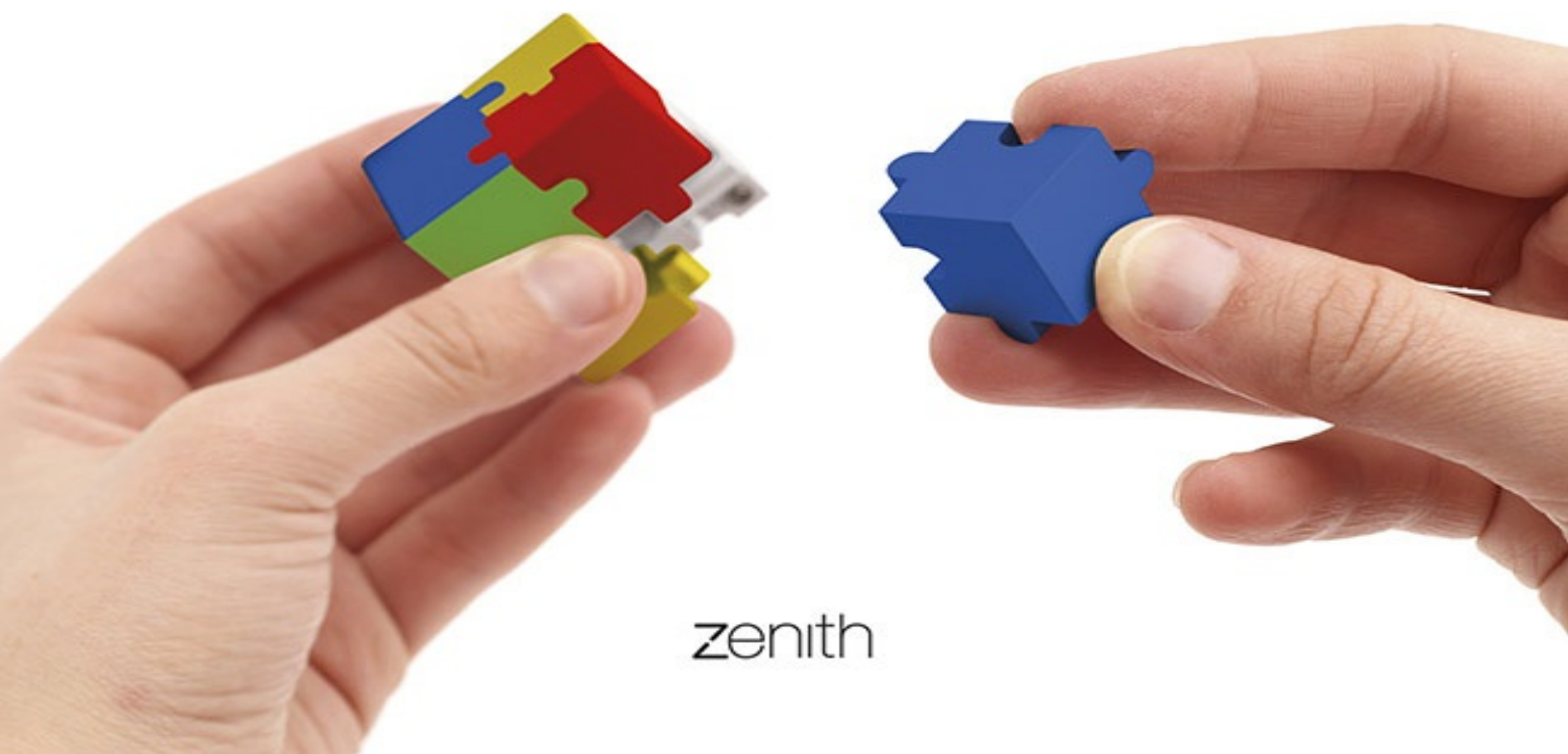


AUGUSTO CURRY

El código de la inteligencia

Cómo formar mentes brillantes en busca
de la excelencia emocional y profesional



zenith

Índice

Portada

Para...

Nota del autor

Prefacio

Introducción. Entrenar el intelecto para descifrar los códigos de la inteligencia

Primera parte: INTELIGENCIA MULTIFOCAL

1. La definición de inteligencia: el Homo sapiens, un ser que va más allá de los límites de la lógica
2. ¿En qué escuela se enseña a descifrar los códigos?
3. No hay magia para descifrar el código
4. Los códigos son universales
5. Los códigos que Einstein no descifró

Segunda parte: LAS CUATRO TRAMPAS DE LA MENTE

6. Primera trampa de la mente humana: el conformismo
7. Segunda trampa de la mente humana: la autocompasión
8. Tercera trampa de la mente humana: el miedo a reconocer los errores
9. Cuarta trampa de la mente humana: el miedo a correr riesgos

Tercera parte: LOS CÓDIGOS DE LA INTELIGENCIA

10. Primer código de la inteligencia: Código del yo como gestor del intelecto
11. Segundo código de la inteligencia: Código de la Autocrítica: pensar en las consecuencias de los comportamientos
12. Tercer código de la inteligencia: Código de la Psicoadaptación o de la Resiliencia: la capacidad de sobrevivir a las vicisitudes de la existencia
13. Cuarto código de la inteligencia: Código del Altruismo: la capacidad de ponerse en el lugar de los otros
14. Quinto código de la inteligencia: Código del debate de Ideas
15. Sexto código de la inteligencia: Código del Carisma
16. Séptimo código de la inteligencia: Código de la Intuición Creativa
17. Octavo código de la inteligencia: Código del yo como gestor de la emoción
18. Noveno código de la inteligencia: Código del Placer de Vivir

Conclusión

19. Los profesionales que descifraron los códigos: las diferencias entre los profesionales buenos y los excelentes

20. Vender los sueños de los códigos de la inteligencia en una sociedad que dejó de soñar

Referencias bibliográficas

Escuela de inteligencia

Nota

Créditos



Para _____

Descifrar los códigos de la inteligencia nos hace entender que no somos dioses, sino seres humanos imperfectos.

Descifrar los Códigos del yo como gestor del intelecto, de la Resiliencia, del Carisma, del Altruismo, de la Autocrítica, del Debate de Ideas y de la Intuición Creativa, no es un deber, sino un derecho del ser humano que busca tener una mente brillante y procura la excelencia emocional, social y profesional.

Es un privilegio de aquellos que comprenden que, cuando la sociedad nos abandona, la soledad es soportable.

Cuando nos abandonamos nosotros mismos, esa soledad es intolerable.

_____ —/—/—

Como investigador de la compleja inteligencia, no me inclinaría ante ninguna autoridad política y ninguna persona famosa, sino ante todos los profesores y alumnos del mundo. Son ellos quienes pueden cambiar el escenario social. Son actores insustituibles. Dedico humildemente El código de la inteligencia a cada uno de ellos...

AUGUSTO CURY

PREFACIO

El código de la inteligencia es un libro que describe de manera estimulante, inteligente y —lo más importante— simplificada el complejo proceso de formación de pensadores.

¿Cuáles fueron los códigos descifrados por determinadas personas que las hicieron salir de lo común y las llevaron a expandir el mundo de las ideas en matemática, física, filosofía, espiritualidad, política y relaciones sociales? ¿Cuáles fueron los códigos descifrados por profesionales que los ayudaron a sobresalir en el ámbito empresarial? ¿Cuáles fueron los códigos desarrollados por seres humanos que los llevaron a ser creativos, solidarios, generosos, cautivadores y plenos de placer?

Algunos estudiantes descifran determinados códigos de la inteligencia que los transforman en emprendedores, cuestionadores de ideas y constructores de conocimiento. Otros, aunque obtengan excelentes notas escolares, no los descifran, y se vuelven tímidos y frágiles repetidores de ideas.

Augusto Cury, psiquiatra, investigador sobre psicología, autor de una de las teorías más difundidas sobre el funcionamiento de la mente y uno de los autores de mayor éxito en Brasil, nos revela los códigos de la inteligencia bajo los enfoques psicológico, filosófico, psicopedagógico y sociológico. Su abordaje de los nueve códigos de inteligencia asombrará y desafiará a los lectores.

Descifrar estos códigos es fundamental para conquistar la salud psíquica, las relaciones sanas, la creatividad, la eficiencia profesional y el placer de vivir. Lamentablemente, las instituciones de enseñanza básica, media y universitaria no alientan a sus alumnos a descubrirlos y aplicarlos.

En este libro el autor plantea: «¿En qué espacio se enseña a descifrar el código del filtro de los estímulos estresantes? ¿Dónde se educa la capacidad del yo como gestor psíquico? ¿En qué institución se aprende el Código de la Resiliencia para superar las adversidades? Y ¿dónde se descifran el Código del Altruismo y de la Intuición Creativa?». Y además afirma: «Somos una sociedad enferma que ha formado personas enfermas».

Augusto Cury reflexiona asimismo sobre las cuatro trampas de la mente humana que bloquean la inteligencia, asfixian la emoción y abortan la ejecución de los proyectos de vida. Por último, aborda los hábitos de los buenos profesionales y los compara con los hábitos de los profesionales excelentes que saben descifrar los códigos de la inteligencia.

A lo largo del texto se destacan diversos pensamientos de Augusto Cury, extraídos de algunos de sus más de veinte libros.

Esperamos que los lectores descifren y apliquen los códigos de la inteligencia en todos los espacios sociales en los que viven. Que disfruten la lectura.

LOS EDITORES

INTRODUCCIÓN

ENTRENAR EL INTELLECTO PARA DESCIFRAR LOS CÓDIGOS DE LA INTELIGENCIA

Tito, el general romano encargado de construir el Coliseo, sentía orgullo porque su ejército era el único que se preparaba para la guerra en tiempos de paz y entrenaba a sus soldados durante todo el año. Era el más eficiente. Con él, en el año 70 d. C. asoló Jerusalén, donde perpetró atrocidades inimaginables, y trasladó millares de prisioneros a Roma. En medio de las lágrimas y la sangre de sus cautivos, el gran general construyó monumentos que permanecen en pie hasta el día de hoy.

El adiestramiento que antes comprendía los ejércitos y unas pocas áreas más de la sociedad hoy alcanza todos los sectores. Estamos en la era del entrenamiento. Nos entrenamos para practicar deportes, caminar, bailar, hacer cuentas, escribir, contar historias y poner una obra en escena. Nos entrenamos para conducir vehículos, pilotear aviones y dirigir máquinas. Nos entrenamos para hablar en público, usar computadoras, idear programas, administrar empresas y ejecutar proyectos. Nos entrenamos para beber vino, apreciar una obra de arte y supervisar la calidad de los productos.

Sin embargo, cuando todo parecía perfecto en la era del entrenamiento, ocurre que, al contemplar los males psíquicos y sociales de las sociedades modernas, comprobamos que cometimos un gravísimo error histórico. Olvidamos realizar el entrenamiento más importante, el entrenamiento para descifrar y aplicar los códigos de la inteligencia. Sin ellos no podemos desarrollar nuestra imaginación, nuestra capacidad de superación de las vicisitudes ni nuestras potencialidades intelectuales.

Memoria superutilizada y códigos de la inteligencia subutilizados

Deberíamos descifrar esos códigos con la misma energía con que el buscador de oro penetra en las rocas en busca de este metal precioso, con el mismo ahínco con que el cirujano retira la piel para revelar tejidos ocultos, con las mismas ansias con que el sediento cava en los calurosos desiertos para saciar su sed.

El sentido común cree falsamente que la memoria es subutilizada. Unos creen que usamos el 10 % de la memoria; otros, el 20 %, y otros, incluso un poco más. Pero esta noción popular es ingenua, simplista y, por ende, necesita correcciones. La memoria es selectiva. Además, se abre y se cierra según la emoción que estemos viviendo en un

determinado momento existencial.

Las emociones tensas, fóbicas y aprensivas cierran las ventanas de la memoria; las emociones placenteras, desafiantes y serenas las abren. Pero aun cuando las emociones serenas abran las ventanas, la memoria sigue siendo selectiva, no abre todos sus archivos.

¿Has pensado qué ocurriría si la memoria no fuera selectiva? Cualquier palabra, como «coche», «avión», «amigo», «enemigo», «miedo», nos llevaría a acceder a millones de datos que tenemos archivados en relación con ese término, con lo que nuestro intelecto se saturaría. Nuestra corteza cerebral no soportaría semejante torbellino de datos. Observemos que cuando sufrimos preocupaciones fijas, y pensamos de manera obsesiva en un asunto determinado, nos sentimos desgastados, nos despertamos cansados y sin energía.

La selectividad de la memoria objetiva protege nuestra mente del congestionamiento de pensamientos, imágenes mentales e ideas. Aun así, si observamos nuestra mente, es probable que la mayoría de nosotros perciba que utilizamos en exceso la memoria; por eso pensamos demasiado y la memoria, a su vez, se desgasta más y más, con lo que se genera el síndrome del pensamiento acelerado (SPA) (Cury, 2004).

Las emociones fluctuantes, los pensamientos anticipatorios y el exceso de compromisos forman parte del menú de una persona hiperpensante. Si la gente usara su memoria de una forma más racional, desgastaría menos su cerebro, se despertaría mejor dispuesta, alabaría más el día que nace, crearía más oportunidades para conquistar a quien ama, para tener gestos únicos, reacciones inesperadas, actitudes deslumbrantes.

La memoria, de por sí selectiva, puede serlo aún más si la bloquea un estrés intenso, que a su vez bloquea el Código de la Intuición Creativa, haciendo que el *Homo bios*, el instinto, prevalezca sobre el *Homo sapiens*, la capacidad de pensar.

El estrés puede cerrar las ventanas de la memoria en concursos, entrevistas, presentaciones públicas, situaciones nuevas y desafíos empresariales, con lo que genera pésimos desempeños intelectuales en personas brillantes.

A excepción de mecanismos como estos, que nos hacen subutilizar la memoria, lo que se subutiliza en todo y cualquier ser humano son los códigos de la inteligencia. Ricos y pobres, psiquiatras y pacientes, líderes empresariales y personal liderado, todos tienen, por mejores que sean, un potencial psíquico global reducido por no descifrar plenamente los códigos de la inteligencia.

La compleja definición de la inteligencia: tres estratos psíquicos

Antes de comenzar a hablar sobre los códigos de la inteligencia es preciso definir qué es

inteligencia. Antes quiero decir con humildad que a lo largo de más de veinte años desarrollé una de las pocas teorías mundiales sobre el funcionamiento de la mente, la construcción de pensamientos y el proceso de formación de pensadores, llamada inteligencia multifocal o psicología multifocal. [*]

La psicología multifocal no es una teoría neurocientífica, sino psicológica, que entra en los campos de la pedagogía, la sociología y la filosofía. Para esta teoría, la inteligencia tiene una definición compleja y difiere de otras teorías en diversos aspectos, pues penetra en áreas que otros autores no tuvieron oportunidad de estudiar, como los fenómenos que actúan en fracciones de segundo en la construcción de las cadenas de pensamientos, imágenes mentales e ideas. Pero en ningún caso mi teoría es mejor que las de los brillantes autores consagrados, como Freud, Jung, Gardner, Morin, Piaget y Vigotsky.

La psicología multifocal ha sido usada por innumerables profesionales de la salud mental y también en investigaciones, en tesis de doctorado y en cursos para posgraduados. Pese a la difusión de la teoría, quiero dejar en claro que ninguna teoría es verdadera en sí misma. Es un cuerpo de postulados, hipótesis, conceptos y argumentos, de los cuales derivan los conocimientos.

PRIMERA PARTE

INTELIGENCIA MULTIFOCAL

Por el hecho de haber investigado no solo el proceso de construcción de pensamientos, sino también la naturaleza de los pensamientos y los límites de la interpretación, me convencí de que la verdad es un fin inalcanzable. Toda teoría debe ser evaluada, analizada, puesta a prueba y reflexionada. Invito al lector a debatir las ideas y ejercer su autocrítica, que son dos de los códigos de la inteligencia, y sacar sus propias conclusiones.

LA DEFINICIÓN DE LA INTELIGENCIA: EL *HOMO SAPIENS*, UN SER QUE VA MÁS ALLÁ DE LOS LÍMITES DE LA LÓGICA

Las tres grandes áreas que definen la inteligencia

Al definir, en los próximos párrafos, qué es la inteligencia, me gustaría que el lector acostumbrado a estos conceptos no se desanimara. Será una exposición sintética. Para la psicología multifocal la definición de inteligencia es abarcadora y, como expresa el nombre mismo de la teoría, es multifocal, multidinámica, multifactorial; es decir, comprende múltiples áreas que participan en su formación. Algunos autores también han sugerido que la inteligencia es multidimensional y modificable (Feuerstein, 1980).

Cuando se sufre una grave frustración, como una humillación pública, lo que definirá el grado de dolor, y en consecuencia la dimensión del conflicto que se tendrá, no será un foco único, expresado por la naturaleza de la humillación. Dependerá de múltiples factores: la persona que produjo la humillación (el agente), la índole de la ofensa, el ambiente social en que se produjo, el tipo de personalidad del receptor, su estado emocional en el momento de la ofensa y las habilidades psíquicas específicas (códigos de la inteligencia) que desarrolló, como su capacidad de gestionar pensamientos y proteger la emoción, así como su desempeño en cuanto a adaptar, minimizar y reciclar el estímulo estresante. Por lo tanto, la inteligencia es multifocal.

Cuatro grandes fenómenos

El concepto global de inteligencia multifocal influye en tres grandes fases o tres grandes áreas. Las dos primeras son inconscientes, y la última, consciente.

La primera área es más profunda; se refiere a los fenómenos inconscientes que actúan en milésimas de segundo en el rescate y la organización de las informaciones de la memoria y, por consiguiente, en la construcción de pensamientos y emociones. Son el Autoflujo, el Gatillo de la Memoria, la Ventana de la Memoria y el yo. Más adelante los estudiaremos.

Por ejemplo: ¿cómo entramos en la memoria de la corteza cerebral y rescatamos los ladrillos o informaciones que generan las cadenas de pensamientos? Tenemos trillones de ladrillos almacenados (informaciones, experiencias, verbos, adjetivos, sustantivos).

¿Cómo damos en el blanco de cada verbo y lo conjugamos sin saber su localización en la corteza y sin haberlo pensado previamente? ¿Qué habilidad es esta? Viajamos casi a la velocidad de la luz y sin plan de vuelo, brújula ni mapa por el inmenso planeta de la memoria, hacemos incontables paradas en los «aeropuertos» y rescatamos a los pasajeros (informaciones) que compondrán los pensamientos, las ideas, las imágenes mentales y las fantasías. Somos más complejos de lo que hasta hoy imaginamos. Desde esta óptica, tanto los pensamientos lúcidos como los estúpidos tienen una complejidad constructiva igualmente fantástica.

Una vez generados, los pensamientos vuelven a la memoria y son registrados por el fenómeno RAM (registro automático de la memoria), construyendo así la plataforma que constituye el yo, que es la expresión máxima de la conciencia crítica y la capacidad de elección. Todo lo que percibimos, sentimos, pensamos y experimentamos se convierte en ladrillos en la construcción de esa plataforma de formación del yo.

El ser humano que tiene baja autoestima, que se considera un fracasado y carente de dignidad, comete un «crimen» contra su propia inteligencia. Toda persona que se disminuye ante otras, se trate de personajes famosos o líderes sociales, nunca ha conocido su propia complejidad. Ignora que posee una habilidad indescifrable para construir pensamientos, aunque estos sean en apariencia banales o tonterías intelectuales.

Las variables que «seleccionan» a los pasajeros

La segunda área de la teoría multifocal de la inteligencia se refiere al cuerpo de las complejas variables que influyen en pequeñas fracciones de segundo en los fenómenos que leen la memoria y producen los pensamientos. Usando la metáfora del aeropuerto, tales variables actúan cuando esos fenómenos aterrizan en la corteza cerebral e interfieren en la selección de los pasajeros. ¿Cuántas veces nos irritamos por no haber dado la respuesta acertada en el momento oportuno a una determinada persona? Retomando el ejemplo de la humillación social, entre esas variables destaco «cómo estoy» (estado emocional y motivacional), «quién soy» (la historia existencial archivada en las ventanas de la memoria), «dónde estoy» (ambiente social), «quién soy genéticamente» (naturaleza genética y la matriz metabólica cerebral), y «cómo actúo como gestor de la psiquis» (el yo como director del itinerario de nuestra historia). Un simple cambio en el estado emocional interfiere en la respuesta. Un simple aprendizaje acerca de cómo gobernar los pensamientos altera la reacción.

Normalmente, las teorías hacen hincapié en los aspectos psíquicos, sociales y genéticos en la construcción de la inteligencia. Algunos pensadores se centraron en la interacción de las dos grandes fuerzas generadoras del desarrollo en general, y de la

inteligencia en particular: la naturaleza y la cultura. Pero lo que ocurre es un caldero de variables multifocales, que entrelazan genética, cultura, ambiente social, estado emocional, motivacional y las habilidades particulares, que aquí denominamos *códigos de la inteligencia*.

«No es una competencia, sino una danza» (Sternberg, 1990). De hecho, en nuestra mente hay una danza dinámica de variables que interfieren en la construcción de la creatividad y de la rigidez intelectual, del odio y del amor, de la poesía y del drama, de las ideas geniales y de los pensamientos prosaicos. Los códigos de la inteligencia son tan importantes como aprender a comer, caminar y respirar, pero rara vez entran en el menú de la educación mundial.

