no podía modificar lo que pensaba, de modo que preferí no alterar el texto. Estaba convencido de que la psicología me había llevado a descubrir cosas preciosas del Maestro de Maestros, cosas que tal vez nunca se habían comprendido.

Me sentí intrigado al darme cuenta de que es el personaje más famoso de la historia, pero, al mismo tiempo, el menos conocido en su personalidad. Comprendí que alcanzó la cima de la salud psíquica y el ápice de la inteligencia en las situaciones más estresantes. Por eso me preguntaba con frecuencia: ¿Qué clase de hombre es ése, que tenía todos los motivos para estar deprimido y angustiado, pero vivió por entero tranquilo y feliz?

## El sueño se vuelve realidad

Al cabo de un tiempo publiqué mi libro en otra editorial. ¿El resultado? Algo que no imaginaba: un éxito estruendoso. Varias personas me comentaron que, aunque no les gustaba leer, habían pasado la madrugada leyéndolo. Rescataron el placer de la lectura. Viajaron por el mundo de las ideas.

Escribí cinco libros sobre la inteligencia de Cristo. Personas de todos los niveles intelectuales, de todas las religiones, incluso no cristianas, abrieron las ventanas de su inteligencia a través de esos libros.

Entre los muchos mensajes que recibí, una joven universitaria me dijo que era muy crítica y que sólo le gustaba leer a Pablo Neruda, Camões y los filósofos. Había llevado varios libros para leer en sus vacaciones, entre ellos el mío, que dejó para el final, cuando ya no le quedara otra elección.

Después me escribió para comentarme que era el mejor libro que había leído. Yo sabía que el éxito no se debía a mi grandeza como escritor, sino a la grandeza del personaje al que describía. El primer capítulo, “El vendedor de sueños”, es el fruto de mis investigaciones sobre la personalidad de ese fascinante Maestro.

Otros libros se sucedieron. Fue así como mi sueño, surgido del caos de una depresión, encontró eco en mis lágrimas, ganó cuerpo en los pasillos oscuros de una facultad de Medicina, atravesó fracasos, vivió rechazos, y se volvió, por fin, una realidad.

Hoy en día, más de un millón de personas han leído mis libros en Brasil, y ahora mis obras se conocen en más de cuarenta países. Las editoriales que antes me rechazaron quieren publicarlos. Pero los cimientos de mi personalidad no son mis éxitos, sino las lágrimas, los dolores y los fracasos que experimenté.

En la actualidad, mis libros son adoptados en diversas facultades, como las de Psicología, Sociología, Educación, Derecho, y se utilizan en muchas tesis de maestrías y doctorados de varios países, como España, Portugal, Cuba y Brasil.

La teoría de la Inteligencia Multifocal se estudia en cursos para posgraduados (*Latu Sensu*) en diversas universidades. Varios profesionales se especializan en ella, aplicando y difundiendo sus conceptos. Muchos se convertirán en escritores y científicos del área más compleja de la ciencia: el mundo donde nacen los pensamientos y se transforma la energía emocional. Todavía queda mucho por descubrir sobre qué somos y quiénes somos. Pero es un gran comienzo.

Como he dicho ya, la Inteligencia Multifocal no compite con otras teorías, pero al estudiar los fenómenos que se hallan detrás de los bastidores de nuestra mente, puede arrojar la luz sobre las demás teorías, como la del psicoanálisis, la psicoterapia del comportamiento, la de Piaget, las de las inteligencias múltiples, la inteligencia emocional.

Me alegra saber que innumerables lectores están aprendiendo a ser líderes en el teatro de su mente, una tarea difícil, que exige práctica. Hace una semana, después de dar una conferencia en una universidad, una profesora me abrazó emocionada y me contó que sufría de depresión desde hacía unos seis años, que el tratamiento no le había dado resultado y que había intentado suicidarse. Pero que hacía dos meses había leído dos de mis libros, y entonces su salud psíquica había experimentado un gran avance.

En general, un libro no puede producir tal efecto. Toda autoayuda es fugaz, desaparece bajo la aplanadora de la vida. No obstante, por el hecho de divulgar ciencia llevo a las personas a descubrir herramientas que les permitan rescatar el liderazgo del “yo”, reeditar el inconsciente y dejar de ser víctimas de sus trastornos.

Una persona que padece una enfermedad psíquica debe buscar tratamiento psiquiátrico o psicoterapéutico, pero utilizar esas herramientas puede acelerar el tratamiento, resultar muy útil para nutrir la capacidad de decidir y afianzar la seguridad. Por eso muchos psicólogos y médicos las están utilizando.

En Portugal, en la ciudad de Porto, hay una Academia de Superdotados (genios)<sup>3</sup>, que es uno de los pocos institutos del mundo especializados en esta área. Su director, Nelson Lima, un culto doctor en Psicología, ha enseñado a sus alumnos el conocimiento de la construcción de pensamientos a partir de la teoría de la Inteligencia Multifocal. El

objetivo es que los superdotados aprendan a adaptarse al mundo externo conociendo el mundo interior, el fascinante funcionamiento de la mente.

[3](#) Instituto Inteligência (Academia de Superdotados). Correo electrónico: bircham@oninet.pt

La teoría de la inteligencia multifocal puede ayudar a los superdotados, pero los que poseen una inteligencia normal también pueden y deben expandir el arte de pensar y entender cómo se construye la inteligencia.

Sólo caminaremos con seguridad por los suelos de la vida cuando conozcamos los terrenos de nuestra personalidad.

## Nuestra especie está sufriendo

Muchos de los que se juzgan ateos son en realidad antirreligiosos (Nietzsche, 1997). Marx, Diderot, Nietzsche, por no estar de acuerdo con las actitudes religiosas agresivas e incoherentes de sus respectivas épocas, se volvieron contra la idea de Dios.

A diferencia de ellos, yo fui un ateo científico. No sé si habrá habido alguna otra persona en mi condición. Por ser un investigador de la construcción de los pensamientos, investigué si Dios no sería la más brillante construcción de la imaginación humana.

No obstante, a medida que estudiaba en profundidad el funcionamiento de la mente, descubrí que hay fenómenos que sobrepasan los límites de las leyes fisicoquímicas. Se trata de fenómenos que no encajan en las dos principales teorías de la física moderna: la teoría de la relatividad de Einstein y la de la física cuántica. Algún día escribiré un libro sobre este tema.

Advertí que sólo un creador fascinante —Dios— podría concebir y explicar el fantástico teatro de la psique. La ciencia que condujo a muchos a no creer en Dios generó en mí lo contrario: una implosión de mi ateísmo. Me hizo ver la firma de Dios detrás del telón de la existencia. Veo a Dios en el delirio de un psicótico, en la sonrisa de un niño, en la anatomía de una flor y, sobre todo, en el mundo intangible de los pensamientos.

