

## ¿Deseas amar o tiraste la toalla?

Algún día al dar la vuelta a una esquina de la vida, descubrimos, no como una especulación mental, sino en un escalofrío que nos recorre el sin sentido, una vibración que parte del núcleo de cada una de nuestras células, que... esto, esto, es una historia de Amor.

Esto del Logos con su fuerza activa que conocemos como el Cristo, esto de la tierra con el cosmos, del naranjo con el suelo del Mediterráneo, (es que escribo delante de un campo llenito, llenito de azahar), del científico con su descubrimiento, el poeta con la imagen, el místico con el todo, la recién parida con su bebé. Los amantes...¿cómo no?...los que se aman habitan territorio divino.

Todos estamos inmersos en una gran fuerza, incontrolable, eterna, impersonal y precisa, en un juego de paradojas que no tiene fin. (Incluso los que están en guerra). Sólo cuando lo reconocemos, la sabiduría se encarna.

Si estamos conectados con esa Fuente de la que surgen todas las ideas (lo siento por los que piensan que son autogeneradores y no cañas vacías de lo que viene), las victorias se suceden, el aburrimiento no cabe en nuestro diccionario, la risa explota como si fuéramos globos de colores recordándonos que la espontaneidad es ilimitada, el niño ni con noventa desaparece y las lagrimas o el cabreo duran lo justo.

Incluso si en lugar de dulzura hay vinagre o acero en una mirada, si el rictus de las bocas miran para abajo en vez de estirarse hacia arriba...sólo se trata de enquistamiento en el dolor, algo que pasó...no se supo resolver y aparentemente las ventanas del alma, dejaron de ver el paisaje fascinante del vivir. Pero es imposible no sentir el deseo de amar, y ser amados. "El ser creador por excelencia es Dios, está en acción constante en cada momento sin depender de moldes pasados o proyecciones futuras, es el polo máximo de la escala de la espontaneidad".

Tal como previó una maestra espiritual llamada Madre de Auroville, el núcleo mismo de cada célula es divino y lleva esa impronta, es un cosmos en diminuto que reproduce la forma en que se crean las galaxias, por una explosión de conciencia. Ya sé que los científicos lo llaman hidrógeno, también decimos que el cáncer es sólo una enfermedad y quizás sea la manera de purificar parte del planeta. (Se lo oí el año pasado a Triguierinho, en Figueira (Brasil) y en algún lugar...resuena).

Necesitamos dejar de dar por hecho todo, y empezar a mirar con asombro y curiosidad, para trasladar esa pasión por el descubrimiento a lo que tenemos delante.

Cuando la energía está capturada en algo, en una necesidad no puesta al día, (algo así como un secuestro de la conciencia) puede ser desde recibir una caricia, cambiar de oficio o darle un zapatazo a alguien, permanecemos ensimismados, aburridos y puede que hasta insomnes... porque la represión del problema, no lo modifica, actúa como olla a presión... "la necesidad dominante no puede alcanzar el primer plano, y lo que está enfrente, no nos ayuda a extraer toda la energía, no es llamativo, la atención decae y ninguna figura adquiere brillo.

Existe el deseo de estar en otra parte y hacer otra cosa, (aunque no se puede reconocer el deseo porque no se le permite desarrollarse), se siente únicamente que lo que se desea es no estar aquí, no hacer esto. "Esto es el aburrimiento en palabras de Goodman.

Los bloqueos no mejoran con el tiempo más bien se empantan en la cronicidad, a menos que trabajemos como abejas dispuestas a crear la miel de la vida en lugar de venenillo. Descubrirse en lugar de relajarse en la repetición cansina es lo aconsejable. Llevar conciencia a lo que hacemos y pensamos aligera las relaciones y deja más energía disponible para realizar los sueños.

A veces, las nuevas interacciones causan ansiedad, no es más que temor a la propia audacia. Después de la idealización del principio surgen los juegos de poder. Y al final si no conseguimos llegar a la intimidad, el borrón y cuenta nueva es tan imprescindible como doloroso.

Cambiamos de pareja, pero no de bloqueo y al poco tiempo todo vuelve a ser gris, como una lavadora que no conoce más que ese programa, y nunca llega al punto que centrifuga los sucesos.