Algunos pensadores de la psicología del pasado consideraban que solo aquellos que tuvieran una infancia traumática, saturada de pérdidas y frustraciones se enfermarían, desarrollarían trastornos físicos y psicosomáticos. ¡Vaya equivocación! Hoy sabemos que incluso los que gozaron de una infancia feliz y sin traumas, que tuvieron el privilegio de contar con padres amorosos, generosos y solidarios, pueden llevar una existencia miserable en la adolescencia y en la vida adulta si no han aprendido a descifrar algunos códigos fundamentales a lo largo del proceso de formación de la personalidad.

Podrán ser víctimas de accidentes existenciales, presiones sociales, rupturas en las relaciones afectivas, pérdidas, competencia predatoria, crisis financieras y exceso de preocupaciones; en suma, una serie de variables que desperdician su patrimonio psíquico, en especial su placer de vivir.

Otro ejemplo: con ingenuidad creemos que tenemos pleno dominio del proceso de construcción intelectual. No es cierto. Podemos dominar computadoras, coches y aviones, pero no tenemos el dominio completo de la más incomprensible de las máquinas: la mente humana. No solo la producción de pensamientos es hipercompleja, sino incontrolable, en su plenitud, por el yo. ¿Cuántos pensamientos inquietantes perturban nuestra tranquilidad sin que los hayamos producido en forma consciente? ¿Cuántas ideas fóbicas transitan por el escenario psíquico sin que hayamos permitido que las construyera la voluntad consciente?

El yo como gestor psíquico, administrador del intelecto, es apenas uno de los códigos de la inteligencia. Si ni siquiera siendo buenos gestores psíquicos dominamos por completo los pensamientos y las emociones, imagínense qué ocurrirá si no desciframos este código, si prescindimos de esta gestión que sucede en esta segunda gran área de la inteligencia.

En ese caso, si usamos un vehículo como una analogía de la mente humana, podemos decir que estamos amordazados en el asiento del acompañante como espectadores pasivos de un viaje que no programamos. Además, a diario millones de personas viajan en su mente por el territorio de las fobias, las preocupaciones enfermizas

y la ansiedad, sin haber programado ese viaje. Entraron en una película de terror que no querían ver. Lo dramático es que la película se proyecta en su mente. No hay tecla para apagar el aparato mental.

Al estudiar las dos primeras grandes áreas de la inteligencia podemos concluir que el *Homo sapiens*, capaz de desarrollar ecuaciones matemáticas, fórmulas físicas y programas lógicos de computación, puede ser tan ilógico como para producir reacciones agresivas, desproporcionadas e irracionales.

Expertos en manejar números pueden perder su lógica y reaccionar estúpidamente ante la mínima contrariedad. Médicos en apariencia medidos ante sus pacientes pueden reaccionar sin control alguno al ser cuestionados por sus pares. En realidad, el *Homo sapiens*, sea psiquiatra o paciente, matemático o alumno, es micro o macro según cada momento existencial. Nadie es por entero estable y coherente. El nivel de fluctuación solo determina el grado de nuestras enfermedades.

El área perceptible

La tercera gran área de la inteligencia se refiere a los resultados de las dos primeras. En esta área se encuentran los comportamientos perceptibles, posibles de analizar, evaluar y cotejar. En esta área se evidencia la rapidez de raciocinio, el grado de memorización, la capacidad de asimilación de informaciones, el nivel de madurez en los focos de tensión, así como los grados de tolerancia, inclusión, solidaridad, generosidad, altruismo, seguridad, timidez e iniciativa.

En la tercera área de la inteligencia, según el concepto de la psicología multifocal, se hacen los más variados test para medir los más diversos tipos de cocientes de inteligencia. No obstante, todos los test son circunstanciales, parciales e incompletos. Ninguno es definitivo. Las habilidades que se detectan en uno no aparecen en otros. Las capacidades que se cotejan en un momento no lo son en otros si cambiamos las variables (cómo estoy, dónde estoy y niveles de gestión psíquica).

No voy a entrar en muchos detalles teóricos y científicos sobre estas áreas en esta obra de aplicación psicológica, pero quisiera decir que los códigos de la inteligencia comprenden las tres áreas. Descifrarlos y aplicarlos son procesos conscientes, pero al hacer este ejercicio alcanzaremos las regiones inconscientes, las capas más profundas de la inteligencia humana, aunque no lo percibamos.

Destacaré los nueve códigos de la inteligencia más relevantes. Gran parte de lo que escribe la prensa son textos de autoayuda, orientación para que los lectores tomen sus decisiones, a pesar de que algunos periodistas no lo admitan y no les guste esa línea literaria.

Me agrada mucho escribir libros de ficción. Pero varios de mis libros son de no ficción, y algunos se han clasificado erróneamente como de autoayuda. Los que así los clasifican no entienden cuáles son las obvias diferencias entre un libro de autoayuda y uno de ciencia aplicada, en suma, de psicología, psiquiatría, pedagogía y filosofía aplicadas. Pese a mis enormes limitaciones, trato de democratizar el conocimiento sobre el funcionamiento de la mente, extraído de la teoría que desarrollé.

Mi objetivo es brindar herramientas para estimular el debate de ideas, para que los lectores aprendan a actuar en su psiquismo, a desarrollar conciencia crítica, proteger su emoción, convertirse en gestores de su mente y ser capaces de expandir su potencial intelectual y prevenir trastornos psíquicos.

Musculatura intelectual y emocional

Si no desciframos los códigos de la inteligencia, no tendremos musculatura emocional para irrigar el desarrollo de la serenidad, del altruismo, la coherencia, la osadía y la creatividad. Los que expanden su salud psíquica, refinan su placer de vivir y liberan su imaginación creativa no son los que hacen de su memoria un depósito interminable de informaciones; por el contrario, son los que se someten a los más disciplinados entrenamientos intelectuales para descifrar los códigos de la inteligencia, aunque lo hagan de manera intuitiva, sin ninguna metodología educacional.

He aquí la gran e inaceptable paradoja: *el Homo sapiens, a lo largo de la historia, aprendió a descifrar su inteligencia para actuar en el escenario social, pero no aprendió a descifrarla para actuar en el escenario psíquico, dirigir su obra intelectual. Somos tímidos espectadores donde deberíamos ser ágiles actores.*

Día tras día, innumerables personas, ricas o pobres, en las más diversas sociedades, son víctimas de agresivos secuestros. Viven secuestradas por las imágenes mentales deprimentes y por los pensamientos morbosos generados clandestinamente en su psiquismo. Es rarísimo encontrar un ser humano verdaderamente libre. Todavía no he hallado ninguno.

A menudo somos inertes, callados y silenciosos en el único lugar donde deberíamos gritar y rebelarnos. Repartimos una sonrisa social que no siempre refleja nuestro clima emocional.

Ejemplos imaginarios, pero no reales

Imaginemos a un fiscal coherente en su foro, pero frágil e ilógico en su psiquis. Tarda

horas o días en tomar decisiones que cualquiera tomaría en minutos, como comprar ropa, visitar a un amigo o hacer un viaje. Se angustia y se castiga porque no decide cosas básicas. No aprendió a descifrar, entre otros códigos, el de la autocrítica.

Imaginemos a una enfermera que cuida con afecto y coraje a sus pacientes en fase terminal, pero que es pésima para cuidarse a sí misma. A diario piensa que tiene cáncer y se halla a las puertas de la muerte, pero el cáncer es imaginario, solo existe como fantasía. Aplica la asepsia con dedicación en las curaciones e infunde esperanza en sus pacientes, aunque se encuentren al borde de la muerte, pero no se permite ni una pizca de esperanza para sí misma, aunque esté supuestamente lejos de morir. No aprendió a aplicar asepsia en su mente, ni a descifrar el código de la higiene psíquica.

Imaginemos a un estudiante aplicado, que participa en las clases, pero cuando se halla ante un examen escolar pierde el raciocinio. Se sabe toda la materia, pero parece que no hubiera estudiado nada. Las ventanas de su memoria se cierran, pues el hecho de entregar el examen se convierte en un acto de terror que obstaculiza su inteligencia. No aprendió a descifrar el código de la protección de la emoción.

Situaciones como estas están más cerca de nosotros de lo que imaginamos. Las personas que he descrito son especiales en determinadas áreas, pero fallan mucho en otras, no entienden que sus mayores enemigos están en su mente y en el escenario social. Podemos convivir con personas injustas, pero nadie puede ser más injusto con nosotros que nosotros mismos.

Deberíamos luchar contra nuestros males psíquicos, pero nos intimidamos en nuestro interior. Y fuera de nosotros, donde deberíamos actuar con tolerancia, nos volvemos combativos y herimos a quienes no lo merecen. Al vivir en una sociedad superficial que no calibra nuestro foco, con frecuencia erramos el blanco.

¿EN QUÉ ESCUELA SE ENSEÑA A DESCIFRAR LOS CÓDIGOS?

¿En qué espacio social, en qué familia o empresa se aprende a entrenarse en la filtración de los estímulos estresantes, que es un excelente código de la inteligencia? Este lamentable error educacional, sociológico, pedagógico y psicológico ha generado consecuencias gravísimas.

Las personas ni siquiera saben que deben desarrollar un filtro psíquico, ni tienen conciencia al menos de que deben protegerse para sobrevivir. Por eso las pérdidas, las dificultades sociales y las contrariedades invaden su psiquis con gran facilidad.

Muchos usan protector solar y gafas oscuras para protegerse contra los rayos ultravioletas, pero no usan protectores para filtrar la basura psíquica más nociva a la que se exponen. ¿No es una paradoja absurda e inadmisibile? Tenemos que preguntarnos: ¿hemos invertido tiempo en construir ese filtro psíquico? Si no, tendremos grandes probabilidades de gastar dinero en tratamientos.

¿En qué escuela se enseña a descifrar el código del yo como gestor psíquico? Me entristece, como investigador del funcionamiento de la mente, saber que tenemos centenas de escuelas en el mundo, pero que no hay escuelas que estructuren el yo para ser líder de la psiquis. Esta situación es tan aberrante como desear que los jóvenes dirijan una obra de teatro colocados como meros espectadores en la platea, o que piloten un avión sentados como pasajeros en lugar de la cabina de mando.

Gran parte de las personas de todos los países ni siquiera saben que tienen un yo, y mucho menos que este debe ejercer un control de calidad de sus pensamientos. En todos lados se sabe que debemos ejercer el control de calidad de productos y servicios, pero no se habla de ejercer el control de calidad sobre las ideas, las imágenes mentales y las fantasías.

El éxito es más difícil de elaborar que el fracaso. El riesgo del éxito es enterrar nuestros sueños y convertirse en una máquina de trabajar.

A. CURY, en *El vendedor de sueños*

El sistema educacional estresa tanto a los profesores como a los alumnos, porque pauta su retórica en la transmisión de informaciones y no en los códigos de la capacidad

de intuir, crear, filtrar estímulos estresantes y gestionar pensamientos.

¿En qué universidad se enseña a pensar antes de reaccionar?

A lo largo de estos años que he pasado ejerciendo la psiquiatría y la psicoterapia, además de entrenar a diversos psicólogos, percibí que muchos buenos profesionales de mi área, incluso de la medicina, no han descifrado los códigos de la inteligencia. Este es uno de los motivos por los cuales los psiquiatras, médicos de otras especialidades y psicólogos están más predispuestos a padecer trastornos psíquicos. Son excelentes para cuidar de otros, pero se han olvidado de cuidar de sí mismos; se han dedicado a aliviar el dolor de los demás, pero no han invertido en sus proyectos personales.

Los sueños no determinan el lugar en que uno va a estar, pero producen la fuerza necesaria para sacarlo del lugar en que está.

A. CURY, en *Nunca renuncies a tus sueños*

¿En qué universidad se entrena sistemáticamente a los alumnos para descifrar el código de la capacidad de pensar antes de reaccionar? Los universitarios judíos, palestinos, europeos, chinos y estadounidenses salen con millones de informaciones en su intelecto. Muchos descifran el lenguaje de la razón, pero pocos el de la sensibilidad y el carisma. Muchos descifran el lenguaje del individualismo, pero pocos el del altruismo; por eso no entienden que los fuertes usan las ideas, mientras que los débiles, las armas. Los débiles imponen sus verdades; los fuertes las someten a debate; los débiles se separan en feudos; los fuertes luchan por la especie humana.

Por no elaborar la verdadera fuerza, algunos retroceden ante las pérdidas; otros, por el contrario, reaccionan con agresividad ante ellas. No equipan su capacidad de pensar antes de reaccionar y no elaboran sus respuestas en los focos de tensión.

¿Cuántos seres humanos se hallan en el colmo de la desesperación en este preciso momento, incluso pensando en quitarse la vida, porque no aprendieron a enfrentar, a disentir o a reciclar los pensamientos pesimistas? ¿Cómo es posible sobrevivir sin descifrar este código? *La mente piensa disparates, la emoción les da crédito y el yo ingenuo, que no sabe desenmascararlos y filtrarlos, paga las cuentas. La vida tan hermosa y sencilla se torna, así, en una fuente de ansiedad.*

Relaciones fallidas sin descifrar los códigos

Los padres y los profesores que no se entrenaron para leer las letras del alfabeto de la gestión de su psiquis y del arte de pensar antes de reaccionar tendrán reacciones desproporcionadas ante las decepciones de los hijos o alumnos. Controlarán, bloquearán y obstaculizarán, pero no educarán. Los amantes se lastimarán mutuamente por insignificantes comportamientos que no aceptan. Los compañeros de trabajo sentirán celos fatales de los pares que destaquen.

¿Cuántos seres humanos socialmente envidiados, como ejecutivos, médicos o periodistas, en el silencio de sus casas u oficinas, no hieren a quienes más aman? Se muestran serenos cuando sus íntimos los satisfacen, pero explosivos cuando alteran sus expectativas. ¿Acaso nos refugiamos en el templo de la paciencia ante las personas más cercanas que nos decepcionan?

Algunos dicen: «Yo soy sincero. Soy de lo más honesto; digo todo lo que se me pasa por la cabeza». En realidad, su exceso de honestidad es un reflejo de que no descifraron el código del autocontrol. Son siervos de sus impulsos. Hay personas insospechadas que ofenden seriamente a los demás.

¿En qué institución religiosa y social se entrena para descifrar el Código del Altruismo y el código de ponerse en el lugar de los otros? Ver a los demás con nuestros ojos es una tarea superficial para la que no hay que adiestrarse. Pero verlos con los ojos de ellos exige un refinado entrenamiento.

Que seas un vendedor de sueños. Al hacer soñar a los demás, no tengas miedo de fallar. Y si fallas, no tengas miedo de llorar. Y si lloras, replantea tu vida, pero no desistas, date siempre una nueva oportunidad, a ti mismo y a quien amas.

A. CURY, en *El vendedor de sueños*

Sin descifrar estos códigos, aunque seamos profesionales de la salud mental, jamás entenderemos las lágrimas no lloradas, los dolores no expresados ni los conflictos no verbalizados. Todo lo que hablemos del otro será un espejo de lo que somos, no de lo que ellos son en realidad. No respetaremos las divergencias. No entenderemos que exigir que los demás sientan y piensen como nosotros es una exigencia insana e inhumana. Es no comprender que nuestras diferencias son el resultado de nuestra complejidad psíquica y que ninguna de ellas nos excluye de la fascinante familia humana.

Los líderes políticos y religiosos, si no descifran el código de ponerse en el lugar de quienes los enfrentan, cometerán canibalismo psíquico. Bloquearán, silenciarán y excluirán.

Créeme: el canibalismo no está extinto en la actualidad; solo ha adoptado otras

formas. Algunos anulan a sus pares en nombre de sus dogmas; otros, en nombre de la nación, la religión, la ideología, la raza o la teoría «científica».

No somos un número de una tarjeta de crédito, una cuenta bancaria, sino seres humanos únicos. A pesar de nuestros defectos, somos estrellas vivas en el escenario de la existencia.

A. CURY, en *Tú eres insustituible*

NO HAY MAGIA PARA DESCIFRAR EL CÓDIGO

Si alguien quisiera tener salud psíquica y expandir los horizontes de su inteligencia, debería saber que no hay atajos, no hay magia. Tendría que descifrar el código de la inteligencia, conocer el funcionamiento de la mente humana y hacer ejercicios, elevar el estadio intelectual y practicar la educación continua.

La mente humana es un terreno inhóspito, sinuoso y lleno de secretos, un espacio infinito y al mismo tiempo tan pequeño que cabe dentro de un cerebro, un fenómeno tan concreto y a la vez tan impalpable. Un terreno que reyes, políticos e intelectuales no lograron conquistar.

Si no tenemos éxito en esta tarea, ¿cómo vamos a actuar de manera eficiente en el proceso de deconstrucción de los pensamientos castradores y aterradores? ¿Cómo vamos a ser gestores de la más importante de las empresas, la psiquis, la única que no puede ir a la quiebra? Muchos saben que los trastornos psicósomáticos, como los dolores de cabeza, la gastritis, los nudos en la garganta o el cansancio excesivo son síntomas de la insolvencia de su empresa psíquica, son señales graves de que están endeudados, casi en quiebra. Pero ¿quién se preocupa seriamente por la contabilidad de la calidad de vida? Somos lentos para reaccionar y frágiles para cambiar nuestro estilo de vida.

Hubo un empresario, por ejemplo, que se hizo riquísimo; comenzó con un negocio, luego pasó a tener dos, tres. Al cabo de diez años era dueño de una envidiable cadena de tiendas de ropa. Sabía vestir a miles de personas, pero nunca aprendió a vestir su psiquis para protegerla y transformarla. Tenía millones en el banco, pero su mente estaba endeudada por ideas pesimistas y emociones irritables, y su cuerpo se hallaba en un verdadero estado de carencia. Solo lo descubrió después de un grave infarto que casi lo llevó a vestir un cajón de madera.

Dentro de cada ser humano hay un mundo por descubrir. Hay un tesoro escondido en los escombros de las personas que sufren. Solo los sensibles y sabios los descubren.

A. CURY, en *O futuro da humanidade* (El futuro de la humanidad)

¡No nos engañemos! La tarea de explorar e invertir en la salud psíquica es exclusivamente nuestra. Es insustituible. Ni los más excelentes psicoterapeutas o

psiquiatras podrán realizarla por nosotros. A lo sumo serán facilitadores del proceso, que es también el objetivo de este libro.

Pero ¿cómo explorar el mundo intangible de la mente humana? ¿Cómo penetrar en sus espacios insondables? ¿Cómo prevenir los trastornos psíquicos?

¿Cómo expandir los horizontes del intelecto y las fronteras de la emoción? A través del desarrollo de las funciones más importantes de la inteligencia.

Los códigos de una emoción y un intelecto brillante, extraordinario, intuitivo y creativo no están en la carga genética, aunque sean uno de los fenómenos que considerar, ni en la genialidad o los poderes particulares de una casta de privilegiados, sino en el entrenamiento intelectual.

El ejercicio imprescindible

Un orfebre necesita las herramientas idóneas para tallar el diamante y dar forma a una joya. Un biólogo necesita las herramientas adecuadas para invadir el «invisible» mundo intracelular. Un astrónomo necesita los equipamientos apropiados para vislumbrar fenómenos que están a años luz de la Tierra. Del mismo modo, un ser humano que desea recorrer las avenidas del mundo oscuro, tan hermoso y tan amenazador, tan concreto y tan impalpable que lo constituye como ser pensante, también necesita herramientas apropiadas.

¿Existen herramientas o códigos universales? Debido a la diversidad cultural, genética y religiosa, es cuestionable que una teoría psicológica hable de herramientas o códigos universales para explorar la mente humana, pues lo que sirve para un europeo no sirve para un indio y lo que sirve para un norteamericano no es útil para un africano. ¡Correcto!

Ningún pensamiento es verdadero, sino una interpretación de la realidad. En el acto de interpretación, el estado emocional (cómo estamos), social (dónde estamos), la personalidad (quiénes somos) y el metabolismo cerebral (genética) entran en escena y causan micro o macrodistracciones. Por eso la verdad es un fin inalcanzable.

A. CURY, en *Inteligência multifocal* (Inteligencia multifocal)

No obstante, después de más de dos décadas de análisis sistemático del funcionamiento de la mente, estoy convencido de que en realidad existen en el psiquismo humano herramientas o códigos intelectuales que trascienden cultura, religión, etnia y sexo. Descubrir las y utilizarlas de manera metodológica e intuitiva puede determinar adónde va a llegar una persona en sus actividades sociales, profesionales y afectivas.

Estos códigos pueden propiciar la tranquilidad en las tormentas, transformar a una persona tímida en intrépida, impulsiva en prudente, individualista en altruista y apartada en interactiva.

Si no los utilizan, los ricos serán miserables, los indígenas amazónicos crearán fantasmas, los intelectuales serán niños agitados por los vientos del estrés, y los psicoterapeutas reducirán la complejidad de sus pacientes y los aprisionarán en las estrechas fronteras de sus diagnósticos.

Nadie es cien por cien lógico

Por mucho que podamos buscar la racionalidad, la coherencia y la serenidad, ningún ser humano es lógico al cien por cien. Y si por ventura alguien logra ser cien por cien racional, es aconsejable huir de él, pues será un verdugo, un aparato rígido para reaccionar y juzgar. Estará dispuesto a relacionarse con máquinas, no con los imprevisibles y contradictorios seres humanos.