Me parecen bellas las personas que creen en una religión, que la defienden con respeto y son capaces de exponer —y de imponer— sus ideas. En cuanto a mí, no tengo ni defendiendo una religión en particular. Mis investigaciones sobre Jesucristo me llevaron a ser un cristiano sin fronteras.

Como ya he dicho, mis libros no sólo se utilizan en las universidades, sino que son leídos por cristianos, judíos, musulmanes, budistas y ateos. Cada persona debe seguir su propia conciencia y ser responsable de ella.

La gente indagaba con insistencia a Jesús para averiguar cuál era su rótulo, su bandera. Él los miraba y decía: “Yo soy el hijo del hombre”. Su respuesta era sorprendente. Ser el hijo del hombre significa no tener ninguna barrera, ninguna bandera que segregue, a no ser la del amor, la entrega, la solidaridad. Él era positivamente un siervo de la humanidad. La amaba hasta el límite de lo impensable.

En el mundo político, académico y religioso (cristiano y no cristiano) existen grupos

cerrados, sectarios, rígidos. En este exacto momento, en alguna parte de la Tierra, hay personas matando, hiriendo, destruyendo, combatiendo por sus ideologías y sus “verdades”.

Por desgracia, el conflicto entre musulmanes y el sistema occidental aún va a producir capítulos dramáticos. La crisis en Chechenia, los conflictos en Sudán, el hambre en África, la miseria en América latina, los conflictos entre las dos Coreas, la crisis entre India y Pakistán, son síntomas de una especie enferma.

Nuestra especie está enferma, no sólo por el estrés, la competencia salvaje, el individualismo, el síndrome SPA, sino también por la falta de amor, fraternidad, sabiduría. Las ideas deben servir a la vida, no la vida a las ideas. Pero el que no es sabio sirve a las ideas. Los peores enemigos de una idea son los que las defienden en forma radical, incluso en la ciencia.

Los radicales valoran los rótulos, no saben que el amor no tiene color, ideología, raza ni cultura. Infelizmente, insistimos en dividirnos en estadounidenses y árabes, judíos y palestinos, personas del primer mundo y del tercer mundo, ricos y pobres.

Necesitamos soñar con el amor. Necesitamos soñar con una humanidad fraterna, solidaria, inclusiva, amable y unida. ¿No es acaso uno de los mejores sueños? Espero con humildad que mi teoría agregue un poco de combustible a la unidad de nuestra especie. Siempre fuimos más iguales de lo que imaginamos en los bastidores de nuestra mente.

## Los soñadores no son gigantes

Fracasé muchas veces, me equivoqué mucho, conocí de cerca mis limitaciones. Hoy he alcanzado más éxito del que merezco. El día en que crea que merezco todo lo que tengo, dejaré de soñar y de crear. Seré estéril.

Más de cien mil veces por día millones de células de nuestro corazón pulsan sin que lo pidamos. Tenemos mucho que agradecer. Los soñadores agradecen a Dios por el espectáculo de la vida. No son gigantes ni individuos especiales, sino personas que tropiezan, lloran y se levantan.

Para demostrar a los lectores que cada persona posee tanta capacidad como yo y hasta puede llegar aún más lejos, voy a contar una historia real y curiosa. Cuando se cumplieron veinticinco años de egresados de la escuela secundaria, mi grupo decidió hacer una fiesta de confraternización. Fue una alegría el reencuentro con mis colegas después de tantos años. Jugábamos unos con otros como si el tiempo no hubiera invadido nuestra vida.

Nuestros profesores fueron homenajeados con justicia. En medio de la fiesta, un grupo de alumnos pidió silencio para homenajear a un compañero. En un clima de gran diversión, improvisaron una escena de teatro para mostrar cómo era su comportamiento. Contaron mi historia. No me rindieron ese homenaje por ser el mejor alumno, sino el peor de todos.

Riéndose, algunos contaban que yo tenía un solo cuaderno, en el que no había nada

escrito. Otros comentaban que yo no tenía cuaderno alguno. Después de muchas carcajadas, leyeron la lista de los promedios finales. El mío era el segundo en la lista de más de cuarenta alumnos... sólo que comenzando de abajo.

Mis amigos me abrazaban emocionados, orgullosos e impresionados al ver hasta dónde había llegado. Algunos que ejercían profesiones muy humildes, pero no menos dignas que la mía, me llamaban “doctor”. Yo les contestaba: “¿Doctor, yo? No, sólo soy un amigo de ustedes”.

Entonces tomé la lista de los promedios y les mostré que ellos eran mejores que yo. Más aplicados y eficientes. Al recordar las notas, se sintieron animados, rescataron su autoestima. Nuevos abrazos, nuevas risas, nueva conmoción.

## La vida como universidad

Tiempo después, cuando estaba escribiendo este libro, encontré a una de mis amigas de aquella época, Malu. No había tenido oportunidad de conversar con ella en la fiesta de confraternización. Hacía veinticinco años que no hablábamos.

Me contó que era maestra en una escuela pública de la periferia de una ciudad distante. De repente me conmovió con su charla. Me comentó que desde hacía años les contaba mi historia a sus alumnos, que son pobres, víctimas de la violencia, que viven en medio de traficantes y no tienen esperanzas de ascenso social.

Me dijo que contaba mi historia para estimular a sus alumnos a no tener miedo a soñar. Intrigado, le pregunté qué les decía. Sonriendo, me respondió que les contaba que yo era perezoso, que no estudiaba, que estaba siempre distraído. Que nunca me peinaba, que los botones de mi camisa siempre estaban mal abotonados, que llevaba la mitad de la camisa adentro y la otra afuera. Que mi comportamiento enloquecía al preceptor, muy rígido con respecto a nuestro uniforme.

Me reí mucho. El mismo día reuní a mis tres hijas y les conté lo que me había dicho Malu. Se rieron bastante, pero comentaron que yo no había cambiado mucho. Bromeando, les repliqué que por lo menos en mis conferencias iba disfrazado con saco y corbata. Todos nos reímos. Mis hijas y mi esposa se ocupan de mi aspecto; nunca supe combinar la ropa, y si lo dejaran por mi cuenta sería capaz de ponerme una media de cada color.

Antes de despedirme de Malu le pregunté: “¿Sabes de dónde vengo?”. Me miró sin responder. “De la oficina de correos, desde donde acabo de enviar una carta a Israel”, le dije. Me miró sorprendida, y continué: “Esa carta contiene un gran sueño, un contrato de publicación. Mis libros se publicarán en Medio Oriente”. Se emocionó.