La institución de una forma de relacionarnos es lo cuestionable, lo siniestro en el sentido de "familiar" que le dió Freud. Detrás de Pepe, alrededor, arriba, abajo están su padre, madre, ancestros y de Mary también. Aunque veamos a dos, hay una multitud invisible conviviendo. El trabajo hacia la unidad es... curro. Quienes han constelado su familia a lo B.Hellinger saben del entretejido de las relaciones y sus efectos en generaciones posteriores. El sistema tiene un sentido.

La realidad es que nos magnetizamos, atraemos, juntamos para evolucionar. A veces la angustia viene de querer estar con el otro y no saberlo conscientemente.

Cuando por fin vemos los bloqueos que nos causan problemas, se nos ocurren salidas más nuevas y espontáneas, de aquello que repetimos desde la infancia, y se ha convertido en un ajuste conservador. El test de Salama TPG es una joya-brújula para hacernos reflexionar y dar un salto en lo que pasamos por alto.

La mayoría de las veces sentimos un malestar difuso, nos desconectamos de las sensaciones. Ignoramos que vivimos con un montón de órdenes internas que nos impiden la libre expresión de lo que hoy somos. Lo que nos disgusta se lo endosamos al otro. En lugar de actuar... nos aguantamos el deseo, yéndonos hacia dentro como hacíamos de niños, en una posición pasivo-agresiva ( cuando se nos pide incluso algo razonable). Cambiamos trabajo por placer. Nos quejamos. Posponemos decisiones que hacen que el arroz se pase. Todo tiene su tempo, fuera de él se instala el caos. Queremos ponerle

límites al otro, en lugar de auto regularnos. Vamos de víctimas. Evitamos lo que nos produce excitación saliendo por peteneras. Nos colgamos emocionalmente. O nos fijamos obsesivamente en X, interrumpiendo la satisfacción de la siguiente necesidad. Nos crecen los enanos.

Quizás por todos estos juegos Gibran dice que el amor nos enaltece y nos crucifica. Más académicamente aunque menos poético, sería preciso hablar de bloqueos, (también de lealtad, vulnerabilidad, paciencia, benevolencia) lo único que podemos cambiar a la hora de enfrentar los problemas que la vida nos trae. Unos meses de psicoterapia bien asimilada, a tiempo, son un tesoro para siempre.

“Cuando el ser despliega su poder, no se tiene ninguna sensación de seguridad, más bien se acepta la excitación, junto a un optimismo aparentemente loco, y confianza en la capacidad de autorregulación del cuerpo y la mente. Esta sensación de estar dispuesto a todo se conoce como fe”. Otra vez Goodman.

De otro orden es el amor abstracto, el “bajé a las bodegas del Amado y bebí” de S. Juan de la Cruz...impersonal, siempre gozoso, sin esperar los frutos de la acción, desapegado, tolerante. Irnos construyendo hacia eso es el sentido de la vida.

En el amor a la pareja, familia, amigos, siempre hay algo de egoísmo, sentimos hambre de totalidad y lo proyectamos en lo de afuera, la fuerza crística sólo busca amar y salvar.

Nada que ver con el embrollado triángulo del ayudador, la víctima y el perseguidor, juego psicológico nefasto. Lo otro es de verdad gratuito, como río desbordado de una Fuente que mana sin límites, y que se auto nutre de la devoción, el sacrificio, la fe (lo contrario al miedo) conquistada con la disciplina.

Vayamos por donde transitemos el Amor nos sale al paso. En directo o diferido, todos estamos deseando amar, incluidos los violentos, crueles, resentidos, orgullosos, egoícos... (¿quién no tiene algo de eso?) todos estamos necesitados de cura y compasión, especialmente los que creen haber tirado la toalla. Ella sigue ahí, enroscada a la garganta (¿angustia?) como una boa que aprieta...para no llorar.

La pregunta clave sería: ¿eres libre o se te ha enroscado la toalla?.

**Margarita Llamazares**

**Psi & Company**

**Técnicas de vanguardia en terapia y desarrollo personal.**

**Valencia-Madrid**

**Email | [contact@margaritallamazares.net](mailto:contact@margaritallamazares.net)**