Solo los ordenadores son invariablemente matemáticas. Pero no es deseable ser como ellos. ¿Por qué? Porque no solo la irritabilidad, el egoísmo y la arrogancia son frutos ilógicos de la emoción, sino también el amor, la compasión, la solidaridad y el perdón.

Steven Pinker, profesor de psicología y director del Centro de Neurociencia Cognitiva en el Instituto Tecnológico de Massachusetts, reconoce que todavía existen muchos misterios acerca de la mente, la conciencia, el «*self*», el significado, el conocimiento y la ética. Pero estoy en desacuerdo cuando dice que la mente es un sistema de órganos de computación para resolver el tipo de problemas que nuestros antepasados afrontaban para mantenerse vivos (Pinker, 2001).

Quien cree que sus pensamientos son verdades absolutas está dispuesto a ser un dios, no un ser humano.

A. CURY, en *Os segredos to Pai nosso*
(Los secretos del padrenuestro)

La mente solo resuelve los problemas de supervivencia si se la entrena, equipa y educa. Una vez dotada con los códigos de la inteligencia, la capacidad de resolución mental supera los límites de la lógica y tiene una versatilidad inalcanzable para las computadoras. Trata de explicar qué es el amor. Es inexplicable.

Toda persona que ama es ilógica, se entrega aun sin ser correspondida. El que tiene paciencia con el que se equivoca es ilógico. La paciencia no puede preverse en un programa lógico de computación. Es algo más de lo esperable, hay que darle tiempo; es

una intención subjetiva, es confiar y creer en quien no lo merece, por lo menos en un determinado momento. El que se olvida de sí mismo y piensa en el dolor del otro también es ilógico.

El odio y el amor, la arrogancia y la humildad nacen en fuentes muy próximas, en fuentes que trascienden los límites de las leyes de la matemática, en el indescifrable e imprevisible mundo de la mente humana.

El que aprende a descifrar los más excelentes códigos de la inteligencia deja el mundo intolerante e inflexible de la lógica y los números, y se humaniza. Poco a poco adquiere resiliencia y se torna maleable, solidario, sensible, compasivo, paciente, generoso y magnánimo. Cuanto más descifra los códigos, más se vuelve una persona, un ser humano, y deja de ser un dios rígido y autosuficiente. Por desgracia, como no aprendemos a descifrar los códigos, en la humanidad tenemos más dioses que seres humanos.

LOS CÓDIGOS SON UNIVERSALES

Un curandero y un intelectual

Si un curandero no rompe la cárcel de la rutina y desarrolla la capacidad de extraer el máximo placer de las pequeñas cosas de la existencia, que es uno de los códigos de la inteligencia, su emoción podrá resultar empobrecida, fluctuante e inestable.

De manera semejante, si el propietario de una empresa de extracción de petróleo no recicla su rutina y perfecciona su capacidad de extraer lo bello, podrá dormir bajo una fortuna incalculable, pero tendrá grandes probabilidades de ser un miserable, crónicamente insatisfecho e inestable. Si no descifra el código de la inteligencia, necesitará notables estímulos para experimentar una pizca de placer. Su historia perderá entusiasmo.

El planeta psíquico es tan complejo que puede cambiar las leyes de la matemática: la suma puede generar disminución, la multiplicación puede generar contracción. Solo no entiende estas paradojas quien nunca se arriesgó a explorarlas. Hay mujeres que visten marcas famosas, sus cuerpos relucen de colores y formas gráciles, pero sus emociones disfrazan la tristeza con sonrisas programadas. Son seres fascinantes que perdieron la fascinación por la vida.

Si un africano perteneciente a una tribu sin contacto con la civilización moderna entrenara su intuición y autocrítica, que son otros códigos para explorar la psiquis, sin duda sería flexible y versátil para enfrentar sus dificultades. Lograría, por ejemplo, ver sus obstáculos desde otros ángulos y tendría así mejores condiciones para superarlos. De lo contrario, sus obstáculos serán archivados de manera sobredimensionada por el fenómeno RAM (Registro Automático de la Memoria), formando zonas de conflicto que en la psicología multifocal denomino «ventana *killer*».

Acuñé este término para mostrar que el volumen de ansiedad al entrar en una ventana *killer* es tan grande que bloquea el acceso a miles de otras ventanas, impidiendo así que el yo encuentre informaciones para construir pensamientos e ideas inteligentes. Las ventanas *killer* son pequeñísimas áreas de la corteza cerebral, pero en ellas se hallan archivados nuestros traumas, fantasías, fantasmas, crisis, fobias, celos, sentimientos de envidia, baja autoestima, timidez, complejo de inferioridad, necesidad neurótica de poder, de controlar a los demás y de ser perfecto.

Los sueños sin disciplina producen personas frustradas, y la disciplina sin sueños produce personas autómatas, que solo saben obedecer órdenes.

A. CURY, en *Nunca renuncies a tus sueños*

Por otro lado tenemos las «ventanas *light*», que contienen las experiencias de seguridad, las imágenes altruistas, la solidaridad, la tolerancia, la generosidad, la paciencia, la confianza en sí mismo, la autoestima, los placeres, la capacidad de ponerse en el lugar de los demás, la sensibilidad y la necesidad de inclusión.

Las ventanas *killer* o zonas de conflictos traban o bloquean los códigos de la inteligencia, la lucidez, el raciocinio esquemático, la serenidad, la sabiduría y la racionalidad humana. Las ventanas *light*, por el contrario, los promueven. Una ventana de la memoria es un territorio de lectura en un determinado momento existencial.

El desafío de cada ser humano consiste en abrir el máximo de ventanas en un determinado momento para dar respuestas lúcidas y coherentes. Sin embargo, cuando entramos en una ventana *killer* las experiencias enfermizas que en ella existen generan un volumen de ansiedad que bloquea el acceso a las demás ventanas. De este modo, reaccionamos sin pensar, por instinto, como animales. Producimos respuestas agresivas, irracionales y débiles.

Si, por ejemplo, un miembro de una tribu africana que ve un rayo que cae sobre un árbol y lo quema no descifra mínimamente el Código de la Autocrítica para filtrar el estímulo estresante, podrá formar una ventana *killer*. Cada vez que esté ante un rayo y lea esa zona de conflicto tendrá reacciones distorsionadas y anacrónicas. El rayo podrá dejar de ser un fenómeno natural para convertirse en un fenómeno sobrenatural, que asociará con un dios o un monstruo, con lo cual generará supersticiones, dogmas o traumas.

Nadie es digno del podio si no usa sus fracasos para conquistarlo.

A. CURY, en *Nunca renuncies a tus sueños*

En los ámbitos modernos, de manera semejante, hay personas que, por no desarrollar el Código de la Autocrítica, dan un valor sobrehumano a las palabras e imágenes de ciertas personas, produciendo iconos, ídolos políticos y divinidades científicas que silencian sus voces.

Enfermarnos es más fácil de lo que pensamos

Todos construimos innumerables zonas de conflicto a lo largo del proceso de formación de la personalidad: desde una simple fobia hasta una repulsión excesiva por un insecto, desde la aversión a las alturas hasta la evitación de lugares cerrados, desde una reacción impulsiva con un hijo hasta una reacción aprensiva ante un público o desde un sentimiento de culpa por el pasado hasta un sentimiento de angustia por el futuro.

¿Existen en nuestra psiquis fenómenos que se convirtieron en dioses o monstruos? Reconocer nuestras miserias es otro código de la inteligencia. Parece muy fácil, pero muchos no tienen coraje para reconocer sus males. El que no descifra este código arrastra sus enfermedades a lo largo de toda su historia y tiene mínimas probabilidades de ser sano.

De modo similar, si un ejecutivo de una empresa multinacional no refina el Código de la Autocrítica y de la intuición ante sus desafíos, no abrirá el abanico de su mente para verlos desde otros ángulos. En lugar de generar oportunidades creativas, esos desafíos producirán fantasmas y miedo al futuro que lo atemorizarán.

Tanto la mente de un indígena de la Amazonia como la de un intelectual de Oxford tienen facilidad de crear fantasmas; estos solo cambian de apariencia. ¿Por qué nuestra mente tiene tal facilidad? Porque los pensamientos conscientes en los que se basa la racionalidad del *Homo sapiens* son de naturaleza virtual. No son reales en sí mismos. Todo lo que tú y yo pensamos sobre nosotros mismos y sobre los demás no es concreto, esencial, sino fruto de un sofisticado sistema de interpretación. Toda interpretación es pasible de incontables distorsiones.

Nadie es digno de la sabiduría si no usa sus lágrimas para regarla.

A. CURY, en *A sabedoria nossa de cada dia*

(La sabiduría nuestra de cada día)

Goleman (1996) comentó que las informaciones son estímulos bioenergéticos originados en los órganos sensoriales que llegan al sistema nervioso central a través de los nervios. Al ser llevados al cerebro, los estímulos son codificados y almacenados en áreas específicas, donde se interpretan y diferencian las informaciones provenientes de un mismo órgano sensorial. Como dice Goleman, los estímulos, como las palabras y las imágenes, sufren una secuencia de procesos para ser asimilados por la corteza cerebral, la capa más evolucionada del cerebro. Una vez alcanzada la corteza, como hemos visto, las variables emocional (cómo estamos), histórica (lo que somos), social (dónde estamos) y genética (nuestro código) y la actuación del yo como gestor psíquico influyen en la manera como interpretamos cada estímulo.

Cualquier pequeña variación en estos ambientes altera la interpretación. Un simple cambio en nuestro estado emocional de tranquilidad a ansiedad ante un mismo comportamiento de un hijo expresado en dos momentos diferentes generará interpretaciones distintas, aunque en algunos casos sean imperceptibles. Tranquilo, un padre puede ser tolerante con el error de un hijo; ansioso, puede ser implacable ante un mismo comportamiento.

Nadie es digno del oasis si no aprende a atravesar sus desiertos.

A. Cury, en *Treinando a emoção para ser feliz*

(Entrenar la emoción para ser feliz)

El que cree que sus pensamientos son verdaderos tiene vocación para ser Dios, no humano. La verdad humana nunca es pura, sino interpretativa. Cuando desciframos los códigos de la inteligencia nos tornamos más flexibles, tolerantes e inclusivos. Entendemos que incluso en la ciencia las verdades pueden ser coherentes, pero con frecuencia no son eternas ni inmutables. Muchas grandes verdades dejan de serlo al cabo de unos años. Si en el campo científico hay tanta fluctuación, imaginemos lo que ocurre en las relaciones humanas.

¿Cuántas veces, tras algunas horas de discusión, vemos que extrapolamos, que podríamos haber reaccionado de otro modo? Nuestra verdad dejó de serlo.

¿Cuántas veces, fuera del calor de las tensiones, percibimos que valoramos cosas sin importancia y sufrimos estúpidamente por tonterías? Nuestra verdad se diluyó.

Es preciso que nos entrenemos a diario, que inyectemos una dosis de lucidez en nuestra capacidad de interpretar la vida y sus sucesos. De lo contrario, es casi imposible que no cometamos errores inhumanos, como fue el caso de Einstein. Veamos.

LOS CÓDIGOS QUE EINSTEIN NO DESCIFRÓ

El fallo inconcebible de Einstein

Los códigos o funciones de la inteligencia más importantes están bloqueados en cada ser humano. En unos en exceso, en otros de manera menos llamativa. Einstein descifró algunos códigos importantísimos, como el Código de la Intuición Creativa, del arte de la duda, del debate de ideas y de la observación rigurosa. El genio de la física liberó su fantasía, anduvo por universos nunca antes imaginados, recicló paradigmas y produjo un cuerpo de conocimientos que revolucionó la manera como vemos el universo. Vio los hechos físicos de un modo único. Su teoría fue de un ingenio asombroso.

A Einstein se lo consideró uno de los mayores cerebros humanos. Pero ¿tenía obstaculizados algunos códigos de la inteligencia? Sí. Tanto que cometió algunos fallos inadmisibles en la relación con uno de sus hijos, aunque rara vez se comenta este asunto en la prensa mundial.

Einstein era un hombre simple, sociable, amable, amante de la música, pero tenía afectados el Código de la Resiliencia, que hemos de estudiar, y el código de la capacidad de cautivarse atenta y prolongadamente con los pequeños estímulos de la rutina diaria.

El pensador de la física exploró mucho el mundo que lo rodeaba, pero poco el infinito mundo de su mente. No descifrar esos códigos fue tal vez un factor que contribuyó a que él construyera villanos en su propia psiquis, y tuviera características depresivas, pensamientos morbosos y pesimistas.

Es probable que Einstein tampoco descifrara en plenitud otros códigos que superaban los límites de la lógica, como el Código del Altruismo y la capacidad de ponerse en el lugar del otro. Como comenté en el libro *O futuro da humanidade* (El futuro de la humanidad), si hubiera desarrollado esos códigos en su psiquismo, jamás habría dejado de visitar durante años a su hijo psicótico en el manicomio en que lo internó. El gran Einstein se empequeñeció. Abandonó al hijo en el momento en que este más lo necesitaba.

La vida es cíclica; el que hoy es aplaudido mañana podrá ser escarnecido; el que hoy es humillado mañana podrá ser exaltado.

A. CURY, en *El vendedor de sueños II*.

¿Cómo puede un humanista actuar sin humanidad? ¿Cómo puede un padre colocar a su hijo al margen de su historia por ser psicótico? Einstein fue la primera gran celebridad de la ciencia. Pero, mientras brillaba, su hijo vivía en el anonimato de un manicomio. *Todos los padres aman estar junto a los hijos que están en el podio, pero la excelencia del amor se revela cuando se está junto a aquellos que nunca salieron de las últimas filas.*

No se comenta que el hombre que más conoció las fuerzas del universo físico fue derrotado por los fenómenos de un universo más complejo, el universo psíquico. Los delirios, las alucinaciones, las imágenes mentales surrealistas y los pensamientos desorganizados de su hijo eran fenómenos más complejos que los estudiados en la teoría de la relatividad general. Tales fenómenos lo perturbaban.

El ambiente tétrico del hospital y su sentimiento de impotencia para lidiar con hechos ilógicos también lo angustiaban. Por no descifrar determinados códigos de la inteligencia, el genio de la física actuó en algunas áreas sin ninguna genialidad.

Los agujeros negros de la mente humana

Einstein estudió los complejos agujeros negros que son capaces de absorber y destruir estrellas y planetas enteros como la Tierra. Pero no sabía que la psiquis humana también alberga agujeros negros, las ventanas *killer*, capaces de absorber y destruir nuestra solidaridad, altruismo, lucidez y raciocinio esquemático en los focos de tensión.

Freud descifró el código de la osadía, de la capacidad intuitiva, de la mirada multifocal, de la sensibilidad, del raciocinio esquemático, del proceso de observación detallado; por eso fue un gran productor de conocimiento. Pero no descifró plenamente el código de la tolerancia, del altruismo, de la democracia de las ideas. Si los hubiera descifrado, habría descubierto que la verdad absoluta no existe en la ciencia, que la verdad es un fin inalcanzable. Sí, si los hubiera descifrado, jamás habría desterrado de la familia psicoanalítica a amigos que contrariaban sus ideas, en especial en relación con la teoría de la sexualidad.

El gran Freud tal vez soportara las críticas de fuera, pero no tuvo madurez para superar las críticas que surgieron dentro del seno psicoanalítico, no admitió que lo enfrentaran sus allegados.

El que quiere el brillo del sol tiene que adquirir habilidad para superar las adversidades, aprender la resiliencia para

atravesar la oscuridad de la lúgubre noche. La vida es una gran aventura donde noches y días se alternan. No hay milagros; solo el milagro de la vida.

A. CURY, en *El código de la inteligencia*

Y el Maestro de los maestros, Jesucristo, ¿descifró estos códigos? ¿Falló en los focos de tensión, cuando el mundo se desplomaba sobre él? ¿Cómo lidió con los opositores que surgían en torno de su mesa? Intenté, por medio del análisis crítico, derribar el mito de Jesús, pero ese hombre me asombró. En la Última Cena, sabiendo que moriría del modo más inhumano posible al día siguiente, descifró el código de la protección de la emoción y de la gestión de los pensamientos; por eso, para admiración de la psicología, logró tener apetito en una situación en la que cualquiera experimentaría anorexia.

En esa cena anunció que alguien lo traicionaría, pero no lo identificó. Por la proximidad de su muerte, su tolerancia y su generosidad deberían haber sido tragadas por las ventanas *killer* del miedo y la angustia. Sin embargo, descifró el código del altruismo, de la resiliencia, del carisma y de la capacidad de brindarse sin esperar retribución. Solo esto explica por qué, en lugar de exponer en forma pública la traición de Judas Iscariote, lo protegió y, además, le dio un pedazo de pan.

Seguro, le dijo: «*Lo que tengas que hacer, hazlo deprisa*». No tenía miedo de que lo traicionara, sino de perderlo. A diferencia de Freud, Él incluyó, abrazó y respetó a quien más lo decepcionó.

Entre los deseos y los sueños hay más misterios de lo que imagina nuestra psicología. Los deseos son intenciones superficiales; los sueños son proyectos de vida. Los deseos no resisten el calor de las pérdidas; los sueños crean raíces en las dificultades. Hasta los psicópatas tienen deseos de cambio, pero solo los que sueñan transforman su realidad.

A. CURY, en *Nunca renuncies a tus sueños*

Y ¿nuestros fallos?

Es fácil criticar al que no descifra los códigos de su inteligencia. ¿Solo grandes pensadores como Einstein o Freud se equivocaron en las relaciones humanas? Si apuntamos el dedo hacia nosotros mismos, ¿saldríamos indemnes? ¿Acaso no tenemos zonas de conflicto que nos han llevado a poner al margen de nuestra historia a personas importantes, aunque no lo admitamos?

¿Quién no es héroe en algunos momentos y villano en otros? ¿Quién no es maduro en determinadas funciones de la inteligencia e infantil en otras? ¿Qué psicólogo,

pedagogo, sociólogo o filósofo no tiene reacciones incoherentes y necias cuando lo afectan determinados tipos de estrés?

SEGUNDA PARTE

LAS CUATRO TRAMPAS DE LA MENTE

No hay ser humano lúcido que no reaccione con estupidez ni otro tranquilo que no tenga sus momentos de desesperación. Debemos tener conciencia de que somos una masa de seres humanos imperfectos que vivimos en una sociedad de personas imperfectas. Nosotros frustraremos a nuestras personas cercanas, y ellas nos frustrarán a nosotros. Por eso el código de la tolerancia no es una opción en las relaciones humanas, sino una necesidad insustituible.

PRIMERA TRAMPA DE LA MENTE HUMANA: *EL CONFORMISMO*

El ser humano puede vivir amordazado dentro de sí, aunque su lengua sea capaz de hablar libremente. Puede vivir encadenado, aunque sus piernas estén sueltas. Puede vivir asfixiado, aunque sus pulmones estén abiertos.

Hay diversas trampas mentales que se construyen clandestinamente a lo largo del proceso de formación de la personalidad humana. Ellas nos aprisionan en el lugar donde todos deberíamos ser libres. Ningún ser humano está libre de ellas; por eso ningún ser humano es plenamente libre, sea niño o adulto, intelectual o iletrado, psiquiatra o paciente, europeo o africano.

La lucidez para reconocerlas y la humildad para asumirlas son fundamentales para superarlas. Como casi todo en la psiquis tiene un doble sentido, las trampas de la mente humana bloquean la capacidad de descifrar los códigos de la inteligencia y, a su vez, la incapacidad de descifrar determinados códigos construye esas trampas. Somos víctimas y villanos de la sociedad, somos víctimas y villanos de nosotros mismos. En los textos siguientes abordaré cuatro de estas trampas, que impiden el desarrollo de la excelencia psíquica, afectiva, social y profesional. Tales trampas pueden estar presentes de manera sutil o dominante en cada uno de nosotros. Hasta las personas activas, dinámicas, emprendedoras y libres las alojan en su psiquismo.

El conformismo

El conformismo es el arte de adaptarse, de no reaccionar y de aceptar de manera pasiva las dificultades psíquicas, los hechos sociales y las barreras físicas. El conformista amordaza el yo, lo que le impide luchar por sus ideales, invertir en sus proyectos y transformar su historia. No asume su responsabilidad como agente transformador del mundo, por lo menos de su mundo.

Las sociedades modernas se convirtieron en una fábrica de personas ansiosas. Lo normal es estar estresado, irritable, estar cansado; lo anormal es abrazar los árboles, hablar con las flores, hacer de la vida un espectáculo.

Si estás estresado, eres normal.

A. CURY, en *O futuro da humanidade*
(El futuro de la humanidad)

El conformista cree que todas las cosas son obras del destino, mientras que el activista cree que el destino es una cuestión de elección. El conformista es víctima de su pasado; el activista es autor de su propia historia. El conformista ve la tempestad y se amedrenta; el activista ve en la misma situación la lluvia y ve la oportunidad de cultivar. El conformista se aprisiona en el pasado; el activista se libera en el presente.

¿Existen seres humanos cien por cien conformistas o activistas? No, ¡porque nadie bloquea todas las funciones de la inteligencia ni las libera por completo! Algunos son magníficos para descifrar los códigos de la inteligencia en determinadas áreas, pero conformistas en otras, y viceversa. Algunos son rápidos para ganar dinero, pero lentos para conquistar lo que el dinero no compra.