Soy de ascendencia judía y árabe, además de española e italiana. Los conflictos entre esos pueblos tocan las raíces de mi emoción. Sueño con ver a los niños judíos y palestinos jugando juntos en las calles de Jerusalén. Sueño con ver a los adolescentes mirando la vida sin miedo al mañana.

Deseo que mis libros puedan contribuir, por lo menos un poco, a que el discurso de Martin Luther King tenga eco en aquella región y los esclavos del miedo y el terror

puedan cantar por fin:

*¡Al fin libres! Al fin la paz triunfó sobre el odio. Al fin descubrimos que somos hermanos, que pertenecemos a la misma especie. Al fin descubrimos que la violencia genera violencia, que los débiles condenan y juzgan, pero los fuertes perdonan y comprenden. ¡Ahora, por fin, podemos llorar, abrazar, amar y soñar juntos!*

## Algunas lecciones

Ciertos científicos dicen que he escrito una de las teorías más complejas de la actualidad. Otros me creen especial porque recibí el título de miembro honorario de una academia de genios o porque doy conferencias para intelectuales. Pero no olvides que fui uno de los peores alumnos de mi escuela.

Escribí mi historia para demostrar que cualquier persona puede superarme. Como investigador de la inteligencia, estoy convencido de que mi inteligencia no es mejor que la de cualquier otro. La más excelsa genialidad es la que se construye sobre los escombros de las dificultades y en los secos desiertos de los desafíos.

Creo que no poseo la carga genética de un genio, y tengo la convicción de que el anfiteatro de mi mente posee los mismos “ingenieros” (fenómenos) que construyen las cadenas de pensamientos de cualquier ser humano. Por eso, de verdad hago votos para que muchos jóvenes y adultos, a través de la lectura de este libro, conquisten la audacia de pensar y puedan llegar más lejos que yo. La humanidad necesita pensadores apasionados por la existencia.

Para concluir este capítulo, quisiera reforzar algunas lecciones que aprendí:

Aprendí que la disciplina sin sueños genera siervos que hacen todo en forma automática, y que los sueños sin disciplina producen personas frustradas que no convierten los sueños en realidad.

Con respecto a este punto, todavía soy una persona desorganizada, pero en relación con mis sueños soy disciplinado. Por eso, cuando escribo, procuro ser, más que un escritor, un escultor de ideas.

Aprendí que los sueños transforman la vida en una gran aventura. No determinan el lugar al que llegarás, pero infunden la fuerza necesaria para arrancarte del lugar donde te encuentras.

Aprendí que nadie es digno de la cumbre si no usa sus derrotas para alcanzarla. Nadie es digno de la sabiduría si no se vale de sus lágrimas para cultivarla. Nadie encontrará placer en el estrellato si desprecia la belleza de las cosas simples en el anonimato, pues en ellas se esconden los secretos de la felicidad.

## Capítulo 5

### NUNCA RENUNCIES A TUS SUEÑOS

## Los sueños no pueden morir

A lo largo de la historia muchos seres humanos conocieron la sinfonía de la incompreensión y la melodía de los rechazos. Nadie los entendía, nadie los apoyaba, nadie creía en ellos. Presos en la tierra de la soledad, sólo podían contar con la fuerza de sus sueños y su fe. Soportaron avalanchas por fuera y terremotos por dentro.

Sócrates, Platón, Aristóteles, San Agustín, Spinoza, Kant, Descartes, Hegel, Einstein y tantos otros fueron dominados e impulsados por sus sueños. Brillaron como pensadores. Sus pensamientos se tornaron la lluvia tranquila que irrigó los excelentes campos de las ideas. ¿Pero dónde están los pensadores de la actualidad?

Centenares de miles de jóvenes asisten a las escuelas de todo el mundo, pero son víctimas de una educación en crisis. Los maestros se transforman en máquinas de enseñar, y los alumnos en máquinas de aprender.

El futuro de la humanidad depende de la educación. Los jóvenes de hoy serán los políticos, los empresarios y los profesionales del mañana. La educación no necesita remiendos, sino experimentar una revolución.

En esa revolución, en primer lugar, es preciso que los maestros y profesores sean valorados y aliviados. Nunca un grupo tan noble ha sido tan desprestigiado profesionalmente. Deberían trabajar menos y ganar más.

Los maestros y profesores, desde el preescolar hasta la universidad, deberían ganar un salario igual o mejor que el de los jueces, los fiscales, los psiquiatras, los psicólogos clínicos, los generales, o los jefes de policía. ¿Por qué?

Porque su trabajo es tan importante —o más— como el de todos esos profesionales. Los maestros educan las emociones y trabajan en los suelos de la inteligencia para que los jóvenes no se enfermen de la mente, no se sienten en el banco de los acusados, no hagan guerras.

¿Quién es más importante: el que previene las enfermedades o el que las trata? Sin duda, la medicina preventiva es más importante que la curativa. Los educadores son los profesionales que más contribuyen a la humanidad. Sin embargo, se los ubica en uno de los últimos peldaños de la escala profesional.

Cualquier policía recibe un trato más respetuoso que ellos. Lo más triste es saber que los maestros y profesores se ocupan de los hijos de los demás, pero muchas veces no disponen de recursos para educar a los propios.

Muchas escuelas particulares quisieran pagar mejores salarios a sus maestros, pero no pueden. Los gobiernos deberían subsidiarlas, y también deberían rescatar la dignidad de las escuelas públicas.

Hay quienes podrían argumentar que los gobiernos se irían a la quiebra si invirtieran

más dinero en la educación. No obstante, si la mitad del presupuesto de las fuerzas armadas, del dinero que se gasta en investigaciones de antidepresivos, en el aparato policial, en el combate contra el uso de drogas, se invirtiera en educación, los jóvenes contarían con más posibilidades de ser menos repetidores de informaciones y más pensadores, menos enfermos y más sabios, menos frustrados y más soñadores.

El caos de la humanidad es el reflejo del desprecio de las sociedades modernas por la educación. En los discursos políticos la educación ocupa el primer lugar; en la acción concreta, el último.

Las sociedades que desprecian a los educadores desprecian a sus jóvenes, asfixian su futuro. De hecho, la juventud ha sido masacrada por el sistema. Nuestros hijos están perdiendo su identidad, son tratados como consumidores, como un número de tarjeta de crédito.

El índice de agresividad, ansiedad, depresión, fármacodependencia, alienación social entre los jóvenes, aumenta cada vez más. Los maestros están estresados, y los alumnos, angustiados. ¿Cuándo vamos a despertar?

## El exceso de conocimiento y el síndrome SPA

La crisis de la educación no se debe sólo a la desvalorización de los maestros y profesores, sino también a las falencias del proceso de aprendizaje. El sistema educativo es obsesivo-compulsivo. Se junta a los alumnos en un mismo programa, como si todos tuvieran una misma personalidad. Tanto el contenido como los programas de enseñanza son rígidos.

Se obliga a los maestros a seguir un programa rígido. Los alumnos son bombardeados con millones de informaciones inútiles. Se estresan tanto los profesores como los alumnos. La función de la memoria no es la de ser un banco de datos, sino un soporte de la creatividad.

En España, el 80 por ciento de los maestros sufre de estrés; en Brasil, el 91 por ciento. Se despiertan cansados, experimentan excesiva necesidad de dormir, dolores de cabeza, dolores musculares, ansiedad, olvidos y muchos otros síntomas. En todo el mundo la situación es semejante, pues enfrentamos algunos problemas universales.

El sistema educativo desgasta a un tiempo la salud psíquica de los maestros y la motivación de los alumnos para construir el conocimiento. ¿El resultado? De hecho, pocos alumnos aprenden, y cuando lo hacen no saben para qué sirve el conocimiento que adquirieron. No experimentan placer al aprender, como lo soñaba Platón.

En los últimos seis meses di conferencias para más de veinticinco mil educadores, muchos de los cuales eran profesores universitarios. Representaban un universo de más de dos millones de alumnos. Les pregunté: “¿Qué es más importante para formar a un pensador: la duda o el conocimiento preelaborado?” Todos respondieron que la duda. Enseguida indagué: “¿Qué es lo que enseñan ustedes?” Sorprendidos y honestos, contestaron que impartían conocimientos preelaborados.

Este es el sistema. Damos a los jóvenes conocimiento listo y terminado. No los

estimulamos a criticar, a cuestionar, a disentir. Los alumnos no descubren, no crean, no se atreven a pensar, no se aventuran. El sistema, sin advertirlo, encarcela el “yo”, lo aprisiona en la platea, no lo estimula para que asuma su papel de director del guión de su historia.

Los maestros son poetas de la vida, pero el sistema de enseñanza, desde el nivel inicial hasta la universidad, ha formado siervos. Los jóvenes no se hallan preparados para enfrentar los desafíos exteriores ni los conflictos interiores. No saben proteger sus emociones, administrar sus pensamientos, exponer sus ideas, pensar antes de reaccionar.

El conocimiento, que antes se duplicaba cada dos siglos, hoy se duplica como máximo cada cinco años. ¿Qué hacer con todo ese conocimiento? Exigir que los maestros lo enseñen y los alumnos lo aprendan significa fabricar personas enfermas. El exceso de informaciones excita la construcción exagerada de pensamientos, genera ansiedad y obstruye la creatividad.

Todos los grandes pensadores de la historia brillaron, no por el exceso de conocimientos que albergaban en su memoria, sino por su capacidad de dudar, de abrirse a lo nuevo, de recorrer zonas nunca antes exploradas, de expandir su inventiva.

El exceso de informaciones, asociado al exceso de estímulos provocado por la televisión y el exceso de consumo, ha generado, como ya he comentado, el síndrome SPA (Síndrome del Pensamiento Acelerado).

Nunca una generación ha experimentado un aumento tan grande en la velocidad de construcción de pensamientos como la nuestra. Tanto adultos como niños son incapaces de concentrarse, detestan la rutina, pierden con rapidez el placer de las cosas que logran, poseen una mente agitada. La paciencia, característica tan importante para la salud emocional, se ha evaporado. Si la computadora demora un minuto más en completar una operación, las personas ya se irritan.

Muchos se preocupan por esta situación, pero pocos se dan cuenta de su gravedad. A causa del SPA, el aula es el último lugar donde los niños y los adolescentes quieren estar. ¿Ellos tienen la culpa? ¡No!

Metemos mano en la caja negra del funcionamiento de la mente y aceleramos peligrosamente, sin darnos cuenta del cambio de escenario que se produce en la mente de niños y jóvenes. Por eso no reflexionan, no interiorizan, repiten los mismos errores con frecuencia, no maduran.

Además, nuestra generación quiso darles lo mejor. No queríamos que se mojaran con la lluvia, que se lastimaran en la calle, que se golpearan en los juegos. Quisimos ahorrarles las dificultades. Pusimos televisión en la sala, y computadoras y videojuegos en sus cuartos. Nuestros niños y nuestros adolescentes viven abrumados de actividades, corriendo entre cursos de idiomas, computación, yudo, natación, música y danza.

La intención fue muy buena; el resultado, pésimo. Los padres no se dan cuenta de que los niños necesitan tener infancia, inventar, correr riesgos, frustrarse, divertirse, admirar las pequeñas cosas simples de la vida. No piensan que las funciones más importantes de la inteligencia dependen de las aventuras infantiles.

Hemos creado un invernadero para nuestros hijos, y pagado un precio carísimo. El

SPA generó en ellos un apetito psíquico insaciable. Se han convertido en la generación más insatisfecha, ansiosa, alienada, desmotivada, despreocupada por el futuro, que haya pisado la Tierra. Rara vez tienen ideales, proyectos de vida, audacia, sueños.

Hace pocos días, una joven de veinte años vino a consultarme por una gran depresión. Me dijo que había intentado suicidarse tres veces. En el último intento se había arrojado del cuarto piso de un edificio, aunque, por suerte, no murió. Después de evaluar su historia, le pregunté cuáles eran sus sueños. Me respondió que no tenía ninguno.

No tenía proyectos, metas, ni voluntad de luchar por algo. Incluso antes de la crisis depresiva, sus emociones carecían de sabor. Se sentía vacía. Le comenté que no sólo necesitaba tratar su depresión, sino también regar su vida de sueños, dar un sentido a su existencia. La existencia clama por un significado (Sartre, 1997).

Pese a que hay excepciones, la generación de los jóvenes de hoy es la que más cultura lógica tiene, y menos cultura emocional y existencial. Desarrollan enfermedades emocionales no sólo por conflictos del pasado, sino sobre todo porque no se hallan preparados para fracasar, para sufrir pérdidas, para llorar, competir o generar oportunidades. No saben lidiar con la soledad ni contemplar lo hermoso. Sus emociones son fugaces y carecen de raíces.

Es necesario que los ayudemos a soñar. Debemos estimularlos a ser ingenieros de ideas. Llevarlos a creer que son seres humanos con un enorme potencial intelectual. El futuro de la humanidad está en juego. Espero que el Proyecto Escuela de Vida, que ya he mencionado, pueda contribuir a repensar la educación y estimular a nuestros jóvenes a creer en la vida.