Algunos saben cómo conducir un automóvil en forma segura, pero son débiles para controlar sus emociones. Algunos son peritos en conquistar metas profesionales, pero lentos para conquistar a sus hijos, alumnos o compañeros de trabajo. Algunos son eximios lectores de libros, pero pésimos lectores de comportamientos. Algunos son brillantes para invertir en su empresa, pero pésimos para invertir en sí mismos.

Puedes convivir con miles de animales y tal vez nunca te sientas frustrado, pero si convives con un ser humano, por buena que sea la relación, algún día habrá intensas frustraciones. Tal conciencia nos protegerá.

A. CURY, en *Maria, a maior educadora da História*
(María, la mayor educadora de la historia)

El conformismo es una trampa de la mente que arrastra a gran parte de jóvenes y adultos. No se lo cataloga como enfermedad, pero es una característica enferma de la personalidad pulverizada en todas las sociedades. Entierra habilidades, anula dones, reprime aptitudes y bloquea algunas funciones más notables de la inteligencia. Algunos conformistas no logran ni ser conquistadores en el escenario social ni, mucho menos, en el escenario psíquico. No exploran las mejores cualidades de la gente, ni las riquezas que encierran. Viven en la superficie.

Julio Malta —el nombre es ficticio, pero la historia es real— era hijo de un gran empresario. Siempre tuvo los mejores coches a su disposición y una tarjeta de crédito casi ilimitada. Frecuentaba los mejores hoteles. Viajaba en primera clase en los aviones y desdeñaba a los que viajaban en clase turista. Creía en el destino. Creía que estaba predestinado a vivir una vida de millonario, de abundancia, eternamente.

Todo ser humano quiere ser reconocido, todo ser humano necesita escribir su propia historia. Como tenía todo a su alrededor, se hallaba en desventaja competitiva en relación con sus colegas, que poseían menos. No descifró que, si en la juventud es aceptable, la dependencia de los padres en la vida adulta es una fuente de ansiedad, baja autoestima y complejo de inferioridad. Pensó que el dinero lo compraba todo, pero no compró el amor de su esposa, el respeto de los amigos ni el placer por las cosas simples.

No fue a la universidad. No se preparó para asumir un trabajo en la empresa de la familia. Se condenó a ser un eterno dependiente, un hijo que vivía a la sombra del padre. Poco a poco se sumió en las drogas, se deprimió y se volvió alcohólico. Hasta que, después de varios tratamientos fracasados, descubrió que más que una enfermedad psíquica tenía un yo enfermo, conformista, inerte y carente de reacciones. Lo tenía todo y no tenía nada. No tenía una historia. Entendió que un ser humano sin historia es un libro sin letras. A duras penas comenzó a reescribirla. Necesitaba tratar su enfermedad, pero mucho más necesitaba reconstruirse como ser humano.

El conformista es inerte y mentalmente perezoso, por lo menos en el área en que se considera incapaz, inhábil. No ejerce su capacidad de elección por miedo a asumir riesgos. No expande su espacio por miedo a la crítica. Prefiere ser víctima antes que agente modificador de su historia.

La vida es un gran contrato de riesgo; tiene curvas imprevisibles y accidentes inevitables.

A. CURY, en *Hijos brillantes, alumnos fascinantes*

Prefiere ser amante de la inseguridad antes que compañero del entusiasmo. Prefiere enterrar sus talentos a dar la cara. Los conformistas transforman los fracasos en miedo; los determinados transforman las derrotas en fuerza.

El conformismo amordaza a personas fascinantes

Si un alumno no es conformista y muestra un pésimo desempeño en los exámenes, descifrá el código de la capacidad de luchar, de reaccionar. Se sentirá incómodo, debatirá ideas y mejorará su concentración. Dedicará más tiempo y energía para dar vuelta el juego y superarse, como Einstein, que no era un alumno brillante en los primeros años escolares. Pero si es conformista, formará ventanas enfermizas que lo aprisionarán y lo llevarán a creer que su destino está trazado. Transformará mentiras en verdades, creará que es incapaz, limitado, carente de inteligencia e intelectualmente inferior a sus compañeros.

¿Cuántos millones de jóvenes no están formando en este preciso instante ventanas traumáticas que asesinan su capacidad de emprender, de aventurarse, tener ganas, garra y autoestima?

Algunas personas que fueron despreciadas públicamente nunca más se levantaron. Otras que fueron abandonadas por la persona amada nunca más desarrollaron confianza en sí mismas. Incluso otras que perdieron una o más veces su empleo nunca más creyeron en sí mismas. Dejaron de usar herramientas para explorar su psiquis. Dejaron de descifrar los códigos de su inteligencia. Se sentenciaron a la nulidad. Nadie puede asfixiar, anular y amordazar más a un ser humano que él mismo.

La sabiduría no está en no fallar o sufrir, sino en usar nuestros fallos para madurar y nuestro sufrimiento para comprender el dolor de los demás.

A. CURY, en *El maestro inolvidable*

Se convirtieron en verdugos de su ser. Se etiquetaron y se dejaron etiquetar. Algunos están siempre autoaprisionándose, creyendo que serán depresivos, fóbicos y obsesivos para siempre. No luchan con desesperación por su salud psíquica. No perciben que son, sobre todo, complejos seres humanos y que, como tales, pueden desarrollar la capacidad de proteger su emoción, de gestionar sus pensamientos y filtrar los estímulos estresantes.

Desconocen el tesoro enterrado bajo los escombros de sus pérdidas. Si descifrarán los códigos de la inteligencia, romperían sus cadenas, se reciclarían y se prepararían para enfrentar un segundo viaje afectivo y profesional.

Reyes de las excusas

Los conformistas son los reyes de las excusas. Siempre tienen justificaciones para no actuar, no entrenarse, no ejercitar su intelecto. Rara vez dudan de aquello que los controla y proclaman: «¡No estoy de acuerdo conmigo mismo! ¡No acepto este destino!». Claro que hay fatalidades que no dependen de nosotros y sobre las cuales no tenemos control. Debemos aceptarlas con humildad y serenidad, pero en lo que depende de nosotros, jamás deberíamos eximirnos de actuar.

Algunos conformistas visten el manto de la humildad, pero por dentro emanan el aroma del egoísmo. No siempre el conformista es egoísta con los demás, pero sin duda lo es consigo mismo. No siente amor por sí mismo, y no utiliza todo su potencial para ejecutar sus sueños y superar sus fallas.

Los conformistas parecen despojados de prejuicios, pero en realidad están profundamente aferrados a su visión estrecha de la vida y a sus manías. Algunos parecen despreñados en cuanto al dinero, condenan el materialismo, pero en el fondo lo aman en silencio. Pongamos una fortuna en sus manos y el monstruo de la codicia, que hiberna

como ventana *killer* en su inconsciente, se despertará.

Algunos son maestros de los disfraces. Dicen que está todo bien, no asumen sus reales dificultades. No piden ayuda ni entrenan a su yo para correr riesgos. Tienen miedo de que los critiquen, los escarnezcan y los venzan.

Reafirmo que todos bebemos elevadas dosis de conformismo en algunas áreas de nuestra personalidad. Algunos son excelentes para resolver los problemas de los demás, pero pésimos para solucionar los propios. Otros son intrépidos para estimular a sus amigos a entrar en acción, pero no tienen coraje para vencer su parálisis. Prefieren la falsa protección del capullo en que se esconden a atreverse a vivir en un mundo libre con sus altibajos y peligros.

Los perdedores ven los rayos y se amedrentan; los vencedores ven la lluvia y, en ella, la oportunidad de cultivar.

A. Cury, en *Revolucione su calidad de vida*

SEGUNDA TRAMPA DE LA MENTE HUMANA: LA AUTOCOMPASIÓN

La autocompasión es el arte de tener compasión de sí mismo. Es el conformismo potenciado, capaz de aprisionar al yo para que no utilice herramientas a fin de transformar su historia. Va más allá de la convicción de que no es capaz; entra en la esfera de la propaganda del sentimiento de incapacidad. La persona autocompasiva hace *marketing* de sus creencias irreales, impotencias y limitaciones. No le da vergüenza decir: «¡Qué mala suerte tengo!», «¡Soy un derrotado!», «¡Nada de lo que hago sale bien!», «¡No tengo solución!» y «¡Nadie me quiere!».

Son individuos con notable potencial, pero que lo tiran a la basura. Incorporan el papel dramático y autopunitivo de que están programados para fracasar. No hay nada más violento contra uno mismo.

No todos los conformistas son autocompasivos, pero todo autocompasivo es un conformista. ¿Por qué el autocompasivo demuestra su complejo de inferioridad y sus miserias interiores? Porque usa con sutileza, y a veces en forma inconsciente, su sufrimiento para que los demás graviten en su órbita. Así, obtiene ganancias secundarias con su propaganda.

El conformista vive esperando que los demás lo alienten, lo animen y lo estimulen, con palabras como: «¡Tú puedes lograrlo!», «¡No desistas!», «¡Eres inteligente!», «¡Te queremos!». Son ricos y no lo saben. Para sobrevivir dependen de las migajas de los demás: recibir atención y ser valorados. No descifran los códigos de su inteligencia. Dejan que los descifren por ellos. Se condenan así a una eterna inmutabilidad.

María Lucía tomaba doce medicamentos, entre tranquilizantes y antidepresivos, cuando la conocí. Estaba enferma desde hacía diez años. Era depresiva, solitaria, negativa e insociable. De cada diez palabras que pronunciaba, nueve eran para quejarse de la vida. En los últimos años no salía de su casa. Era profesora, pero no ejercía su profesión. Se consideraba inepta para estar al frente de una clase. Su marido no ganaba lo suficiente para cumplir con las necesidades del hogar. Ella lo consideraba un débil, pero él se callaba porque dependía del padre de María Lucía para completar el presupuesto familiar. Eran cómplices de su miseria sin tener conciencia de ello.

Los débiles juzgan; los fuertes comprenden.

Los débiles son rígidos; los fuertes son tolerantes.

El padre iba a diario a cuidar de la hija. La elogiaba, la llevaba a los médicos, la acariciaba, la valoraba y la aconsejaba, pero María Lucía no reaccionaba. Ningún medicamento surtía efecto. Todos los días decía que no se sentía bien, que su vida carecía de sentido. A veces tenía crisis dramáticas en las que se golpeaba la cabeza contra la pared. Entonces se apresuraban a llamar al padre para que la socorriera.

Al principio del tratamiento, la estimulé a salir de la platea, subir al escenario y dirigir el guion de su vida. Pero ella prefería ser una extra, en lugar de una actriz. La práctica de la autocompasión le impedía descifrar su potencial intelectual. Le daba miedo ser ella misma. Si mejoraba, ¿quién se apiadaría de ella? ¿Cómo podría absorber la energía de sus hijos, marido y, en especial, de su padre? Sí, estaba de veras enferma, no fingía, pero ignoraba que había aprendido a utilizar su enfermedad para obtener ganancias secundarias, para tener migajas de placer y atención. Pasaron los meses y poco a poco fue educando su yo para salir de la platea. Se resistía a dejar de ser una enferma, aunque conscientemente lo deseara. Como la vida presenta accidentes imprevisibles, un día murió su madre. Tiempo después, el padre se casó con otra mujer, y en pocas semanas ella entró en conflicto con la madrastra. Fue un caos. El padre se alejó de la hija, menguó el dinero y la superatención se evaporó.

Y ¿ahora? Tenía que salir del útero de su casa y arreglárselas en el útero social. Fue lo que hizo. La mujer autocompasiva descifró varios códigos de la inteligencia.

Comenzó a recuperar sus sueños y a luchar por ellos.

Los débiles excluyen; los fuertes incluyen. Los débiles cierran las puertas; los fuertes dan tantas oportunidades como sean necesarias.

A. CURY, en *Cambia tu vida*

Comenzó a enfrentar sus crisis y sus síntomas sin apoyo de nadie. Comenzó a enfrentar sus fantasmas interiores. Para alguien que no salía de la cama, era una tarea ardua. Pero poco a poco la «inepta» profesional empezó a brillar como profesora. Rompió las cadenas psicosociales que alimentaban su enfermedad y liberó su inteligencia.

Los individuos autocompasivos no saben que la autoconmiseración es una mazmorra psíquica que asfixia el placer y bloquea la excelencia intelectual y emocional. El que siente lástima de sí mismo construye sus cimientos psíquicos en el vacío.

Hay varios niveles de funcionamiento de la autocompasión. Los autocompasivos clásicos se distinguen con facilidad: nunca cambian, nunca salen de su lugar, son

cansinos, reiterativos y pesimistas propagandistas de sus miserias. Pero están también los que son activistas, socialmente valorados, aunque presentan rasgos sutiles de autocompasión. Son fuertes para muchas cosas, pero frágiles para tantas otras. No logran dejar de fumar, beber en exceso, son irritables, impulsivos y adictos al trabajo. Fueron derrotados por incontables tentativas frustradas. Son injustos consigo mismos; se convencieron de que son inmutables.

Encadenados

Hay quienes luchan por lo que piensan, batallan por sus ideas, pero se creen pobres miserables ante su impulsividad, irritabilidad, humor depresivo o síntomas psicósomáticos como dolores de cabeza o musculares, caída del cabello, gastritis y cansancio excesivo. Se callan la boca ante los demás, pero la procesión va por dentro. Saben que deben reescribir algunos capítulos de su vida, pero no tienen fuerza para tomar el bolígrafo de su yo y el papel de su alma. Viven postergando.

Muchos individuos autocompasivos son autodestructivos. No tienen un romance con la propia vida. Algunos son muy amados y quienes los aman les suplican que cuiden su salud, pero ellos insisten en autodestruirse, en decir que son incapaces, en dormir pocas horas, en embotarse con actividades profesionales. Solo paran cuando están en la cama de un hospital o en la tumba. ¿Cuándo logra uno saber cuál es su límite?

Algunos autocompasivos son humanos con los demás, pero inhumanos consigo mismos. Les gusta cuidar a las personas, pero son pésimos para cuidar de sí mismos. Son perezosos para aquello que deberían hacer con desesperación. Los autocompasivos, así como los conformistas, se autoabandonaron.

Todos tenemos algunas dosis de autocompasión en nuestra personalidad, aunque resulte imperceptible. Todos conservamos algunos conflictos que mimamos como si fueran animales domésticos. Nadie puede tocar ese «animal», o nos convertimos en una fiera. Algunas personas son mansas, pero cuando se las roza en ciertas áreas se tornan irreconocibles.

Los individuos autocompasivos bloquean su psiquismo porque están en contra de tener ambiciones, sin saber el papel fundamental que estas cumplen. ¿Las ambiciones son importantes? Sí; algunas son legítimas y valiosísimas.

¿Quién puede despreciar la ambición de gozar de salud física, vivir tranquilo, feliz, ser sabio, solidario, tener una existencia cómoda o buscar la excelencia profesional? El que no descifra el código de la ambición al explorar su psiquis vivirá siempre en la superficie. Pero el autocompasivo cree que todas las ambiciones son malditas.

La pobre energía del deseo y la fuerte energía de la ambición

Las personas autocompasivas, así como las conformistas, no entienden que la ambición es vital para que el yo cambie sus itinerarios. No entienden que la energía de la ambición suplanta la energía del deseo. Desear es una intención superficial. La ambición es un proyecto de vida. El deseo se basa en el ánimo; la ambición se basa en la garra. Los ambiciosos solo descansan cuando alcanzan sus metas; los autocompasivos descansan antes de marchar.

Debemos elogiar a las personas en público, y corregirlas en privado. Tal fue el ejemplo del maestro de maestros.

A. CURY, en *El maestro de maestros*

¿Tú tienes ambiciones sanas o deseos tímidos? Si deseas conquistar a personas difíciles, la energía del deseo se disipará en el calor de las primeras decepciones. Pero si descifras el código de la ambición para conquistarlas, las decepciones nutrirán tu fuerza y las frustraciones alimentarán tu creatividad.

Un hombre tosco, rudo, irritable, si tiene apenas el deseo de ser romántico, morirá siendo agresivo, pero si descifra el código de la ambición del romanticismo, de rehacerse, de reorganizarse, podrá dar un salto positivo. Este código pautará su agenda, lo llevará a fijarse un proyecto diario que lo controlará y lo impulsará a sorprender al ser amado; dirá cosas inesperadas, hará elogios inusitados y tendrá gestos inolvidables. Nutrirá sus gestos con gentileza.

Un padre cerrado, rígido, que es un manual de reglas de comportamiento y que solo piensa en el trabajo, si apenas alimenta el deseo de conquistar la admiración de sus hijos, morirá distante de ellos, no tendrá éxito. Pero si descifra el código de la ambición de la conquista, revolucionará su agenda. Llorará si es necesario, reconocerá sus errores, pedirá disculpas, será más flexible, relajado y abierto. Jugará, se soltará y tendrá más coraje para contar a sus hijos sus días difíciles, para que lo fotografíen en su inconsciente como un padre humano, cercano, afectivo y estimulante.

Algunos desean ser organizados, pero pasan los años y siguen siendo descuidados. Otros desean ser ahorradores, gastar menos de lo que ganan, pero cuando ven un producto nuevo son esclavos de la euforia, no piensan en el mañana y gastan lo que no tienen.

En la actualidad, la sociedad está tan neurótica que las crisis financieras y las presiones profesionales pueden enfermar tanto como los traumas del pasado, o más. Los padres de la psicología se retorcerían en sus tumbas si supieran que el útero social se ha

convertido en una fábrica de personas enfermas.

No basta con la energía del deseo. Hasta un psicópata siente deseos de cambio. El que no tiene una sólida ambición de superar sus conflictos no potencia su tratamiento psíquico y corre el riesgo de llevar a la tumba sus fobias, inseguridades, obsesiones, baja autoestima y alcoholismo o dependencia de otras drogas.

Educar es viajar en el mundo del otro, sin nunca penetrar en él. Es usar lo que pasamos para transformarnos en lo que somos.

A. CURY, en *Maria, a maior educadora da História*
(María, la mayor educadora de la historia)

Los individuos autocompasivos y conformistas oprimen las habilidades del yo para descifrar los códigos de la inteligencia. Se aprisionan en las redes de la monotonía y beben de la fuente de los deseos, mientras que los agentes modificadores de su historia beben de la fuente de su ambición, del manantial de los proyectos de vida.

TERCERA TRAMPA DE LA MENTE HUMANA: *EL MIEDO A RECONOCER*
LOS ERRORES

El miedo a reconocer los errores es, sobre todo, el miedo de asumirse como un ser humano con sus imperfecciones, defectos, fragilidades, estupideces e incoherencias. Formamos nuestra personalidad en una sociedad superficial que esconde nuestra humanidad y sobrevalora nuestro endiosamiento.

El que brilla hoy acaso mañana caiga en desgracia para que otro lo sustituya. El podio es cíclico; no hay espacio para dos. Además, los medios construyen y destruyen mitos. Podemos tener dignidad para estar entre los primeros lugares, aunque nunca subamos al podio e, incluso, aunque quedemos entre los últimos.

Una minoría gana el Oscar, el Nobel o el Grammy. Una minoría se convierte en icono social y profesional. Pero, como veremos, podemos desarrollar los hábitos de los profesionales excelentes y brillar, aunque nunca llegemos a ser un icono; podemos revolucionar el ambiente en que nos hallamos, aunque sea de forma anónima.

Por vivir en una sociedad que tanto valora a los superhéroes, negamos de manera consciente o inconsciente nuestra humanidad. Tenemos miedo a asumir lo que en realidad somos, seres humanos, mortales, falibles y demasiado imperfectos. No hay sabios que no tengan locuras. Nos gusta ver las llagas de los demás, pero no las nuestras. Las noticias en televisión exponen los fallos ajenos y cautivan nuestros ojos, mientras permanecemos en silencio en la sala, escondidos de nosotros mismos en nuestros sillones.

El mejor educador no es el que controla, sino el que libera.

No es el que marca los errores, sino el que los previene.

No es el que corrige comportamientos, sino el que enseña a reflexionar. No es el que desiste, sino el que estimula a comenzar todo de nuevo.

A. Cury, en *Maria, a maior educadora da História*

(María, la mayor educadora de la historia)

No es posible desarrollar las funciones sorprendentes de la inteligencia, las herramientas más importantes para explorar nuestra psiquis si no tenemos coraje para

enfrentar nuestra realidad, para revelar algunas áreas de nuestra personalidad. La psiquis, como hemos visto, es como un escenario, pero un escenario real, donde interpretamos una obra concreta. El que representa esa obra, el que no se asume, el que no reconoce sus «locuras» vivirá artificialmente, no madurará.

Errar es humano, pero no admito mis errores

El ser humano es de un lirismo ácido. Todos saben que errar es humano, pero insistimos en ser dioses, tenemos la necesidad neurótica de ser perfectos. Nos encanta convivir con personas simples, despojadas, pero nos complicamos la vida. La energía gastada por la necesidad neurótica de ser perfecto es carísima y arruina el placer de vivir.

El miedo a la crítica, a la vergüenza, al rechazo, a lo que piensen los demás, a las miradas sociales, ha hecho que mentes brillantes apagaran su luz. Por nada ni nadie podemos dejar de descifrar el código de la espontaneidad. El que no lo descifra poco a poco se deprime. Nuestra libertad no puede venderse a ningún precio. Pero la vendemos por tonterías, la trocamos con increíble facilidad. Veamos unos ejemplos.

Cuando alguien nos señala un error, cambiamos de color y de humor. Cuando alguien revela alguna característica estúpida nuestra, nos sentimos indignados. En las relaciones en que el poder es desigual, la situación empeora. Cuando un paciente corrige a un psiquiatra, genera un escándalo. Cuando un empleado comenta un fallo de un ejecutivo es señal de falta de respeto. Cuando un hijo plantea un comportamiento débil de un padre, revela un desacato a la autoridad. ¡Nada más absurdo! ¡Nada más inmaduro!

Podemos resumir a Jesucristo como A. CURY, en *El maestro de maestros*, en este pensamiento: nunca alguien tan grande se hizo tan pequeño para volver grandes a los pequeños.

En las relaciones desiguales, el virus del orgullo contagia en fracciones de segundo el cerebro de aquel que se considera superior, y así lo lleva a silenciar la voz del que se encuentra en una posición inferior. Tales relaciones son enfermizas, pues no hay psiquiatra, ejecutivo ni padres que no fallen y, a veces, de manera humillante. El que usa la relación de poder para imponer sus ideas no es digno del poder que se le ha conferido.

¿Cuántos profesores han cometido errores en la formación de la personalidad de sus alumnos, aun sin percibirlo, porque nunca tuvieron el coraje de pedir disculpas cuando levantaron la voz sin necesidad o juzgaron con precipitación? No descifraron el código del desprendimiento y de la generosidad.

En cierta ocasión, un profesor ordenó a un alumno que repitiera varias veces, ante

sus compañeros, una palabra que no lograba articular, hasta que la pronunciara bien. Cuanto más lo intentaba el niño, más se equivocaba y más ventanas *killer* archivaba dentro de sí. Hasta que se echó a llorar y el profesor cedió.

Unos pocos segundos bastan para marcar una historia. Su actitud desastrosa aprisionó a ese joven alumno en el lugar donde debería haber sido espontáneo y libre.

¿Resultado? Nunca más, ni siquiera de adulto, consiguió hablar en grupo. Al tratar de expresarse le faltaba el aire, transpiraba en exceso, sentía que el corazón le saltaba por la boca. Su cerebro lo preparaba para huir del monstruo de la humillación, grabado en su psiquis.

Muchos padres quieren que sus hijos sean humanos, pero ellos mismos se comportan como si fueran suprahumanos. Padres de todo el mundo, desde Europa hasta China, desde Oriente Próximo hasta América, quieren que sus hijos reconozcan sus errores, pero neuróticamente no reconocen los propios. Quieren que sus hijos se humanicen, pero ellos se comportan como dioses.

El maestro excelente no es el que más sabe, sino el que más conciencia tiene de cuánto no sabe. No es el adicto a enseñar, sino el más ávido por aprender. No es el que declara sus aciertos, sino el que reconoce sus limitaciones.

A. CURY, en *Maria, a maior educadora da História*

(María, la mayor educadora de la historia)

El que no descifra los códigos de la inteligencia acaba formando dioses, jóvenes insensibles y fríos, que solo piensan en sí mismos. El que los descifra y aplica tiene grandes probabilidades de formar pensadores que descifrarán y aplicarán también esos códigos.

El código del amor

En las universidades hay miles de jóvenes carentes de sensibilidad, con notables rasgos de psicopatía. Tienen cultura académica, pero no son solidarios, tolerantes ni altruistas; por el contrario, son egoístas radicales y sectarios. Desconocen el código de la familia humana. Aman su religión, su ideología política, su país, su equipo deportivo y su raza, más que a la especie humana. Si un día llegaran a dirigir su nación, cometerán atrocidades, no les importarán las necesidades de los demás.

Es correctísimo, desde los puntos de vista psiquiátrico, psicológico y sociológico, el pensamiento «Ama al prójimo como a ti mismo». ¿Quién es el prójimo? El prójimo es un concepto no definido, porque incluye todas las razas, todas las culturas y todas las

religiones. Solo se ha definido quién debe descifrar el código del amor: amar a los demás como a *sí mismo*. ¡Qué intrigante sabiduría!

Como planteo en el libro *Padres brillantes, maestros fascinantes*, cuanto peor sea la calidad de la educación en este siglo, más importante será el papel de la psiquiatría y de la psicología clínica. ¿Acaso no han tenido una participación en franco proceso de crecimiento?

Estamos enseñando a niños y adolescentes a conocer las entrañas de los átomos que nunca verán, pero no su complejo planeta psíquico. Es esencial enseñarles a conocer su psiquismo, así como los códigos para que dejen de ser víctimas de los traumas de la infancia, de las pérdidas de la adolescencia y de las frustraciones de la vida adulta.

Una persona que defiende sus ideas es segura, pero el que defiende en demasía su posición revela una gran inseguridad. No se deja influir, corregir o reconsiderar. Defender en exceso nuestras opiniones refleja fragilidad.

Hay personas educadas, que en los primeros cinco minutos de conversación son agradabilísimas y parecen seres angelicales, pero convivir con ellas es un tormento. Nunca reconocen sus errores, nunca piden disculpas. Absorben la energía vital de los demás al hablar mucho y buscar un exceso de atención. No han crecido psíquicamente.

El hombre Jesús, antes de que lo apresaran, tuvo reacciones que escandalizaron al mundo y nos dieron grandes lecciones. Descifró códigos con los cuales sus más importantes seguidores tropezaron de manera vergonzosa. Era seguro, lúcido, coherente, enfrentaba los valles del miedo con increíble coraje, pero cuando tuvo que descifrar el código de las lágrimas no lo eludió, cuando necesitó despojarse de su fuerza y descifrar el código de la autenticidad admitió su dolor con claridad cristalina, dijo que su alma estaba deprimida hasta su muerte. Cuando atravesó el desierto de la desesperación no se calló. Reflexionó sobre su drama.

Como en las sociedades modernas las mujeres están enfermas por las pautas dictatoriales de belleza, se paran ante el espejo y libran una guerra. Dicen: «Espejito, espejito, ¿existe alguien con más defectos que yo?». Pero cada mujer tiene su belleza única. La belleza está en los ojos del que mira.

A. CURY, en *La dictadura de la belleza*

Como digo en el libro *El maestro del amor*, llamó a tres amigos —Pedro, Santiago y Juan—, que momentos después lo decepcionarían y lo abandonarían, y les dijo que su alma estaba profundamente deprimida en aquel momento. ¡Solo un ser humano verdaderamente fuerte puede declarar sin miedo su fragilidad! ¡Solo un ser humano maduro no tiene miedo de sí mismo! Los grandes líderes espirituales suelen ser solitarios. No comparten con nadie sus sentimientos, sus angustias ni sus desiertos existenciales.

Tienen miedo a la crítica, miedo al rechazo, miedo a quedar expuestos públicamente.

El mismo fenómeno de la soledad, del aislamiento psíquico, ocurre en muchos famosos, intelectuales y profesionales de éxito. Cuando se hallan en el auge de la fama y necesitan compartir el peso del éxito, se callan. Cuando les hace falta dialogar con amigos sobre la asfixiante carga del estrés generado por el exceso de compromisos, se sumen en el barro del aislamiento. Cuando necesitan humanizarse y hablar de sus sentimientos ocultos, se cierran. Se quedan solos incluso cuando los aplauden.

Muchos saben que descifrar el código para hablar de sí mismos y reconocer los propios errores es de lo más relajante, reconfortante y agradable. La sociedad nos estimula a ser dioses, pero tratar de ser un dios perfecto e intocable es, por demás, desgastante y psíquicamente deprimente.

El que desee disfrutar del néctar de las flores más hermosas debe vencer el miedo a lo desconocido, superar el miedo a las alturas y volar hacia aires nunca respirados.

A. CURY, en *Revolucione su calidad de vida*

Reconocer nuestras debilidades, entrar en contacto de manera desnuda y cruda con nuestra realidad, no es apenas un paso fundamental para oxigenar la inteligencia, reeditar nuestra memoria y superar nuestros conflictos, sino también para sumergirnos en las aguas del descanso, para beber de las fuentes más excelentes de la tranquilidad.

Recordemos que los tratamientos pueden disminuir la agitación psíquica, pero no producen la tranquilidad existencial. Las técnicas psicoterapéuticas pueden exponer las causas de nuestros males, pero solo nosotros podemos cambiar nuestro estilo de vida. Para cumplir con estos nobles objetivos es preciso descifrar los códigos de la inteligencia.

CUARTA TRAMPA DE LA MENTE HUMANA: *EL MIEDO A CORRER RIESGOS*

El miedo a correr riesgos bloquea la inventiva, la libertad, la osadía. Hay numerosas personas que obstruyeron su inteligencia y enterraron sus proyectos de vida por el miedo a correr riesgos. No son conformistas ni autocompasivos; ansían alcanzar sus metas, pero no se atreven. Intentan transformar sus sueños en realidad, pero les inquietan los riesgos de la travesía.

Reconocen sus fragilidades, asumen sus limitaciones, pero no sobrepasan sus fronteras, no descifran el código del ánimo, no hacen de su agenda un jardín de aventuras.

Los que descifran el código de que es necesario correr ciertos riesgos para transformar sus proyectos en realidad tienen conciencia de esto: la existencia es un contrato de riesgo. Por más cuidado que tengamos, a diario nos rondan incontables riesgos.

Riesgo de sufrir un infarto, de accidentarse, de tener crisis financieras, de ser asaltado, de que nos caiga un avión en la cabeza, de tropezar en la calle, de rompernos un hueso practicando deporte, de que nos engañe nuestra pareja, de que nos frustren nuestros hijos, de que nos traicionen los amigos, de tener enemigos sin motivo alguno, de no satisfacer las expectativas de los demás, de tener reacciones incoherentes...

Eliminar todos los riesgos de la humanidad generaría personas autoritarias, individualistas, introvertidas, agresivas, deprimidas o aburridas. El riesgo causa un efecto de implosión en nuestro orgullo, hace añicos nuestro egocentrismo, nos une, nos estimula a crear vínculos y a experimentar el difícil arte de depender unos de otros.

El que triunfa sin riesgo sube al podio sin gloria.

A. CURY, en *Nunca renuncies a tus sueños*

Sin riesgos, la psiquis no tendría poesía, creatividad, intuición, inspiración, coraje, determinación, espíritu emprendedor ni necesidad de conquista. Sin riesgos no conoceríamos el sabor de las derrotas ni el gusto de las victorias, pues estas serían un destino inevitable, no fruto de las batallas. Sin riesgos no nos equivocaríamos, no lloraríamos, no pediríamos disculpas, no tendríamos necesidad de la humildad en nuestro

menú intelectual.

Un código que nos humaniza

El código de la conciencia de que la vida es un gran contrato de riesgo nos humaniza. Sin tal conciencia no entenderíamos que un día todos iremos, como digo en el libro *El vendedor de sueños*, hacia el pequeño escenario de una tumba, ante un público lloroso. Nos comportaríamos como inmortales, investidos de un poder incontrolable y salvaje, aunque tengamos nobles títulos académicos.

Los riesgos ante el caos de la muerte convierten a dictadores en niños, a psicópatas en tontos, a reyes en seres frágiles. *Los riesgos abortan nuestra neurosis de grandeza y nos hacen ver la grandeza de las cosas pequeñas, como la suavidad de la brisa, las gotas de rocío, los latidos del corazón, la sonrisa de un niño o la fe de un anciano.*

Los riesgos, en esta brevísima existencia, también nos hacen ver las lágrimas del Autor de la existencia en el llanto de un bebé que salió del útero materno y entró en el útero social, y en el llanto de los parientes de alguien que salió del útero social para entrar en el útero de una tumba.

El código de los riesgos

No deberíamos vivir una vida arriesgada, radical e irresponsable. No, no es ese el código que debemos descifrar. No debemos correr riesgos por el riesgo en sí, poner en peligro nuestra vida y la de otros sin necesidad. Porque la vida es única y espectacular. Cuidar de ella con cariño y responsabilidad es la tarea más noble de un mortal. Pero debemos saber que realizar sueños, conquistar personas y alcanzar la excelencia profesional imponen riesgos diarios.

Para conquistar el público de alumnos hay riesgos. Es necesario descifrar varios códigos de la inteligencia: teatralizar la exposición, humanizar al educador, contar historias y provocar la inteligencia de los alumnos. Pero existe el riesgo de ser despreciado, ser considerado estúpido o utópico. Vender ideas en una sociedad consumista implica muchos riesgos. Para arrebatarse el corazón de una mujer hace falta, entre otras cosas, sorprender, cautivar, ser afectuoso e intuitivo. Pero hay riesgos, incluido el de invadir espacios.

Como dije en el libro *Nunca renuncies a tus sueños*: «El que vence sin riesgos triunfa sin gloria. El que vence sin gloria triunfa sin lágrimas. El que vence sin lágrimas triunfa sin humildad. El que vence sin humildad triunfa sin valorar a sus pares ni la faena de la

jornada».

Pérdidas y frustraciones forman parte de la vida de ricos y pobres, intelectuales e iletrados; lo que nos diferencia es la forma de lidiar con ellas.

A. CURY, en *A sabedoria nossa de cada dia*
(La sabiduría nuestra de cada día)

No basta con superar el conformismo, la autocompasión y el no reconocimiento de nuestros errores, en suma, superar las tres trampas de la mente antes comentadas. Es necesario superar el miedo a atreverse, a apostar a nuevos proyectos, a pelear por aquello en lo que se cree. Muchos intelectuales se volvieron estériles para producir ideas nuevas porque no osaron arriesgarse en una nueva línea de investigación, proponer temas nuevos o caminar por lo desconocido.

Lo desconocido y el miedo a no llegar a ninguna parte los paralizaron. No es casual que los grandes hallazgos de la ciencia se hayan realizado en el período de inmadurez de los científicos y no en el cenit de la carrera académica. La cima de la carrera, en cualquier área, incluso filosófica, política e intelectual, es el mejor caldo de cultivo para asfixiar nuestros sueños, osadías y aventuras.

En la cumbre de la carrera se conquistan aplausos, pero se sepulta la intrepidez. Los mayores peligros para la inteligencia de un ejecutivo no surgen cuando su empresa atraviesa dificultades, sino cuando todo marcha bien. En esta etapa no se experimentan nuevos procesos, métodos ni ideas. A nadie le gusta el caos, pero este puede ser una fuente de oportunidades creativas.

El ser humano es tan creativo que, cuando no tiene problemas, los crea.

A. CURY, en *O futuro da humanidade*
(El futuro de la humanidad)

El que corre riesgos no siempre es comprendido

El miedo a atreverse ha destruido la formación de pensadores en todo el mundo. Muchos estudiantes temen levantar la mano, cuestionar a sus profesores y expresar sus pensamientos. El sistema educacional prefiere alumnos sosegados, pero la sabiduría busca alumnos disconformes. El sistema educacional quiere alumnos que repitan ideas, pero la formación de pensadores busca alumnos que debatan las ideas, usen el raciocinio

esquemático y se muestren osados en los exámenes.

Recuerdo a un alumno que sacó cero porque se atrevió a pensar de manera diferente. Se merecía un diez, pero fue silenciado por completo. Nunca más osó exponer sus pensamientos. Recuerdo a otro alumno que no escribió correctamente una palabra en un examen. La profesora lo llamó al frente de la clase y lo obligó a escribir en la pizarra la misma palabra decenas de veces.

Fue humillado públicamente. La humillación pública quedó registrada en el inconsciente del alumno y generó una grave zona de conflicto. Nunca más logró escribir textos para mostrar a los demás. En el preciso momento en que comenzaba a construir palabras, tenía sudores fríos, su raciocinio se turbaba y no podía pensar. Hay pequeños momentos que cambian toda una existencia.

Las mujeres son maravillosamente complejas; el día que creas que comprendes el alma femenina, desconfía de tu sexo.

A. CURY, en *O futuro da humanidade*
(El futuro de la humanidad)

Yo viví esa historia. Hace más de veinticinco años, cuando era estudiante de Medicina, escribía informes sobre psicología de manera diferente de cómo me enseñaban. No los escribía así porque los consideraba mejores que los de mis profesores, sino porque observaba y deducía algunas cosas de modo distinto. Tal actitud representaba una afrenta.

Trataron de hacerme callar; sin embargo, por fortuna prevaleció la osadía. Pero ¿cuántos pensadores enmudecieron porque les prohibieron pensar de forma diferente? ¿Tú te has visto enmudecido en alguna área de tu personalidad por alguna persona o circunstancia? Nunca es tarde para romper las trampas de la mente. Es hora de superar el miedo a equivocarse. Como digo en el libro *El vendedor de sueños*, es hora de caminar sin miedo a perderse.

Muchos amantes empobrecieron su afecto porque no se arriesgaron a crear un nuevo clima. Besan, aman, se entregan y hasta discuten de la misma manera. Algunos hombres son tan rígidos que ni siquiera logran cambiar sus argumentos cuando enfrentan problemas con sus compañeras. No las elogian, no les llevan flores un día cualquiera ni dicen cosas inesperadas. Son repetitivos, irritantes, pero quieren que los traten como a románticos. El miedo a atreverse aprisiona su potencial afectivo.

Comentaré más adelante que el miedo solo es enfermedad en la psiquiatría cuando la reacción es desproporcionada al estímulo estresante. No siempre el miedo es fácil de detectar. Algunos no son osados porque tienen un temor concreto, a pequeños animales,

lugares cerrados, rayos o accidentes.

Pero hay personas que tienen miedos indefinibles, objetos fóbicos no detectables. Tienen el más sutil de todos los tipos: el miedo al miedo, una aprensión dramática ante lo desconocido y lo indescifrable. Con frecuencia este tipo de temor se origina en preocupaciones exacerbadas sobre el futuro.

Todas las fobias pueden superarse. Sin embargo, veremos que no se borran las ventanas fóbicas de la memoria; solo las reeditamos. Una de las posibilidades de reedición es descifrar y aplicar los códigos de la inteligencia, como filtrar los estímulos estresantes, manejar el psiquismo y liberar la intuición creativa.

Si le das la espalda a tu dolor, se convertirá en un monstruo; si te enfrentas a él, puedes domesticarlo,
administrarlo.

A. CURY, en *A sabedoria nossa de cada dia*

(La sabiduría nuestra de cada día)

TERCERA PARTE

LOS CÓDIGOS DE LA INTELIGENCIA

No logramos cambiar nuestra mente como el escultor que cincela el mármol en bruto para construir su obra o como el usuario de computadoras que borra sus archivos. No es posible cambiar voluntariamente las características de la personalidad; de lo contrario los psiquiatras y los psicólogos perderían su trabajo de la noche a la mañana. Bastaría con actuar en el metabolismo cerebral para eliminar nuestros traumas, y nuestras depresiones, obsesiones, ansiedades, ataques de pánico y fobias quedarían extirpados del escenario psíquico. Si por un lado, no podemos cambiar los fundamentos de nuestra personalidad, por otro, podemos y debemos descifrar los códigos de la inteligencia, utilizar herramientas para obrar en nuestro psiquismo y cambiar nuestra manera de ser, reaccionar, ver e interpretar la vida, así como también expandir nuestras habilidades intelectuales, emocionales y sociales. Veremos que lo que parece complicadísimo se halla a nuestro alcance.

Debemos tener presente que los cambios rápidos solo existen en una mesa quirúrgica. En la psicología, la pedagogía, la sociología y la filosofía —como hemos visto—, los códigos de la inteligencia se desarrollan mediante la educación y el entrenamiento sistemático.

PRIMER CÓDIGO DE LA INTELIGENCIA: *CÓDIGO DEL YO COMO GESTOR DEL INTELLECTO*

Estudié más de cincuenta códigos o funciones de la inteligencia (Cury, 1999). Estos abarcan diversas áreas: educación, psicología, sociología, filosofía y psiquiatría. Me referiré en este libro solo a los nueve códigos que considero más relevantes para aplicar en la educación actual y en la sociedad estresante en que vivimos. Quisiera escribir centenares de páginas sobre el tema, pero el propósito de este libro no me lo permite.

Llamo «códigos» a las funciones de la inteligencia porque no basta con admirarlos ni entenderlos de forma lógica; es preciso descifrarlos íntimamente, develar sus matices, conocer sus secretos, tener disciplina y entrenamiento para asimilarlos. Sería excelente que los jóvenes aprendieran a descifrarlos desde la más tierna infancia, los estudiaran y crearan dinámicas y vivencias para incorporarlos.

Los adultos rígidos, cerrados, toscos, irritables y ansiosos también podrán descifrarlos, vivirlos e incorporarlos para reciclar sus hábitos y habilidades. Solo exigirá un esfuerzo mayor.

Si se trabaja bien en ellos, los códigos de la inteligencia pueden hacer que una persona alienada persiga fantásticos proyectos de vida, transformar a un empleado común en un ejecutivo brillante, un elector tímido en un político extraordinario, un pésimo amante en una persona afectuosa o un estudiante flojo en un notable pensador.

Los códigos de la inteligencia son los cimientos de las inteligencias múltiples

Según Howard Gardner, autor de *Inteligencias múltiples*, el conocimiento no está fragmentado, sino que se encuentra entrelazado a través de un sistema de inteligencias interconectadas y, en parte, independientes, localizadas en diferentes regiones del cerebro, con pesos diferentes para cada individuo y para cada cultura (Gardner, 1995). Gardner llamó la atención sobre otros tipos de inteligencia: las inteligencias lingüística, lógica o matemática, espacial, corpóreo-cinética, musical, interpersonal e intrapersonal.