## Sueños buscados y sueños enterrados

Algunos sueños son bellos, otros son poéticos; unos realizables, otros difíciles de concretar; algunos involucran a una persona, otros a la sociedad; unos presentan derroteros claros, otros curvas imprevisibles; algunos se realizan enseguida, otros necesitan años de maduración.

Hay muchos tipos de sueños. El sueño de enamorarse de alguien, de tener hijos o de conquistar amigos. El sueño de cursar la facultad, poseer una empresa, alcanzar el éxito económico para sí y para ayudar a los demás. El sueño de gozar de salud física y psíquica, de tener paz interior y vivir con intensidad cada momento de la vida.

El sueño de ser un científico, un médico, un educador, un empresario, un emprendedor, un profesional destacado. El sueño de viajar por el mundo, pintar cuadros, escribir un libro, ser útil al prójimo. El sueño de aprender a tocar un instrumento, practicar deportes, batir un récord.

Muchos entierran sus sueños entre los escombros de sus problemas (Freud, 1969). Algunos soldados nunca más se sintieron motivados por la vida después de ver a sus compañeros morir en combate.

Algunos oradores nunca rescataron su seguridad después de sufrir un ataque de pánico en público. Algunos deportistas no pudieron repetir sus marcas después de someterse a

una cirugía correctiva o un examen antidoping positivo.

Algunas mujeres nunca más tuvieron orgasmos después de haber sido violadas o abusadas sexualmente. Algunos hombres y mujeres nunca más pudieron entregarse después de haber sido traicionados por los que amaban.

Algunos periodistas entierran su creatividad después de ser censurados por sus superiores. Algunos jóvenes bloquearon su inteligencia después de haber mostrado un pésimo desempeño en pruebas o concursos.

Muchas personas fascinantes obstruyeron sus sueños a lo largo de la vida. Es preciso desenterrarlos, para poder superar nuestros traumas, conflictos y focos de tensión. Nuestros sueños necesitan volver a respirar.

El presidente Franklin Roosevelt dijo que lo único temible es el miedo al miedo. Para que los sueños levanten vuelo es necesario vencer el miedo evidente y sobre todo el miedo sutil, el miedo al miedo.

## Riesgos que construyen

El que quiera realizar sus sueños no debe esperar caminos sin obstáculos, victorias sin accidentes. A los veintiocho años, Jack Welch, ex presidente de General Electric y uno de los ejecutivos más soñadores y brillantes del mundo empresarial, al intentar desarrollar un nuevo producto causó la explosión de una fábrica.

El joven Jack podría haber obstruido su inteligencia, bloqueado su osadía. Confesó que sentía zozobra y ansiedad. Fue un desastre. Sin embargo, no renunció. Corrió nuevos riesgos para alcanzar su meta.

Si hubiera renunciado, tal vez su empresa no hubiera producido un tipo de plástico que le rindió más de mil millones de dólares desde su lanzamiento. Después de la derrota explosiva llegó el éxito lento y consistente.

La Disney Animation produjo éxitos memorables, como *El rey León* y *Los 101 dálmatas*. Pero también produjo un enorme fracaso, como el filme *El caldero mágico*. Su director de animación, Meter Schneider, comentó que su único consuelo era que no lograría producir nada peor.

Los errores, los fracasos, las incomprensiones generaron lecciones únicas para aquellos que lucharon por sus sueños. Los verdaderos líderes —como los padres, educadores, ejecutivos— deben incentivar al que fracasa a extraer sabiduría de sus experiencias dolorosas, en vez de cultivar la culpa.

Equivocarse constituye una etapa de la invención; las fallas son escalones de la creación. Por eso, la cultura de las pruebas y los exámenes que se aplica en las escuelas de todo el mundo está equivocada. El que acierta obtiene notas altas, y el que yerra es castigado con notas bajas. Esta política le falta el respeto a la riquísima pedagogía de la prueba y error que promovió las grandes conquistas de la historia.

Si el que se equivoca es castigado, el castigo queda registrado con intensidad en el centro de la memoria, a través del fenómeno RAM (Registro Automático de la Memoria), obstruyendo la osadía y la inventiva.

En cambio, si el que se equivoca es valorado y estimulado, logra ampliar los horizontes de la reflexión, incorporar nuevas experiencias y rehacer caminos. Recordemos que nos caímos muchas veces hasta que aprendimos a caminar. El que se equivoca tiene oportunidad de soñar con las conquistas, tiene ocasión de aprender y adquirir más gusto por la victoria. Este es uno de los fundamentos de la inteligencia multifocal. Por el contrario, el miedo a equivocarse forja un “yo” sumiso, tímido e inseguro.

Para Miles Davis, un gran nombre del jazz, que tocó en famosas orquestas y con los All Stars (una especie de grupo soñado del jazz), no se debe temer a los errores, pues no existen. Todo depende de cómo los enfrentas.

Este músico entendió un fenómeno psicológico que el sistema educativo se resiste a entender desde hace siglos. Y, para demostrar que Miles Davis tenía razón, daré algunos ejemplos que tal vez te sorprendan.

Fleming descubrió la penicilina gracias a un hongo que contaminó el portaobjetos de un cultivo que había dejado sin protección en el laboratorio. Acertó al equivocarse. Un error lo llevó al hallazgo de la penicilina, que salvó a millones de personas de la muerte y de dolores insoportables.

Roentgen descubrió los rayos X por un descuido en la manipulación de una placa fotográfica. Einstein tuvo que recuperar de la basura algunos fragmentos de las ecuaciones que lo llevaron a la teoría de la relatividad. Simon Campbell se equivocó al no poder lograr un nuevo medicamento para desobstruir arterias en casos de angina de pecho, pero descubrió el Viagra.

Muchos grandes descubrimientos se basan en graves fallas; muchas grandes fallas se deben a sueños de superación. Realizar los sueños implica riesgos, los riesgos implican elecciones, las elecciones implican errores.

El que sueña no encuentra caminos sin obstáculos, lucidez sin perturbaciones, alegrías sin aflicción, pero vuela más alto, llega más lejos. Toda persona, desde la infancia hasta el último estadio de su vida, necesita soñar. Veamos.

## Los sueños y las crisis en las relaciones sociales

No necesitarás los sueños para atravesar un pequeño conflicto con alguien, pero los necesitarás para superar las tempestades emocionales, para vencer una crítica injusta, una calumnia, una discriminación, una deslealtad.

Necesitarás soñar con la levedad de la vida para superar las decepciones causadas por los extraños y para vencer las heridas provocadas por las personas a las que amas.

Necesitarás soñar con la solidaridad para comprender los errores de los demás, perdonar sus actos insensatos y alimentar la esperanza de que cambien algún día. Necesitarás de los sueños para entender que nadie puede dar lo que no tiene.

## Los sueños y el trabajo

No necesitarás los sueños para ser un trabajador común, aplastado por la rutina, que

hace lo mismo todos los días y vive sólo en función del salario de fin de mes.

Sin embargo, necesitarás muchos sueños para ser un profesional que busca la excelencia, que amplía los horizontes de su inteligencia, que está atento a los pequeños cambios, que tiene valentía para corregir el rumbo, capacidad para prevenir errores, osadía para hacer de sus fallas y sus desafíos un almacigo de oportunidades.

Necesitarás de los sueños para vislumbrar las soluciones que nadie ve, para apostar a lo que crees, agradar a tus colegas, sorprender a tu equipo de trabajo.

## Los sueños y las enfermedades

No necesitas de los sueños para vencer un resfrío, pero los necesitarás para soportar con alegría una enfermedad, superar con valentía el cáncer, un infarto, un accidente. Necesitarás de los sueños para creer en la vida y hacer de cada minuto un momento eterno, aun en el lecho de un hospital.

Necesitarás soñar con los escalones más altos de la calidad de vida para no transformarte en una máquina de trabajar y no dejarte abatir por el estrés y la ansiedad. Necesitarás de los sueños para repensar tu estilo de vida e invertir en aquello que amas.

Necesitarás de sueños afectivos para no fumar, para beber con moderación, para no exponer tu frágil vida a los riesgos de una ruta.

Al fin y al cabo, siempre hay alguien enamorado de ti, que sueña vivir muchos años a tu lado.

## Los sueños y la edad

Tal vez no necesites de los sueños mientras te aprecien en el ámbito social y profesional. Pero necesitarás sueños para ser creativo, atractivo y perspicaz después de jubilarte.

Necesitarás más sueños aún para no jubilar nunca tu mente y transformar la tercera edad en la etapa más rica, serena y productiva de tu existencia. Necesitarás de ellos para leer, escribir, pintar, hacer cursos, relatar historias, componer poesía, vivir aventuras.

Necesitarás sueños sabios para gozar de los mejores días de tu vida y hacer de esta etapa de pérdida de fuerza muscular un período de vigor mental y usufructo de la sabiduría acumulada a lo largo de los años.

## Los sueños y la juventud

Jóvenes, ustedes no necesitarán de los sueños si optan por gastar el dinero de sus padres, explotarlos y creer que ellos están obligados a satisfacer los deseos de ustedes. Tampoco necesitarán sueños para considerarlos aburridos, conservadores, anticuados, controladores, impacientes o incomprensibles.

Pero necesitarán muchos sueños para buscar el oro que se esconde en el corazón de sus padres. Necesitarán sueños para entender que ellos no pudieron darles todo lo que

ustedes quisieron, pero les dieron todo lo que pudieron. Necesitarán de los “sueños sabios” para entender y soportar los “no” de sus padres, pues los “no” de quienes los aman los prepararán para soportar algún día los “no” de la vida.

Necesitarán sueños para descubrir que sus padres perdieron noches de sueño para que ustedes durmieran tranquilos, derramaron lágrimas para que ustedes fueran felices, postergaron algunos sueños para que ustedes soñaran.

Según la ONU (Organización de las Naciones Unidas), el índice de desempleo entre los jóvenes es altísimo. Muchos no tendrán oportunidad en el mercado competitivo y agresivo. La situación empeora porque muchos se hallan poco preparados para atreverse, crear o emprender. Pero no tengan miedo. Sepan que sus padres y otras personas apuestan a ustedes a pesar de sus fallas, creen en ustedes a pesar de sus defectos.

Por eso, ahora ustedes necesitan sueños grandiosos para hacer frente a la vida con el pecho abierto, prepararse para trabajar en sus miedos, vencer sus crisis, superar su pasividad y apreciar los desafíos. De este modo escaparán del papel de frustrados, saldrán de la sombra de sus padres y construirán su propia historia.

## Los sueños y los padres

Los padres y madres no tienen necesidad de sueños para ver los errores de sus hijos, dar sermones, reprenderlos, sufrir crisis de angustia, criticarlos, compararlos con otros jóvenes, funcionar como un compendio de reglas.

Pero necesitarán muchos sueños para agradecerlos, sorprenderlos y enseñarles a pensar. Necesitarán innumerables sueños para que ellos aprendan a amarlos en lugar de usarlos, admirarlos en lugar de temerles.

Necesitarán soñar con la sabiduría para pedir disculpas a sus hijos cuando se equivoquen, los agredan, les fallen, los juzguen y pierdan la paciencia con ellos. De esta manera los hijos aprenderán a lidiar con sus propias equivocaciones, su agresividad y su intolerancia.

Necesitarán soñar con la madurez psíquica para entrecruzar su mundo con el de ellos, para permitirles conocer sus fracasos, sus lágrimas, sus retrocesos, su osadía. Para no transformarlos en jóvenes tímidos, sobreprotegerlos y atosigarlos de actividades, sino dejarlos jugar, aventurarse, inventar.

Necesitarán sueños para saber que sus hijos necesitan mucho más sus caricias, sus besos, sus elogios, sus historias de vida, que dinero, ropa de marca, computadoras y videojuegos.

## Los sueños y los profesores

Maestros: ustedes no necesitarán sueños para poseer elocuencia, metodología, conocimiento lógico. Tampoco necesitarán sueños para gritar a sus alumnos, imponer silencio en el aula, decirles que no tendrán futuro si no estudian.

Pero necesitarán sueños para transformar el salón de clases en un ambiente placentero

y atractivo que eduque las emociones de sus alumnos, que los aparte de la condición de espectadores pasivos para convertirlos en actores del teatro de la educación.

Necesitarán sueños para esculpir en sus alumnos el arte de pensar antes de reaccionar, la civilidad, la solidaridad, para enseñarles a extraer seguridad de la tierra del miedo, esperanza en la desolación, dignidad en las pérdidas.

Necesitarán sueños para ser poetas de la vida y creer en la educación, a pesar de que las sociedades modernas la ubiquen en uno de los últimos lugares entre sus prioridades.

Necesitarán sueños espectaculares para tener la convicción de que ustedes son artesanos de la personalidad y saber que sin ustedes nuestra especie no tiene esperanza, en nuestras primaveras no habrá golondrinas, nuestro aire carecerá de oxígeno, nuestra inteligencia no gozará de salud.