Recordemos que la definición de inteligencia para la psicología multifocal comprende tres grandes áreas, dos inconscientes y una consciente. Las inteligencias múltiples atañen, especialmente, a la tercera área. En mi opinión, son habilidades intelecto-emocionales.

Los buenos profesionales ejecutan órdenes, mientras que los profesionales excelentes piensan por la empresa.

A. CURY, en *El código de la inteligencia*

Los códigos de la inteligencia son más abarcadores, incluyen también las dos otras áreas que operan en forma inconsciente: el proceso de construcción de pensamientos y el sistema de variables que actúan en dicho proceso. Descifrarlos y asimilarlos produce el desarrollo de las inteligencias múltiples de Gardner, la inteligencia emocional de Goleman, la búsqueda de superación de Adler, y las habilidades propuestas por Piaget, Vigotsky y otros pensadores.

Permíteme dar un ejemplo sobre el desarrollo de estas habilidades. ¿Dónde están nuestros traumas? ¿En qué área se encuentran los días más frustrantes de nuestra vida? ¿En qué espacio de nuestro inconsciente se encuentran las personas que nos hirieron injustamente? ¿Dónde se alojan nuestras fobias y pérdidas en la corteza cerebral?

Nadie lo sabe, no hay pruebas que detecten esas cosas, en parte debido a que un área de la corteza del tamaño de la cabeza de un alfiler tiene miles de ventanas y no tenemos conciencia de cuáles son *killer*, aquellas que contienen los traumas, y cuáles son sanas (*light*), y en qué nivel se hallan entrelazadas.

Puedes intentar con toda tu habilidad eliminar a las personas injustas de tu vida, pero no lo lograrás. Puedes tratar de borrar los traumas de tu pasado para ser libre en el presente, pero no tendrás éxito. Estudiaremos que la posibilidad restante es reeditar la película del inconsciente o construir ventanas paralelas sanas alrededor de las traumáticas.

No obstante, para reeditar el inconsciente y montar las ventanas paralelas, el yo necesita descifrar un código importantísimo: el código de ser gestor de la psiquis. Un yo pasivo, alienado, frágil y que no asume su papel de líder de la psiquis, perpetúa sus males y miserias, y preserva sus fobias, inseguridades, humor depresivo e impulsividad.

Un yo gestor que aprende poco a poco a administrar la construcción de pensamientos y emociones y a reeditar las zonas de conflicto expande sus habilidades, desarrolla su inteligencia emocional, su inteligencia interpersonal (cómo trabajar con las personas, cómo motivarlas y, sobre todo, cómo relacionarse bien con los demás) y su inteligencia intrapersonal (autocomprensión, autoconocimiento).

Algunas habilidades tienen origen genético, pero pueden y deben trabajarse a lo largo del proceso de formación de la personalidad. Los códigos no están fragmentados, sino que se hallan interconectados de manera íntima en el escenario psíquico. Tal vez no sea posible descifrarlos todos en plenitud, pero es posible asimilar la mayoría de ellos de modo significativo.

El que los asimila entrena e incorpora en su psiquismo sus potencialidades psíquicas:

el arte de pensar, la salud psíquica, así como también una mente aguda, emprendedora, abierta, flexible, que ve desde varios ángulos y da respuestas inteligentes en situaciones tensas.

Me alegra que ya haya facultades de Administración, de Pedagogía, de formación de profesores y otras carreras muy interesadas en introducir estos códigos en los programas docentes como temas transversales.

Algunos afirman categóricamente que Dios no existe, sin nunca haber vislumbrado los confines del universo, sin nunca haber penetrado en las micropartículas de todos los átomos, sin nunca haber tomado las alas del tiempo y recorrido el tiempo indescifrable del pasado. Si son tan limitados, pero hacen una afirmación tan grande, son dioses. Solo un dios tiene semejante convicción.

A. CURY, en *Os segredos do Pai nosso*
(Los secretos del padrenuestro)

La gestión es fundamental

Comenzaré por describir el Código del yo como gestor del intelecto. Me tomaré más tiempo para comentar los fenómenos psíquicos relacionados porque los usaré en todos los demás temas. El octavo y último código aquí descrito será el Código del yo como gestor de la emoción.

Deliberadamente, por lo tanto, comienzo abordando el gestor del intelecto y finalizo comentando el gestor de la emoción; abro con la gestión del universo lógico y cierro con la gestión del universo ilógico. Entre uno y otro estudiaremos los demás códigos en que se mezclan esos dos complejos universos.

Los buenos padres tratan de dar a sus hijos el mundo exterior; los padres brillantes tratan de darles su propio mundo.

A. CURY, en *Padres brillantes, maestros fascinantes*

La gestión es fundamental para que una familia, una empresa, una institución o una persona sobrevivan. Toda gestión tiene etapas y procesos que deben observarse, cumplirse y mejorarse.

En la gestión doméstica, se cumple con un presupuesto, se compran muebles, se provee de alimentos, se organiza la ropa, se hace la limpieza y se ahorra dinero. En la

gestión de un automóvil, se cuida el mantenimiento, se lo abastece de combustible, se conduce con cuidado y se presta atención a los ruidos raros. En la gestión empresarial, se establecen metas, se evalúan costos, se provee de materiales, se realizan transacciones, se mejoran procesos y se lleva la contabilidad.

En todas las actividades humanas, la gestión es fundamental; sin una gestión adecuada, una empresa va a la quiebra, una familia entra en decadencia y una persona entra en crisis. Si en el mundo exterior esto es válido, mucho más debería serlo en la mente humana.

Los buenos padres preparan a sus hijos para los aplausos; los padres brillantes preparan a sus hijos para los fracasos.

A. CURY, en *Padres brillantes, maestros fascinantes*

Pero ¿dónde se plantea que debemos ser gestores psíquicos? ¿Dónde se dice que sin dar una sacudida a la gestión de nuestros pensamientos y emociones podemos ser víctimas y no directores del guion de la obra intelectual? Rara vez alguien toca este tema. Lamentablemente, he sido una de esas voces solitarias en ese campo de cultivo.

Después de escribir más de tres mil páginas sobre el funcionamiento de la mente y los procesos de construcción de pensamientos y de transformación de las emociones, estoy convencido de que nuestra psiquis necesita un choque de gestión, o de lo contrario tendremos grandes probabilidades de bloquear funciones físicas vitales. Podemos enfermarnos y enfermar a los demás.

El gran gestor de la psiquis

El Código del yo como gestor de la mente humana es el código que descifra cómo filtrar los estímulos estresantes, realizar la higiene psíquica, reciclar pensamientos, reeditar la película del inconsciente y construir ventanas paralelas para superar nuestros conflictos.

El yo representa nuestra autoconciencia, la conciencia de la esencia humana (lo que somos), de nuestra identidad (quiénes somos), de nuestro papel social (lo que hacemos), y de nuestra ubicación en el tiempo y espacio (dónde estamos). El yo se basa en miles de millones de informaciones y experiencias archivadas en las matrices de la corteza cerebral, incluso las construidas a partir de la vida intrauterina y en las primeras etapas de la infancia.

Así como un edificio se basa en sus cimientos, el yo como gestor psíquico debería desarrollar los más diversos niveles de habilidad para elegir amistades, objetos,

ambientes, situaciones; adoptar actitudes, reaccionar, callar, hablar; trazar caminos, soñar, escoger metas; actuar dentro de sí, comprenderse, obrar, retroceder, modificar su historia o adaptarse.

Para Paulo Freire, educar es construir, es liberar al ser humano del determinismo para que haga sus elecciones, reconozca el papel de la historia y conozca su dimensión individual (Freire, 2005). En el lenguaje de la psicología multifocal, educar es, por sobre todo, formar el yo como gestor de su mente, como agente modificador de su historia y de la historia social. La formación del yo es la base del proceso de formación de la personalidad.

Si el yo es sano, si descifró los códigos de la inteligencia, si aprendió, por lo tanto, a ser el actor principal, a tener autocrítica, a debatir ideas, a elaborar sus adversidades, la personalidad estará bien construida, organizada y estructurada. Si el yo es conformista, autocompasivo, pesimista, controlado por el miedo y por el humor depresivo, la personalidad ya estará comprometida. Las trampas en las cuales puede enredarse el yo determinan el éxito o el riesgo de fallos en la formación de la personalidad o sus habilidades.

En mi opinión, todo ser humano adolece de limitaciones en algún área de su personalidad. No conozco a nadie que tenga un yo plenamente autoconsciente y consciente de su papel como gestor del intelecto.

Nadie es digno de grandes victorias si no ha aprendido a agradecer las derrotas.

A. CURY, en *El maestro de maestros*

Para ser un gestor inteligente y eficiente del intelecto, es preciso aprender a trabajar con estas herramientas:

1. Tener conciencia del «yo», que representa la capacidad de elección, autodeterminación y conciencia crítica.
2. Entrenar el yo para administrar pensamientos, ideas, imágenes mentales y fantasías.
3. Tener plena conciencia de que no solo la calidad de los pensamientos en el escenario psíquico puede comprometer la salud psíquica —por ejemplo, los pensamientos perturbadores, pesimistas y morbosos—, sino que también la cantidad de pensamientos es importante. Una hiperconstrucción de pensamientos, como preocupaciones, anticipación de situaciones del futuro o estancamiento en experiencias pasadas, puede generar un síndrome de pensamiento acelerado o SPA.

4. El SPA compromete una serie de códigos de la inteligencia, como el código de la interiorización, concentración, observación, deducción e inducción, bloqueando así funciones vitales del intelecto.
5. Dar un choque de gestión a la psiquis usando el arte de la duda para cuestionar todo lo que nos controla, todas las falsas creencias, los dogmas enfermizos, las verdades absolutas.
6. Estimular la gestión de la psiquis usando el arte de la crítica para reciclar cada idea pesimista, cada imagen mental perturbadora.
7. Dar un choque de gestión para desacelerar los pensamientos, aliviar el SPA, y para estimular el yo para que deje de ser un espectador pasivo del escenario psíquico y asuma su papel como actor principal de ese escenario, como director del guion de la obra existencial.
8. Producir ventanas paralelas en la memoria. Hacer una mesa redonda del yo fuera del foco de tensión, reuniéndose con los miedos, angustias, fantasías, inseguridades, cuestionando sus causas y consecuencias.
9. Reeditar la película del inconsciente. Hacer la mesa redonda del yo dentro del foco de tensión, cuando la ventana *killer* esté abierta, es decir, en el preciso momento de la crisis, del ataque de pánico, de la reacción fóbica o del sentimiento de pérdida.
10. Filtrar los estímulos estresantes usando los cinco procedimientos antes mencionados.

En la actualidad se han multiplicado los predadores

En el pasado lejano, los seres humanos gastaban energía física para sobrevivir, cazar, pescar, huir de predadores o de animales ponzoñosos como serpientes, escorpiones o arañas. Hoy vivimos en sociedades sofisticadas. En apariencia tenemos más seguridad y las necesidades humanas se atienden con más facilidad, siempre que se cuente con los recursos necesarios.

Pero ¿de verdad estamos más protegidos que nuestros antepasados? ¡No! ¿Hay predadores en la actualidad? Sí, muchos más. ¿Hay «animales ponzoñosos» en las sociedades modernas: en las empresas, escuelas y familias? Sí, muchos más.

Tenemos más predadores que nos consumen y hay más venenos en el ambiente donde trabajamos y transitamos que en el pasado. Pero el veneno y los predadores no están, con frecuencia, fuera de nosotros, tal como las personas que nos agreden, excluyen o critican injustamente. Los más peligrosos venenos y los más agresivos predadores están en nuestra mente.

Cito algunos: preocupaciones existenciales, exceso de actividad mental, exceso de reproches, inseguridades, sentimientos de culpa, ansiedad, atención exacerbada a la opinión de los otros, expectativas no correspondidas, necesidad compulsiva de consumir lo que no es necesario, preocupaciones que anticipan situaciones del futuro o pensamientos que rumian experiencias pasadas.

No hay cielos sin tempestades, ni caminos sin accidentes.

No le temas a la vida; teme no vivirla intensamente.

A. CURY, en *Hijos brillantes, alumnos fascinantes*

El ser humano actual se preocupa, en todo lo que hace, por la seguridad, pero se trata de una falsa seguridad. Tenemos cerraduras en las puertas, ventanas, coches, cajas fuertes, contraseñas para las tarjetas de crédito, pero no tenemos protección psíquica contra los ataques de adentro, contra los pensamientos controladores y, en especial, contra la hiperconstrucción de pensamientos, el Síndrome del Pensamiento Acelerado, el SPA. Lamento decir que nos sentimos más amenazados que los seres humanos del pasado, pues nuestros enemigos se han multiplicado y se han tornado más penetrantes.

Si pudiéramos retornar miles de años en el tiempo y analizar a nuestros antepasados, encontraríamos humanos sin vacunas, sin nociones de higiene, sin garantías de que se alimentarían mañana, sin cultura académica, pero también humanos que se preocuparían y se angustiarían menos. Había entre ellos menos depresión, pánico, trastornos de ansiedad y suicidios.

Por el hecho de que el registro en la memoria humana es automático e involuntario, las imágenes de los modelos flaquísimas se archivan en el inconsciente de las mujeres sin pedirles permiso. Después, centenas de imágenes registradas generan un desastre psíquico y se forma una zona de conflicto capaz de generar el autocastigo y bloquear el placer de vivir.

A. CURY, en *La dictadura de la belleza*

Sí, eran más agresivos, reactivos, instintivos y carecían de la noción de derechos humanos; por ello no constituyen modelos de vida, pero en el lugar más secreto y más importante para un ser humano, nuestra mente, estaban menos perturbados.

Se pueden tener varios enemigos en la sociedad, pero tengamos presente que nuestros peores y más voraces enemigos pueden ser las ideas e imágenes mentales producidas clandestinamente en nuestra propia mente y no administradas por nuestro yo.

El desafío de los desafíos: manejar el SPA

Al contrario de lo que piensan muchos profesionales de la salud mental, no es solo la calidad de los pensamientos lo que genera la enfermedad psíquica y los más diversos bloqueos de la inteligencia, sino también su cantidad exacerbada.

Pensar con lucidez y coherencia es la principal tarea del *Homo sapiens*, pero pensar en demasía es su mayor problema, ya que genera un desgaste excesivo de su corteza cerebral. Aunque no produzcamos pensamientos perturbadores, si construimos pensamientos a una velocidad exagerada, esa producción se tornará el mayor villano de la calidad de vida, generará un desgaste intelectual exacerbado que robará energía a la corteza cerebral, produciendo el Síndrome del Pensamiento Acelerado, o SPA.

Al producir teorías sobre los fenómenos que construyen el fantástico mundo de los pensamientos, tuve la felicidad de descubrir el SPA, pero al mismo tiempo el desagrado de saber que gran parte de la población mundial en las sociedades actuales, desde los niños hasta los ancianos, adolece de este síndrome.

Causas del SPA: 1) exceso de información: en el pasado, la cantidad de información se duplicaba cada dos siglos; hoy se duplica cada cinco años; 2) exceso de estímulos visuales y sonoros, resultado de la televisión; 3) exceso de estímulos provenientes de los ordenadores, internet y los videojuegos; 4) exceso de actividades y compromisos (cursos de idiomas, actualizaciones profesionales, cursos de informática, etcétera); 5) competencia predatoria, paranoia por el éxito a cualquier coste, compulsión por ser el número uno.

El excelente educador abraza cuando todos rechazan, anima cuando todos condenan, aplaude a los que jamás subieron al podio, vibra con el coraje de los que nunca brillaron.

A. CURY, en *Maria, a maior educadora da História*
(María, la mayor educadora de la historia)

Síntomas del SPA: 1) irritabilidad; 2) fluctuaciones emocionales; 3) inquietud; 4) intolerancia ante las contrariedades; 5) déficit de concentración; 6) olvidos; 7) cansancio excesivo; 8) sueño no reparador que genera cansancio al despertar, y 9) síntomas psicósomáticos: dolores de cabeza, dolores musculares, caída del cabello, gastritis y otros.

El SPA no es un estrés común y temporal, como piensan muchos médicos, sino una exacerbación de la construcción de pensamientos que genera ansiedad crónica e

insatisfacción prolongada.

Veamos el desastre mental que causamos a los niños y adolescentes en la actualidad. El exceso de estímulos e información es registrado en su memoria por el fenómeno RAM (Registro Automático de la Memoria), que genera miles de ventanas disponibles que son leídas por otro fenómeno inconsciente, que denomino Autoflujo.

Esas ventanas no son *killer*, sino ventanas normales de la memoria. El fenómeno del Autoflujo —que debería mantener un «flujo blando» de pensamientos e imágenes mentales en el escenario psíquico para generar una fuente de placer y entretenimiento para el *Homo sapiens*—, como está superexcitado, lee con rapidez esas ventanas, produciendo un flujo de construcción a una velocidad nunca antes vista en la generación más joven de nuestra especie.

Todo ser humano pasa por turbulencias en su vida. A algunos les falta el pan en la mesa; a otros, la alegría en el alma; unos luchan para sobrevivir, otros son ricos y acomodados, pero mendigan el pan de la tranquilidad y la felicidad.

A. CURY, en *Tú eres insustituible*

Por no conocer esos mecanismos, ilustres científicos de las áreas de la psicología y la pedagogía no perciben que estamos cometiendo un crimen contra la mente de la juventud, al meter mano en la caja negra de su funcionamiento.

El exceso de estímulos produce, en última instancia, una película mental rapidísima. Imaginemos el estrés de ver un filme cuyas escenas pasan a una velocidad mayor de lo normal. Lo mismo ha sucedido con la mente humana.

El exceso de pensamientos, preocupaciones e ideas no solo es una fuente de inquietud, sino también de insatisfacción. Aunque las personas sonríen. Sí, pero las emociones placenteras no son estables ni profundas. Ansiedad y desagrado son platos comunes del ser humano moderno.

El último lugar en que los alumnos desean estar: la escuela

El resultado del SPA no podría ser peor. Los niños y los adolescentes son inquietos, ansiosos, insatisfechos, especialistas en protestar, no tienen paciencia, lo quieren todo al instante, no disfrutan del ocio y si permanecen diez minutos sin hacer nada, se estresan.

Gran parte de estos síntomas se produce *no* porque los educadores actuales *no* pongan límites a los niños, como muchos creen. Las causas son mucho más profundas y mucho más graves, atañen a la última frontera de la ciencia, las raíces de la construcción

de pensamientos, el inconsciente psíquico. En suma, se vinculan con el SPA. Nada bloquea tanto la gestión del intelecto como este síndrome. El yo de adultos y jóvenes se torna una marioneta, un pelele, de la ansiedad que genera dicho síndrome.

El último lugar en que la juventud, de un modo general, quiere estar es dentro del aula. ¿Por qué los jóvenes no se concentran, mantienen conversaciones paralelas y se agitan durante las clases? ¿Por qué se muestran alienados, desinteresados, no asumen un compromiso social, no piensan en el futuro? De nuevo las causas, lamentablemente, son más graves. Debido al SPA, los jóvenes buscan nuevos estímulos que los sacien, así como el ahogado busca el aire.

Las teorías bellas y profundas como las de Piaget, Vigotsky, Paulo Freire, Morin o Gardner, poco funcionan en la actualidad, debido a la rica sintomatología de este síndrome. Por eso, he preconizado una revolución en el microcosmos de las aulas, desde preescolar hasta la universidad, para mejorar la concentración, aliviar la ansiedad y expandir el rendimiento intelectual de los alumnos (Cury, 2003).

Cuando el ser humano explore intensamente el pequeño átomo y el inmenso espacio y diga que domina el mundo y conquista las más complejas tecnologías y afirme que lo sabe todo, entonces tendrá tiempo de volverse hacia dentro de sí. En ese momento comprenderá que dominó el mundo de fuera, pero no dominó el mundo de dentro, los inmensos territorios de su mente.

A. CURY, en *Tú eres insustituible*

Las técnicas son: 1) música ambiente para aliviar la tensión; 2) sentarse en forma de «U» (que permite mirarse a los ojos) para mejorar la concentración; 3) usar de manera continua el arte de la duda durante la exposición, para abrir las ventanas de la memoria; 4) humanizar al profesor (contar sintéticamente capítulos de su vida en algunos momentos semanales), para cruzar el mundo del maestro con el del alumno, y 5) humanizar al productor de conocimiento (contar aventuras, osadías, derrotas, éxitos, lágrimas, rechazos), para cruzar el mundo del pensador con el alumno y estimular el arte de pensar.

El SPA está en todas partes

Las personas que tienen un trabajo intelectual más intenso, como médicos, psicólogos, periodistas, ejecutivos o profesores, son más vulnerables al SPA. Hay médicos con dolores de cabeza y musculares, así como con un cansancio tan grande que parece que cargan con su cuerpo, de tan fatigados que están. Suelo dar conferencias a mis colegas

médicos y quedo impresionado, pues son enfermos que cuidan enfermos.

Hay profesores con un intenso déficit de memoria. Como no administran su psiquis de manera adecuada, su cerebro bloquea la memoria para pensar menos y ahorrar más energía. Adolecen de muchos olvidos, pero quieren que sus alumnos recuerden las pruebas escolares. Es un contrasentido. Hacen falta nuevas formas de evaluación, de las cuales más adelante destacaré algunas.