## Los sueños y los problemas afectivos

No necesitarás sueños para superar una pequeña tristeza o un momento de ansiedad. Pero necesitarás sueños espectaculares para vencer una crisis depresiva, el desánimo, la falta de coraje para vivir, y poder creer que todo trastorno psíquico, por muy dramático que sea, puede superarse.

Necesitarás sueños que exalten la grandeza de la vida para vencer un síndrome de pánico, un trastorno obsesivo, una enfermedad psicosomática, un estrés postraumático generado por un accidente o una crisis económica. Sólo los sueños nos ayudan a soportar una pérdida irreparable. Ellos refrescan los ojos del corazón: hacen que una madre que perdió a un hijo lo vea jugando por toda la eternidad.

Necesitarás sueños para no ser esclavo de la culpa, prisionero del pasado, siervo de las preocupaciones por el futuro. Los necesitarás para salir de la platea, rescatar el liderazgo del “yo”, dejar de ser víctima de tus heridas psíquicas, reeditar la película del inconsciente y convertirte en el autor de tu propia historia.

Necesitarás sueños humildes para exigir menos de ti y de las personas que te rodean; para elogiar, jugar, cantar y comprender más. También necesitarás muchos sueños para burlarte de los miedos, tomar en broma tu inseguridad, reírte de tus manías y, así, vivir esta bella y turbulenta existencia en forma relajada y tranquila.

## Soñar es necesario

Sin sueños, las piedras del camino se convierten en montañas, los pequeños problemas se tornan insuperables, las pérdidas resultan insoportables, las decepciones se transforman en golpes fatales y los desafíos se vuelven fuentes de miedo.

Voltaire dijo que los sueños y la esperanza nos fueron dados como compensación de las dificultades de la vida. Pero nos hace falta comprender que los sueños no son deseos superficiales, sino brújulas del corazón, proyectos de vida. Los deseos no resisten el calor de las dificultades. Los sueños, en cambio, resisten las más altas temperaturas de los problemas. Renuevan la esperanza cuando el mundo se nos viene abajo.

John F. Kennedy dijo que hacen falta seres humanos que sueñen lo que nunca fueron. Su pensamiento tiene fundamento, pues los sueños abren las ventanas de la mente, ventilan las emociones y generan un agradable romance con la vida.

El que no vive un romance con su vida será un desdichado en el terreno de las emociones, aunque habite en mansiones, posea autos lujosos, viaje en primera clase en los aviones y sea aplaudido por el mundo.

Es necesario perseguir nuestros sueños más bellos. Renunciar es una palabra que debe eliminarse del diccionario del que sueña y desea conquistar, aunque no se alcancen todas las metas. No olvides que fallarás el ciento por ciento de las veces que no lo intentes, perderás el ciento por ciento de las veces que no busques, te estancarás el ciento por ciento de las veces que no te atrevas a caminar.

Como dijo el filósofo de la música Raúl Seixas: “Ten fe en Dios, ten fe en la vida, inténtalo otra vez...” Si sueñas, podrás sacudir el mundo, por lo menos el tuyo...

Si tuvieras que renunciar a algunos sueños, cámbialos por otros, pues la vida sin sueños es un río sin cabecera, una playa sin olas, una mañana sin rocío, una flor sin perfume.

Sin sueños, los ricos se deprimen, los famosos se aburren, los intelectuales se vuelven estériles, los libres se tornan esclavos, y los fuertes, tímidos. Sin sueños se desvanece la valentía, se agota la inventiva, la sonrisa se convierte en una máscara, la emoción envejece.

Libera tu creatividad. Sueña con las estrellas para poder pisar la Luna. Sueña con la Luna para poder pisar las montañas. Sueña con las montañas para pisar sin miedo los valles de tus pérdidas y frustraciones.

A pesar de nuestros defectos, necesitamos tomar conciencia de que somos perlas únicas en el teatro de la vida y entender que no hay personas de éxito ni personas fracasadas. Sólo hay personas que luchan por sus sueños y otras que renuncian a ellos. Por eso, deseo sinceramente que tú...

**¡NUNCA RENUNCIES A TUS SUEÑOS!**

## Bibliografia

- ALENCAR, SORIANO, *Psicologia e educação do superdotado*, San Pablo, E. P. U., 1986.
- ADORNO, T., *Educação e emancipação*, Rio de Janeiro, Paz e Terra, 1971. [Educación para la emancipación, Madrid, Morata, 1998].
- CHAUÍ, MARILENA, *Convite à Filosofia*, San Pablo, Ática, 2000.
- CURY, AUGUSTO J., *Inteligência multifocal*, San Pablo, Cultrix, 1998; *Análise da Inteligência de Cristo*, San Pablo, Academia de Inteligência, 2001; *Revolucione sua qualidade de vida*, Rio de Janeiro, Sextante, 2003; *Pais brilhantes, professores fascinantes*, Rio de Janeiro, Sextante, 2003; *12 semanas para mudar uma vida*, San Pablo, Academia de Inteligência, 2004.
- DURANT, HILL, *História da Filosofia*, Rio de Janeiro, Nova Fronteira, 1996.
- GARDNER, HOWARD, *Inteligências múltiplas*, Porto Alegre, Artes Médicas, 1995.
- GOLEMAN, DANIEL, *Inteligência emocional*, Rio de Janeiro, Objetiva, 1996. [Inteligencia emocional, Barcelona, Kairós, 1996].
- FOUCAULT, MICHEL, *A doença e a existência*. Doença mental e psicologia, Rio de Janeiro, Folha Carioca, 1998.
- FREUD, SIGMUND, *Obras psicológicas completas de Sigmund Freud*, Rio de Janeiro, Imago, 1969. [Obras completas, Buenos Aires, Amorrortu, 1992].
- MORIN, EDGAR, *Os sete saberes necessários à educação do futuro*, San Pablo, Cortez/UNESCO, 2000.
- NIETZSCHE, F., *Humano demasiado humano*, Lisboa, Relógio D'Água, 1997. [Humano demasiado humano, Madrid, Edaf, 1980].
- FREIRE, PAULO, *Pedagogia da autonomia: Saberes necessários à prática educativa*, 7ª. ed., Rio de Janeiro, Paz e Terra, 1998. [Pedagogía de la autonomía, Buenos Aires, Siglo XXI, 2003].
- JUNG, CARL GUSTAV, *A psicologia do inconsciente – Obras completas*, Petrópolis, Vozes, 1998. [La dinámica de lo inconsciente, Obra Completa, vol. 8, Madrid, Trotta, 1933].
- KAPLAN, HAROLD I., *Sadoch Benjamín, J., y Grebb, J. A., Compêndio de*