Después de una conferencia en Galicia, acerca del funcionamiento de la mente humana y el SPA, la mayoría de la gente tomó conciencia de que lo padecía. Vivían en un lugar fascinante, bordeado por el mar y salpicado de montañas, el camino de Santiago..., pero el SPA es universal, no elige pueblo, cultura, religión ni región.

De los desgraciados insatisfechos, todos buscan la felicidad como el sofocado busca el aire, como el sediento busca el agua. Hasta un suicida tiene sed de ser feliz, en el fondo no quiere matarse, sino matar su dolor.

A. CURY, en *Treinando a emoção para ser feliz*
(Entrenar la emoción para ser feliz)

Dar una sacudida a la gestión de la mente humana para administrar la producción de pensamientos es condición básica e irremplazable para gozar de tranquilidad y salud psíquica y social.

El estilo de vida de los que tienen el SPA necesita cirugía, no un tratamiento clínico. El que no es capaz de hacer una cirugía en su agenda tendrá siempre dificultades para ser buen gestor de su psiquis.

Es más fácil domar tigres que la mente humana

Después de presenciar un hermosísimo espectáculo con tigres, mantuve una larga conversación con el domador. Su habilidad era tan grande que hacía que los animales caminaran sobre cuerdas.

Me contó que un gran domador mira los ojos del animal y sabe por la mirada sus posibles reacciones, incluso su disposición para atacar. Nunca hay que darle la espalda. Me dijo también que poco antes de nuestro diálogo un tigre había sorprendido a su domador y lo había atacado y matado.

Ante su exposición le pregunté si él dominaba su mente como dominaba a los tigres. Indagué si tenía pensamientos perturbadores que lo controlaran, si tenía preocupaciones que le quitaran la tranquilidad e ideas negativas que promovieran su ansiedad. Con honestidad, respondió que sí. Y tuvo un momento de autoconocimiento. Entendió que es

más fácil dominar tigres que el intelecto. Los accidentes con tigres podrán ser raros, pero, como hemos visto, no lo son los accidentes que ocurren dentro de nosotros. En nuestro psiquismo, somos presas fáciles.

Algunos se atormentan imaginando que se hallan al borde de un ataque cardíaco; otros, que tienen cáncer; y otros que sufrirán accidentes. Están perfectos de salud física, pero fatal de salud psíquica.

Ser feliz no es un don genético ni un privilegio de casta social. Ser feliz es contemplar lo bello y hacer a diario de las pequeñas cosas un espectáculo para nuestros ojos. El que no entrene su emoción para contemplar lo bello llevará una vida miserable, aunque socialmente lo envidien.

A. CURY, en *Cambia tu vida*

La mente humana es tan creativa que cuando no tiene problemas los crea. Atendí a varias personas encantadoras que vivían de manera miserable porque construían en su mente el velatorio de sí mismas. Se imaginaban dentro de un ataúd, velados por sus parientes y amigos.

Se sentían asfixiadas y sofocadas. Vivían un terror silencioso. No tenían coraje de abrirse con nadie, temerosas de que se burlaran de ellas. Querían escapar del control de esas imágenes, pero su yo no sabía ser un gestor psíquico, era pasivo, víctima de los pensamientos producidos en forma inconsciente por el fenómeno del Autoflujo.

No creas que entre estos prisioneros no hay personas cultas. Hay muchas de impecable cultura, científicos incluidos, que viven un drama candente e incommunicable. Rumian sus imágenes mentales. Anticipan el futuro y les remuerde el pasado, pero no disfrutan el presente. Crean monstruos sin desearlo, para espantarse.

Si comparamos la mente humana con la más hermosa sala de teatro, ¿dónde se encuentra la mayoría de los jóvenes y adultos? ¿En el escenario, dirigiendo la obra, o en la platea, como espectadores pasivos de sus conflictos, pérdidas y culpas? Lamentablemente nos preparan para ser platea, no líderes de nuestro mundo psíquico.

A. CURY, en *Seja líder de si mesmo*

(Sé tu propio líder)

El estómago psíquico. ¿Quién digiere los estímulos estresantes?

Desde los comienzos de la infancia nos enseñan a realizar la higiene corporal, a bañarnos,

cepillarnos los dientes y lavarnos las manos, pero no aprendemos ni siquiera mínimamente a descontaminar nuestra psiquis, a hacer una limpieza a fondo en nuestra mente, a reeditar la fuente inconsciente que emana ideas y preocupaciones angustiantes. ¡Una paradoja perniciosa!

No solo aquellas personas que no tuvieron oportunidad de frecuentar una universidad, sino también médicos, jueces, funcionarios judiciales, psicólogos, ejecutivos y educadores que poseen un notable saber académico pueden llevar una vida miserable si no aprenden el código del yo como gestor psíquico para filtrar los estímulos estresantes. Su ánimo, su placer, su humor, su disposición mental fluctuarán como barco sin timón ni ancla en mar abierto.

El dinero no trae en sí la felicidad, pero su falta la reduce intensamente. En la actualidad, el estrés económico es una de las principales causas de trastornos psíquicos.

A. CURY, en *Inteligência multifocal* (Inteligencia multifocal)

Aunque en el mundo occidental y oriental no se enseña de forma sistemática la gestión psíquica, la humanidad, desde sus comienzos, realizó intentos de proteger la psiquis. Hemos hecho cuatro tentativas empíricas basadas en consejos, en vivencias, orientaciones espirituales que pasaron de padres a hijos, de una generación a otra, pero que rara vez funcionan. Parecen técnicas eficaces, pero son superficiales.

Técnicas de higienización mental que no funcionan:

1. Tratar de dejar de pensar.
2. Tratar de olvidar.
3. Tratar de distraerse.
4. Tratar de cambiar de idea.

Intenta dejar de pensar en un adversario, en alguien que te lastimó mucho. Cuanto más intentes eliminarlo, más ocupará el centro de tu mente. Dormirá contigo y perturbará tu sueño, se alimentará de ti y te estropeará el apetito.

Intenta distraerte o cambiar de idea cuando tengas un problema importante o estés alterado. Puedes estar frente al televisor, a bordo de un transatlántico, en medio de la selva amazónica, pero tal vez no te distraigas por completo. Y si lo logras, será algo paliativo, temporal. En breve el drama retornará. Los casos simples pueden aliviarse con intentos de distracción, pero los más complejos no.

No es fácil gobernar nuestra mente. Si lo fuera, rara vez una venganza se cristalizaría

en un asesinato, pues la mayoría de los vengadores intenta olvidar a sus ofensores. Si fuera fácil, rara vez un padre o un profesor cometería actos que comprometieran la formación de la personalidad de sus hijos y alumnos, pues la casi totalidad de ellos tienen la intención de ser tolerantes, pacientes, de promover la vida y no destruirla.

Basadas en esas cuatro técnicas ineficaces se produjeron técnicas de control mental, meditación y orientaciones psicológicas. Todas esas tentativas, reitero, son buenas, pero la mente humana es más compleja de lo que imaginamos. Si fueran de altísima eficacia, los psicólogos y los líderes espirituales no se enfermarían. Y he tratado a varios.

Es interesante que el hombre más famoso de la historia, Jesús, no haya espiritualizado ciertos fenómenos que eran psíquicos. Dijo en el famoso Sermón de la Montaña que si alguien tiene un problema con una persona, debería dejar su ofrenda y reconciliarse. Un procedimiento simple, pero repleto de significado. Para él, las cuestiones psíquicas debían resolverse en la esfera psíquica, en la esfera de los códigos de la inteligencia, a través de la serenidad, de la capacidad de reconocer los errores, de ponerse en el lugar del otro.

Una ciencia solo nace en función de las necesidades humanas. La psiquiatría y la psicología nacieron porque el *Homo sapiens* se enferma con facilidad justamente en el terreno en que se torna *sapiens*, donde construye el mundo de las ideas y los pensamientos.

El código que revela técnicas más eficientes

Existen tres grandes fuentes de estímulos estresantes: la social, la psíquica y la orgánica, vinculada a la carga genética y a las alteraciones del metabolismo cerebral, en especial de los neurotransmisores: serotonina, adrenalina, noradrenalina y acetilcolina. No entraré en el campo orgánico o neurocientífico, pues no es mi área de especialización.

Estoy convencido de que, si aprendemos a filtrar los estímulos estresantes de las dos primeras fuentes, mejoraremos mucho nuestra calidad de vida, aunque tengamos una carga genética propensa a desarrollar ansiedad y humor depresivo.

La fuente social de estrés es gigantesca; incluye pérdidas, ofensas, decepciones, rechazos, abuso sexual, conflictos, presiones, competencia predatoria, amenazas, muerte de seres queridos, enfermedades físicas, etcétera. La fuente psíquica es más gigantesca todavía; comprende fobias, humor depresivo, angustias, pensamientos morbosos y obsesivos, ideas perturbadoras, imágenes mentales controladoras, fantasías enfermizas, creencias falsas, inseguridades y timidez. La fuente externa proviene especialmente de los conflictos generados por las relaciones humanas entre padres e hijos, profesores y alumnos, amigos y amigos, así como en las relaciones afectivas y entre compañeros de

trabajo. La fuente psíquica proviene de dos grandes áreas: MUC (memoria de uso continuo o centro consciente) y ME (memoria existencial o centro inconsciente).

Una persona es tanto más rica emocionalmente cuanto más hace mucho de poco, y tanto más pobre cuanto más hace poco de mucho.

A. CURY, en *El vendedor de sueños*

En la MUC tenemos todas las experiencias archivadas en forma consciente y utilizadas continuamente; por eso es el centro consciente. Las zonas de conflicto archivadas en la MUC pueden hacernos rumiar pensamientos pesimistas, celos exacerbados y traumas no superados.

En la ME tenemos millones de experiencias archivadas desde los principios de la existencia, especialmente, desde el inicio de la vida fetal, a partir del primer trimestre. Angustias, tristeza al atardecer, irritabilidad, timidez e impulsividad no explicadas con claridad emanan de las zonas de conflicto archivadas en la ME. Para filtrar los estímulos estresantes es preciso desarrollar la capacidad psíquica de digerirlos. Así como tenemos un estómago que digiere los alimentos y, al mismo tiempo, combate bacterias y otros microorganismos con los jugos gástricos, tenemos que desarrollar también una especie de «estómago psíquico». El jugo gástrico de este complejo estómago es el arte de la duda y de la crítica.

Sin el arte de la duda y de la crítica no es posible desarrollar el Código del yo como gestor del intelecto. La mente humana será un vehículo sin dirección, un avión sin piloto. Los niños deben aprender la ineficacia de las técnicas que cité, al mismo tiempo que a actuar en su psiquismo a través del arte de la duda y de la crítica.

El que tiene miedo de sus lágrimas nunca enseñará a sus hijos a llorar. El que tiene miedo de sus errores nunca enseñará a sus alumnos a asumirlos.

A. CURY, en *El maestro del amor*

Sin dominar el arte de la duda, ¿cómo filtrarán el patrón tiránico de belleza impuesto por sectores de los medios? Debemos saber que en las sociedades modernas hay cerca de cincuenta millones de personas con anorexia nerviosa que mueren de hambre aunque dispongan de alimentos sobre la mesa, porque no aprendieron a desarrollar ese filtro.

Recuerdo una joven, hija de un hacendado, que medía alrededor de un metro sesenta de estatura y pesaba menos de treinta kilos. Si le preguntaban por qué no comía,

respondía enfáticamente que era porque estaba obesa. No oía a nadie, no creía en ningún médico, psicólogo ni psiquiatra.

Desde el punto de vista de los derechos humanos, nadie está obligado a presentar pruebas contra sí mismo. Por eso la gente tiene el derecho a callar ante las autoridades. Pero las zonas de conflicto alojadas en el inconsciente emiten pruebas contra nosotros mismos.

Producen prejuicios enfermizos, creencias irracionales y autodestructivas. Esa joven se veía obesa, fea, horrible, aunque estuviera tan flaca que corría el riesgo de morir por desnutrición. No sabía que cada ser humano tiene su belleza particular.

Era esclava de los estímulos que emanaba su psiquismo. No los combatía, no los gestionaba. El trabajo terapéutico fue enorme. Para tratar su trastorno no bastaba con darle medicamentos o usar técnicas psicoterapéuticas. Eso ya lo había realizado, sin éxito. Tenía que aprender a dar un golpe de gestión a su intelecto. Tengo críticas al sistema cartesiano, que establece una línea unifocal, lógica y matemática, de pensar. El código de la adaptación a las adversidades, de la tolerancia, de la solidaridad, de la sensibilidad, del amor, de la intuición creativa, supera los límites de la linealidad lógica.

El que es legalista consigo mismo y con los demás, el que interpreta la ley al pie de la letra y juzga con rigidez su propio comportamiento y el de los demás, no tiene flexibilidad ni sensibilidad, porque no considera las circunstancias, el ambiente social, el estado emocional y la intención del agente. Los profesores, padres, magistrados, líderes políticos, que son legalistas, montesquianos, causarán injusticias dramáticas. El que es estrictamente lógico y rígido en su manera de pensar y juzgar está preparado para dormir, convivir y relacionarse con máquinas, pero no con seres humanos.

No obstante, a pesar de criticar el sistema cartesiano de pensar e interpretar la vida y sus hechos, tengo que aplaudir el uso de la duda por Descartes como herramienta intelectual. René Descartes preconizaba la duda como medio de raciocinio. Afirmaba: *Cogito, ergo sum*, Pienso, luego existo (Descartes, 1999). La psicología multifocal extrae este pensamiento filosófico y establece que «dudar significa pensar», «dudar frena el exceso de subjetivismo, filtra las falsas creencias».

El exceso de subjetivismo puede hacernos perder los parámetros de la realidad. Millones de personas alimentan sus depresiones, fobias, anorexias, bulimias y trastornos obsesivos, por el exceso de subjetivismo.

Los medicamentos antidepresivos y tranquilizantes son importantes en un tratamiento. Sí, cuando es necesario, pero no resuelven el exceso de subjetivismo; apenas lo adormecen. No estructuran el yo como gestor psíquico; apenas lo silencian.

El ser humano y las sociedades modernas en que está inserto necesitan dos grandes choques, uno filosófico y otro psicológico, un choque del arte de la duda y uno del arte de la crítica. Sin estos dos impactos no hay manera de dar un golpe de gestión de la psiquis.

He comentado en otros libros que en filosofía la duda es el principio de la sabiduría. A diario, en el silencio de nuestra mente, deberíamos dudar de todo lo que nos controla. Deberíamos gritar sin aflojar la voz. Deberíamos protestar, cuestionar, discutir, inquirir e incluso rebelarnos contra todos los estímulos de fuera o de dentro que nos aprisionan, imprimen dolor innecesario y generan inestabilidad, desánimo, inseguridad e insatisfacción crónica. Pero ¿dónde se aprende a dar ese choque filosófico? Es increíble cómo nos convertimos en una casta de personas pasivas, sumisas y frágiles dentro de nosotros mismos.

Casi todas las dictaduras fueron derribadas con revoluciones, aunque fuera la revolución de las ideas, sin derramar una gota de sangre. Del mismo modo, la dictadura de los pensamientos morbosos, del humor depresivo, no se resuelve sin la revolución del yo, sin tener un yo activo que se rebela contra la cárcel psíquica, contra la trampa de la autocompasión, contra la mazmorra del conformismo. Pero nos entrenan para ser siervos en el único lugar en que deberíamos ser señores.

La crítica es el principio de la sabiduría en la psicología. A diario necesitamos el choque psicológico en el silencio de nuestra mente, criticando, analizando, examinando, cotejando, refutando todos los estímulos sociales y psíquicos que nos controlan. En esta sociedad agitada y consumista resulta casi imposible sobrevivir sanamente sin desarrollar un estómago psíquico saturado de enzimas del arte de la duda y de la crítica.

Las ideas son semillas. El mayor favor que se puede hacer a las semillas es enterrarlas.

A. CURY, en *El vendedor de sueños II*.

La revolución de los anónimos

Dudar y criticar son herramientas fundamentales para que seamos actores o actrices principales del escenario psíquico. Sin el arte de la duda, ¿cómo cuestionaremos nuestro itinerario, nuestro estilo de vida, nuestras ideas necias? Sin el arte de la crítica, ¿cómo enfrentaremos la dictadura del pensamiento acelerado? ¿Cómo gestionaremos nuestra agresividad y necesidad neurótica de poder? Mediante el arte de la duda y de la crítica, todos los paradigmas irracionales, dogmas existenciales y pensamientos destructivos que compramos a precio de verdad pasarían por un choque de gestión, serían filtrados por el yo.

El choque de gestión psíquica es un proceso largo, pero fascinante. Es tanto un proceso educacional como terapéutico. Incluso personas que sufren de depresión, obsesiones, síndrome de pánico y otros trastornos que se arrastran durante años, si aprendieran a descifrar el código de gestión del intelecto, si usaran a diario el arte de la duda y de la crítica, podrían dar un salto en la expansión de su salud psíquica.

Ese salto tiene posibilidad de ocurrir de forma independiente del tratamiento que estén haciendo, sea con psicotrópicos o con psicoterapia, sea psicoanalítica o cognitiva/comportamental.

El niño Jesús fue perseguido en la infancia. En la adolescencia trabajó con las herramientas que un día lo matarían: madera, martillo y clavos. Era de esperar que su personalidad fuera angustiosa y ansiosa, pero para asombro de la psiquiatría, al abrir su boca al mundo, jamás se vio a alguien tan alegre y generoso. Él hizo poesía en el caos.

A. CURY, en *El maestro de maestros*

Algunos fenómenos en la base de nuestra mente

¿Cómo dar un choque de gestión del intelecto, cómo hacer una higiene psíquica si las personas, incluidos los intelectuales, no tuvieran oportunidad de conocer el funcionamiento básico de la mente humana? Esa es la gran dificultad.

Vivimos en una sociedad tan asfixiante que rara vez la gente tiene tiempo de hacer introspección y plantearse preguntas básicas sobre el funcionamiento de su propia mente: ¿cuáles son los fenómenos que construyen pensamientos? ¿Los pensamientos que nos angustiaron y desaparecieron del escenario psíquico dejaron de ejercer influencia o quedaron depositados en los bastidores de la mente? ¿Cómo archivamos las experiencias en la memoria? ¿El registro es inconsciente y automático? ¿Los traumas pueden borrarse? Y si no pueden borrarse, ¿podrán reeditarse? Aun en los cursos de psicología rara vez se plantean estas preguntas.

Estas cuestiones son tan básicas como aprender a comer y a caminar, porque se refieren a la digestión psíquica y a la caminata existencial. Muchos ni siquiera saben que, si no usan el filtro del arte de la duda y la crítica en los primeros cinco segundos en que se construyen los pensamientos negativos y las ideas morbosas, estos serán archivados y no podrán borrarse nunca más. Día tras día, millones de personas acumulan basura psíquica sin saberlo, y a diario intentan limpiar su memoria sin tener conciencia de que es imposible borrarla. Los países cuyas ciudades acumulan basura en las calles y extraen el agua del cielo abierto no tienen cultura e higiene, pero en todos los países, en todas las

clases sociales, las personas acumulan basura psíquica. Por no conocer el proceso de construcción de pensamientos queremos reducir la compleja memoria humana a un simple ordenador, donde se archiva lo que se quiere y se borra lo que no se desea. Si pudiéramos borrar la memoria, ¿a *quién* o *qué* borraríamos? Tal vez pérdidas, fallos, ofensas, sentimientos de culpa, miedos, exclusiones sufridas, compañeros de trabajo insoportables, gerentes de banco, hijos rebeldes o jefes injustos. Pero para el *Homo sapiens* es imposible atentar contra los archivos de la memoria, porque están superprotegidos, salvo que haya un cáncer cerebral, un trauma craneal gravísimo o una degeneración en la corteza.

Los millonarios quisieron comprar la felicidad con su dinero; los políticos quisieron conquistarla con su poder; los famosos quisieron seducirla con su celebridad. Pero ella no se dejó encontrar. Balbuceando al oído de todos, dijo:

«Yo me escondo en las cosas más simples y anónimas...».

A. CURY, en *Tú eres insustituible*

Si tuviéramos el poder de borrar nuestra memoria, podríamos cometer un suicidio psíquico, tal vez nos borraríamos a nosotros mismos cuando nos sintiéramos frustrados con nuestras actitudes, reacciones y fracasos. Acabaríamos por convertirnos en bebés sin conciencia alguna de la existencia, lo cual sería un desastre intelectual.

El filtro de las ventanas *light*

Hace poco tiempo di una conferencia sobre el fascinante mundo de la mente humana ante más de seis mil personas, entre las cuales se incluían educadores, psicólogos y otros profesionales. Entre los diversos temas que abordé, hablé de la formación de traumas en las relaciones humanas. Hablé sobre la traición.

El abanico de las traiciones es amplio: traición sexual, financiera, revelación de secretos no guardados, usurpación de nombres, comisión de injusticias, expectativas no correspondidas, etcétera. Les dije a mis oyentes que los «enemigos» no traicionan; solo decepcionan. Solo los amigos pueden traicionar. Pedí con respeto que levantaran la mano todos los que habían sido traicionados de algún modo. Con valentía, la gran mayoría alzó la mano. Fueron víctimas de amargos traumas. Tenían capítulos existenciales marcados por ventanas *killer*, marcas en relieve en su historia. Muchos se estancaban en el barro de la frustración, no podían mirar a la cara del que los había traicionado ni pensar en el hecho sin sentir gran incomodidad.