- psiquiatria: ciência do comportamento e psiquiatria clínica*, Porto Alegre, Artes Médicas, 1997. [Compendio de psiquiatria, Madrid, Salvat, 1987].
- PIAGET, JEAN, *Biologia e conhecimento*. 2ª. ed., Petrópolis, Vozes, 1996. [Biología y conocimiento, Madrid, Siglo XXI, 2003].
- PLATÒN, REPÚBLICA. LIVRO VII, *Obras completas*, edición bilingüe, París, Les Belles Lettres, 1985. [La República, Buenos Aires, EUDEBA, 1983].
- RICOEUR, P., *L'Homme Falible*, París, Seuil, 1960.
- SARTRE, JEAN-PAUL, *O ser e o nada* – Ensaio de Antologia, Petrópolis, Vozes, 1997. [El ser y la nada, Buenos Aires, Losada, 1980].
- VIGOTSKY, L., *A formação social da mente*, San Pablo, Martins Fontes, 1987. [Vigotsky y la formación social de la mente, Barcelona, Paidós, 1993].

# Zenith

## **España**

Av. Diagonal, 662-664  
08034 Barcelona (España)  
Tel.: (34) 93 492 80 00  
Fax: (34) 93 492 85 65  
Mail: [info@planetaint.com](mailto:info@planetaint.com)  
[www.planeta.es](http://www.planeta.es)  
Paseo Recoletos, 4, 3.ª planta  
28001 Madrid (España)  
Tel.: (34) 91 423 03 00  
Fax: (34) 91 423 03 25  
Mail: [info@planetaint.com](mailto:info@planetaint.com)  
[www.planeta.es](http://www.planeta.es)

## **Argentina**

Av. Independencia, 1682  
1100 C.A.B.A.  
Argentina  
Tel.: (5411) 4124 91 00  
Fax: (5411) 4124 91 90  
Mail: [info@eplaneta.com.ar](mailto:info@eplaneta.com.ar)  
[www.editorialplaneta.com.ar](http://www.editorialplaneta.com.ar)

## **Brasil**

Av. Francisco Matarazzo,  
1500, 3.º andar, Conj. 32  
Edifício New York  
05001-100 São Paulo (Brasil)  
Tel.: (5511) 3087 88 88  
Fax: (5511) 3087 88 90  
Mail: [ventas@editoraplaneta.com.br](mailto:ventas@editoraplaneta.com.br)  
[www.editoraplaneta.com.br](http://www.editoraplaneta.com.br)

## **Chile**

Av. 11 de septiembre, 2353, piso 16  
Torre San Ramón, Providencia  
Santiago (Chile)  
Tel.: Gerencia (562) 652 29 43  
Fax: (562) 652 29 12  
[www.planeta.cl](http://www.planeta.cl)

## **Colombia**

Calle 73, 7-60, pisos 7 al 11  
Bogotá, D.C. (Colombia)  
Tel.: (571) 607 99 97  
Fax: (571) 607 99 76  
Mail: [info@planeta.com.co](mailto:info@planeta.com.co)  
[www.editorialplaneta.com.co](http://www.editorialplaneta.com.co)

## **Ecuador**

Whymper, N27166,  
y Francisco de Orellana  
Quito (Ecuador)  
Tel.: (5932) 290 89 99  
Fax: (5932) 250 72 34  
Mail: [planeta@acces.net.ec](mailto:planeta@acces.net.ec)

## **México**

Masarik 111, piso 2.º  
Colonia Chapultepec Morales  
Delegación Miguel Hidalgo 11560  
México, D.F. (México)  
Tel.: (52) 55 3000 62 00  
Fax: (52) 55 5002 91 54  
Mail: [info@planeta.com.mx](mailto:info@planeta.com.mx)  
[www.editorialplaneta.com.mx](http://www.editorialplaneta.com.mx)  
[www.planeta.com.mx](http://www.planeta.com.mx)

## **Perú**

Av. Santa Cruz, 244  
San Isidro, Lima (Perú)  
Tel.: (511) 440 98 98  
Fax: (511) 422 46 50  
Mail: [rosales@eplaneta.com.pe](mailto:rosales@eplaneta.com.pe)

**Portugal**

Planeta Manuscrito  
Rua do Loreto, 16-1.º Frte.  
1200-242 Lisboa (Portugal)  
Tel.: (351) 21 370 43061  
Fax: (351) 21 370 43061

**Uruguay**

Cuareim, 1647  
11100 Montevideo (Uruguay)  
Tel.: (5982) 901 40 26  
Fax: (5982) 902 25 50  
Mail: [info@planeta.com.uy](mailto:info@planeta.com.uy)  
[www.editorialplaneta.com.uy](http://www.editorialplaneta.com.uy)

**Venezuela**

Final Av. Libertador con calle Alameda,  
Edificio Exa, piso 3.º, of. 301  
El Rosal Chacao, Caracas (Venezuela)  
Tel.: (58212) 952 35 33  
Fax: (58212) 953 05 29  
Mail: [info@planeta.com.ve](mailto:info@planeta.com.ve)  
[www.editorialplaneta.com.ve](http://www.editorialplaneta.com.ve)

**Grupo  Planeta**

Zenith es un sello editorial del Grupo Planeta  
[www.editorialplaneta.com.ar](http://www.editorialplaneta.com.ar)

# Índice

|                                                               |     |
|---------------------------------------------------------------|-----|
| Cubierta                                                      | 2   |
| Portada                                                       | 5   |
| Legales                                                       | 6   |
| Índice                                                        | 7   |
| Dedicatoria                                                   | 8   |
| Agradecimientos                                               | 9   |
| Prefacio                                                      | 10  |
| LOS SUEÑOS ALIMENTAN LA VIDA                                  | 11  |
| Introducción                                                  | 14  |
| LOS SUEÑOS ABREN LAS VENTANAS                                 | 15  |
| Capítulo1                                                     | 21  |
| EL MAYOR VENDEDOR DE SUEÑOS                                   | 22  |
| Capítulo2                                                     | 38  |
| UN SOÑADOR QUE COLECCIONABA DERROTAS                          | 39  |
| Capítulo3                                                     | 55  |
| EL SUEÑO DEL PACIFISTA                                        | 56  |
| Capítulo4                                                     | 68  |
| UN SOÑADOR QUE DESEÓ CAMBIAR LOS FUNDAMENTOS<br>DE LA CIENCIA | 69  |
| Capítulo5                                                     | 96  |
| NUNCA RENUNCIES                                               | 97  |
| Bibliografía                                                  | 107 |
| Grupo Editorial Planeta                                       | 109 |