Los mayores enigmas del universo se encuentran en la mente de cada ser humano. Incluso cuando somos complicados, dificultamos las cosas y valoramos lo que no tiene valor, reflejamos nuestra complejidad.

A. CURY, en *O futuro da humanidade*

(El futuro de la humanidad)

¿Qué hacer con esa fuente interior? Hemos visto que no se puede olvidar ni borrar. La posibilidad que nos queda es reeditar la memoria o construir ventanas paralelas, como describí en el libro *Cambia tu vida* (Cury, 2004).

Las ventanas paralelas se construyen con un autodiálogo, haciendo una mesa redonda con nuestras tonterías, estupideces, miedos y pensamientos débiles. Pero ¿quién dialoga sistemáticamente con sus conflictos? ¿Quién se reúne con sus miedos y discute sus fundamentos y sus coherencias? ¿Quién se reúne con sus males y mantiene con ellos un debate lúcido? Nos entrenan para administrar el ambiente exterior, pero no para hacer una mesa redonda usando el menú del arte de la duda y de la crítica a fin de dar un choque de gestión a nuestra mente, de construir ventanas paralelas junto a las ventanas traumáticas. Por eso, conservamos durante décadas pequeños conflictos, y los grandes, mucho más.

Proteger la emoción para poder aprender a darnos a los demás sin esperar demasiado la retribución. Si no tenemos grandes expectativas, todo nos sorprenderá. No olvides que las mayores decepciones son generadas por nuestros seres más cercanos.

A. CURY, en *Maria, a maior educadora da História*

(María, la mayor educadora de la historia)

Somos tan cerrados que creemos que es cosa de locos hablar con uno mismo. Locura es no admitir nuestras «locuras». Locura es dejar de conversar francamente con nuestras «locuras». Cuando los psicóticos hablan consigo mismos pueden causar extrañeza en los «seudonormales», pero están ejerciendo uno de los fenómenos saludables que les quedan. Tratan de conectarse consigo mismos, salir de la cárcel de la soledad, aunque viajen en sus delirios y alucinaciones. La mesa redonda del yo es una técnica positivista, pero psicodinámica, histórica, filosófica y existencial. Promueve la formación de ventanas *light*, sanas, que contienen osadía, autodeterminación, conciencia crítica y seguridad. Estas, a su vez, se abren simultáneamente cuando se abre una ventana *killer* o traumática, con lo que dan elementos para su superación.

De este modo, el yo deja de ser una marioneta de sus conflictos y ejerce su gestión

psíquica. Si un automovilista tiene miedo de conducir un vehículo porque se atormenta con imágenes de los accidentes que podría causar, deberá reunirse con esas imágenes, criticarlas, cuestionarlas, en fin, darles una dosis de lucidez intelectual. Entonces construirá ventanas *light* que se abrirán cuando tenga las manos sobre el volante. Las imágenes mentales dramáticas serán minimizadas, digeridas, por imágenes mentales lúcidas y pensamientos racionales.

Creencias falsas

Nada puede controlar tanto a un ser humano como las creencias falsas. Las creencias falsas se traducen de las maneras más diversas: dogmas religiosos, supersticiones, prejuicios, paradigmas científicos, verdades irreales, etcétera. Todos tenemos algunas creencias falsas, incluso las personas racionales.

Como mínimo el cincuenta por ciento del potencial de un ser humano, sea intelectual o iletrado, profesor o alumno, es mutilado o disminuido por las creencias falsas a lo largo de su vida. Las creencias provocan temores o euforia desproporcionados. En el campo de los temores, las creencias generan miedo de conquistar, de escribir, de debatir, de soñar, de atreverse, de caminar o de producir. En el campo de la euforia, las creencias generan delirio de grandeza, necesidad enfermiza de poder, necesidad neurótica de tener siempre la razón, orgullo, egocentrismo y autosuficiencia.

Muchos jóvenes tienen creencias falsas que amordazan su inteligencia. Se creen incapaces de alcanzar sus sueños, ineptos para superar sus limitaciones. Incluso personas envidiadas culturalmente tienen sus nichos intelectuales enfermizos.

El que no critica lo que cree lapidará sus creencias; quien no lapida sus creencias será siervo de sus verdades. Y si sus verdades fueran enfermizas, ciertamente será una persona enferma.

Las creencias falsas dan lugar a las causas o la perpetuación de muchos trastornos psíquicos. Cada vez que trato a pacientes con síndromes de pánico que pasaron por las manos de varios psiquiatras y psicólogos, incluso de excelentes profesionales, no solo les doy medicamentos e interpreto analíticamente su pasado, sino que también les pido que practiquen a diario la técnica de la mesa redonda del yo para combatir sus creencias falsas.

Los estimo a realizar esta práctica fuera del ambiente del consultorio. Es allí donde aparecen sus crisis, y no en el ambiente controlado de los consultorios. Es allí donde su yo tiene que ser activo, dinámico, autodeterminado, autoconsciente y líder de sí mismo. De lo contrario, más allá de no resolver su enfermedad, corren el riesgo de ser dependientes del terapeuta. Todas las corrientes psicoterapéuticas y psiquiátricas pueden

usar la técnica de la mesa redonda del yo con grandes beneficios.

Para mí, la psicoterapia no debería ser solo un proceso de tratamiento de enfermos, sino también un proceso de formación de pensadores. Los pacientes deberían tener como meta no solo resolver su enfermedad, sino también volverse mejores de lo que eran antes de desencadenarla. Tornarse más generosos, creativos, altruistas y afectivos.

El mayor desafío de un ser humano es abrir el abanico de su memoria en los focos de estrés para poder construir respuestas inteligentes en situaciones en que muchos no lograrían pensar.

A. CURY, en *A sabedoria nossa de cada dia*
(La sabiduría nuestra de cada día)

Les explico el proceso de construcción de ventanas paralelas y otros fenómenos en los que se basan los funcionamientos de la mente. Los aliento a cuestionar, preguntar y enfrentar sus crisis, en especial las ideas que retroalimentan los ataques de pánico, como aquellas relacionadas con la muerte, el desaliento, la pérdida del control de sí mismo, así como las causas que los desencadenan.

Así, ellos salen del estado de espectadores pasivos de su enfermedad y comienzan a desarrollar el espectáculo del arte de la duda y de la crítica: «¿Quién soy? ¿Qué soy? ¿Cuáles son los fundamentos de mi pánico? ¿Por qué creo más en mis síntomas que en los profesionales que me ayudan? ¿Por qué me entrego? ¿Cómo debo asumir mi papel de gestor psíquico?».

La mesa redonda provoca la implosión de la trampa del conformismo. Debe realizarse antes, durante y después de las crisis, pero en especial antes y después, o sea, cuando las ventanas *killer* están cerradas; por lo tanto, fuera del momento del ataque de pánico, de las reacciones fóbicas, de la timidez, de la inseguridad y de las crisis depresivas.

El objetivo fundamental es, como ya he dicho, construir zonas *light*, ventanas paralelas en el psiquismo que darán soporte para que el yo tenga serenidad en situaciones tensas y coherencia en crisis en que es difícil razonar. Esas ventanas paralelas funcionarán como filtros del miedo y de las fantasías en el momento de las crisis.

Muchos quieren los perfumes de las flores, pero pocos se atreven a ensuciarse las manos para cultivarlas.

A. CURY, en *El maestro del amor*

Nosotros, psicoterapeutas y psiquiatras, empleamos diversas técnicas según la teoría

que adoptamos. Pero, en el fondo, si un paciente ha resuelto con éxito su conflicto, es porque ha descifrado el Código del yo como gestor psíquico o por lo menos ha construido ventanas paralelas o reeditado las ventanas traumáticas.

Estudiar estos fenómenos nos hace entender por qué el *Homo sapiens* es el «*Homo paradójico*». Al mismo tiempo que libra guerras, discrimina y asesina, también cultiva flores, hace arte y llora por el dolor de otros. Las personas que no tienen ventanas paralelas en cantidad y calidad significativas pueden en un momento ser delicadas y en otro violentas, en un momento seguras y en otro fragilísimas.

Me entristece el hecho de que la psiquiatría y la psicología, en estos últimos cien años, hayan invertido un enorme esfuerzo en el tratamiento de los trastornos psíquicos, pero poquísimo en prevención.

¿Cómo podemos prevenir los conflictos psíquicos y sociales si nuestro yo es un tímido gestor intelectual? ¿Cómo podemos dar un toque de lucidez a nuestra mente si no usamos el arte de la duda y de la crítica? Por desgracia, nos volvemos especialistas en gestionar el mundo en que estamos y no el mundo que somos. Nos convertimos en una sociedad enferma que forma personas enfermas.

La película del inconsciente

Ya hemos hablado sobre la construcción de las ventanas paralelas sanas fronterizas a las zonas de conflicto; ahora es preciso entender que la gestión psíquica también pasa por reeditar las zonas de conflicto. Todo cineasta filma centenares de horas y después las reedita para hacer un largometraje de dos horas o más. La reedición de la película del inconsciente no consiste en cortar escenas ni en quitar imágenes, sino en insertar nuevos textos en los contextos, nuevos mensajes en las zonas de conflicto.

Subrayo que siempre que sea necesario un tratamiento psiquiátrico o psicoterapéutico, este debe realizarse sin culpa ni miedo. Lamentablemente, debido al coste económico, no siempre este tratamiento es accesible.

Todos cierran los ojos cuando mueren, pero no todos ven cuando están vivos.

A. CURY, en *O futuro da humanidade*

(El futuro de la humanidad)

En primer lugar, tras años de experiencia clínica, estoy convencido de que no es posible reeditar todos los traumas y conflictos que están en los miles de ventanas *killer* o zonas de conflicto del pasado. Basta con saber que el archivo de experiencias es

automático.

A diario guardamos miles de experiencias sanas y, a veces, enfermizas. Después del nacimiento, este proceso se acelera. La incomodidad de la cuna, el hambre no saciada a tiempo y los cólicos intestinales son fuentes de estrés. En muchos casos no llegan a formar ventanas *killer* con conflictos bloqueadores, pero son zonas de tensión que contienen traumas. Junto con la carga genética, la calidad y la cantidad de esas zonas de tensión definirán las características de personalidad, el grado de timidez, de seguridad, placer, irritabilidad y creatividad.

La corteza cerebral tiene millones de ventanas con billones de experiencias archivadas desde el alba de la vida fetal. No sabemos dónde están las ventanas enfermizas ni cuántas son. Solo logramos detectar con nuestro sistema sensorial comportamientos enfermizos, y aun así con limitaciones.

En segundo lugar, si no es posible reeditar toda la película del inconsciente, debemos por lo menos reeditar las zonas de conflicto que más influyen en la enfermedad psíquica, las ventanas *killer* que causan más fluctuación emocional, humor depresivo, angustias y fobias.

Para ello debemos actuar en el foco de tensión, en el momento en que la ventana *killer* está abierta, en el epicentro de la crisis. Sin embargo, observemos que ese proceso es diferente del de la construcción de las ventanas paralelas. En el exacto momento en que una reacción fóbica o una imagen mental destructiva surge a partir de una zona de conflicto abierta, el yo debe actuar, criticar, discutir y examinar con rapidez, en suma, bombardear con inteligencia esa zona de conflicto con los mismos cuestionamientos que propuse en la mesa redonda del yo.

Hay dos maneras de hacer una fogata: una con la madera seca y otra con la semilla. Los que prefieren la madera seca se calientan pronto y luego vuelve el frío. Los que plantan semillas cosechan un bosque y nunca les faltará madera para calentarse.

A. CURY, en *Cambia tu vida*

De este modo, la mesa redonda realizada fuera de la crisis construye ventanas paralelas y en la crisis reedita la ventana enfermiza. Lo más importante de este proceso es crear lo que denomino «plataforma de ventanas sanas». Esta plataforma debe ser lo bastante extensa a fin de darnos condiciones psíquicas y sociales para que vivamos con dignidad.

Hablando de manera figurativa, el inconsciente es como una compleja metrópolis, con incontables barrios, calles, avenidas y plazas. El inconsciente enfermo es como una ciudad de calles agujereadas, mal iluminadas, con supermercados arrasados y escenarios

vacíos. Aquí tenemos una gran enseñanza. Una persona que sufrió abusos sexuales, o privaciones, pérdidas y violencias sociales, que fue víctima de guerras o de ataques de terroristas, no necesita reurbanizar toda la ciudad de su psiquis para tornarla habitable. De lo contrario, la vida sería por completo injusta con ella, tal vez nunca quedaría libre de todas sus zonas traumáticas, y nunca ejercería su derecho a ser feliz, libre, y vivir tranquila.

Con la reurbanización de un barrio importante ya es posible sobrevivir, aunque en algunos momentos frecuentemos zonas enfermizas y suframos algunas breves recaídas, como tristeza, ansiedad o temores. Nadie necesita ser plenamente sano en todas las áreas de su inconsciente para ser alegre, lúcido y productivo. En parte porque no existe nadie plenamente sano, ni siquiera el más ilustre de los psiquiatras. Observemos que muchas personas son productivas a pesar de ser obsesivas, tener claustrofobia o ser inseguras.

La gran ciudad psíquica no es perfecta, pero podemos construir barrios muy agradables. Un ejecutivo debe construir un lugar muy agradable en medio de su vida agitada, debe invertir en sus sueños; de lo contrario, vivirá de forma miserable.

Cuando entramos en barrios psíquicos «depredados», cuando recaemos, jamás debemos castigarnos, desistir, dejarnos controlar por la culpa y creer que el conflicto retornó a su plenitud. Por no conocer el funcionamiento de la mente y el proceso de formación de ventanas paralelas, además de la reedición del inconsciente, las recaídas — por ejemplo en el uso de drogas, la depresión, la fobia social o los ataques de pánico— se vuelven un desastre para los presentes y generan desesperación en algunos terapeutas.

Las recaídas deberían encararse como oportunidades preciosas para reconstruirse sin castigarse, para reeditar zonas de conflicto que nunca se han reurbanizado. Me refiero a recaídas espontáneas, ocurridas con personas empeñadas en ser gestoras de su psiquis, agentes modificadores de su historia.

Cuando Judas besó a Jesús, era de esperar que este fuera controlado por el odio o por el miedo, pero abrió las ventanas de su mente y preguntó: «Amigo, ¿para qué viniste?». ¡Nunca una persona traicionada trató con tanta dignidad a su traidor! No tenía miedo de que lo traicionaran, sino de perder a un amigo.

A. CURY, en *El maestro inolvidable*

Parálisis psíquica en el avión

Hace algunas semanas contactó conmigo un empresario de éxito. Es una persona lúcida, emprendedora, generosa, pero se sentía limitada porque había desarrollado terror a volar. Hace dos años tuvo una crisis a bordo de un Boeing. Sintió que iba a morir: le vibraba el

corazón, tenía la sensación de que en los pulmones jadeantes no le entraba más aire. Fueron los peores momentos de su vida, según su descripción.

Llamó a la azafata y al comisario de a bordo, pero no se tranquilizó. Quería que el avión aterrizara, pero era imposible. Continuó una hora preso de la desesperación hasta que el avión llegó a destino. Tuvo una crisis atípica de pánico. Nunca más voló. Pero necesitaba hacerlo para llevar a cabo sus negocios. ¿Cómo vencer esa zona de conflicto? Lograba enfrentarse a todo, menos a la posibilidad de repetir su drama.

Cuando Pedro negó a Jesús por tercera vez, las miradas de ambos se cruzaron. Al negarlo, Pedro proclamó a voz en cuello que no lo conocía, pero al mirarlo Jesús gritó sin voz: «¡Te comprendo!». Nunca en la historia el silencio fue tan elocuente...

A. CURY, en *El maestro del amor*

Hizo dos viajes de trabajo y en cada uno de ellos recorrió más de cuatro mil kilómetros en coche, con tal de eludir el avión. Varios médicos y amigos intentaron ayudarlo, pero sin éxito. Un día, al visitar a un amigo que poseía una bonita avioneta, recibió la información de que necesitaba regresar a toda prisa. El amigo lo invitó a subir a su avión. Cuando los motores se pusieron en marcha, también lo hizo el «motor» de su ventana *killer*, lo cual le generó un torbellino emocional incontrolable. No logró volar.

Al atenderlo, le expliqué cómo debería descifrar el código de la gestión psíquica del yo, cómo hacer la mesa redonda y reeditar las matrices del inconsciente. El mismo día comenzó a dar un choque filosófico y psicológico a su mente, utilizó el arte de la duda y de la crítica. No tuve más tiempo para atenderlo, pero bastó con una consulta para que reescribiera su historia.

Quince días después hizo un viaje internacional. Y ese vuelo fue una prueba. En la ida, el avión sufrió una avería. Él tuvo una pequeña recaída, pero le duró minutos. Aprovechó la oportunidad para reeditar las imágenes y dejar de ser una marioneta de los fantasmas que se alojaban en su inconsciente. Después del viaje, lo atendí feliz y seguro; había recobrado el encanto por la vida. Ahora se halla en proceso de franca recuperación.

La gran paradoja: higiene física versus higiene mental

Las estadísticas psiquiátricas evidencian que cuanto más pasa el tiempo más probabilidades tenemos de desarrollar trastornos psíquicos. Al contrario de lo que cree el sentido común, el tiempo en sí mismo no nos hace madurar. La acumulación de

experiencias dolorosas solo nos ayuda a madurar si aprendemos a descifrar los códigos de la inteligencia.

Si no los desciframos, la trayectoria espontánea de un ser humano, en teoría, es la siguiente: el niño será más alegre y sano que de adolescente; el adolescente lo será más que de adulto, y el adulto lo será más que de anciano. Comparemos los niveles de alegría y espontaneidad que tienes hoy con los tiempos ingenuos de tu infancia. Recordemos que bastaba con pequeños estímulos para rescatar nuestra sonrisa, que las preocupaciones no nos controlaban, el mundo parecía un horizonte de placer esperando que lo descubriéramos. Hoy somos más serios, prudentes, insatisfechos, complicados y exigentes. Tal vez ni siquiera nuestras conquistas nos entusiasmen.

Una persona inteligente aprende de sus errores; una persona sabia aprende de los errores de los demás.

A. CURY, en *Diez leyes para ser feliz*

Si un individuo no se baña durante varios días, su olor lo delata. Si no se cepilla los dientes después de varias comidas, su olor bucal también lo acusará. Pero si acumula material putrefacto en su psiquismo, ¿quién lo percibirá? Nuestro «olfato» psíquico no está entrenado para percibir los traumas invisibles, salvo cuando aparecen los síntomas.

Hay personas que se encuentran al borde del suicidio y nadie imagina su drama. Hay otras angustiadas por sus síntomas psicósomáticos, pero con frecuencia los de fuera no descifran lo que la imagen no acusa. Y, lo que es peor, arrojan piedras sin compasión.

Lamentablemente solo entenderán el drama de un conflicto psíquico cuando penetren en sus valles. Son superficiales porque viven en una sociedad artificial, que no descifra ni entrena las funciones más importantes de la inteligencia.

Muchas parejas se destruyen porque nunca tuvieron habilidad para identificar las heridas que no llegaron a hacerse oír. Muchos profesores consideran insoportables a sus alumnos, sin descifrar el drama escondido en su comportamiento reprochable. Si no aprendemos a ser gestores de la psiquis, así como a descifrar el código del Altruismo, del Carisma, de la Intuición Creativa, de la Resiliencia, nos sentiremos ávidos de castigarnos y castigar a los demás. La existencia podrá ser un jardín de pesadillas, no de aventuras.

El mayor favor que se hace a un enemigo es odiarlo. Al odiarlo quedará archivado de manera privilegiada en nuestra psiquis. De este modo dormirá con nosotros y perturbará nuestro sueño, comerá con nosotros y nos estropeará el apetito.

A. CURY, en *Cambiar tu vida*

Posibles consecuencias para el que descifra el código del yo como gestor del intelecto:

1. Preserva la salud psíquica.
2. Se vuelve cada vez más tranquilo y sereno a lo largo del tiempo.
3. Tiene órbita propia, no gravita en la órbita de los pensamientos e ideas perturbadoras ni en la de los accidentes sociales.
4. No es esclavo de su pasado ni de su presente, ni especialmente, de lo que los demás piensan y hablan de él.
5. Valora su calidad de vida más que el oro y la plata.

Posibles consecuencias para el que no lo descifra:

1. Propensión al desarrollo de depresión y enfermedades ansiosas.
2. Propensión a desarrollar una personalidad irritable, inquieta y crónicamente insatisfecha.
3. Sensación de inseguridad debida a los síntomas psicósomáticos.
4. Dificultad de entregarse y confiar en las personas, pues lo controla el miedo a decepcionarse o ser traicionado.
5. Posibilidad de vivir esta paradoja: ser económicamente rico, pero psíquicamente pobre; tener cultura, pero ser un frágil gestor de sí mismo.

Descifrar el código del yo como gestor del intelecto: ejercicios

1. Dedicar por lo menos diez minutos a pasear dentro de ti mismo o algunos minutos varias veces al día para hacer una mesa redonda con los miedos, las ansiedades, las preocupaciones, las angustias y los estilos de vida enfermizos.
2. Cada pensamiento negativo debe ser enfrentado por el arte de la crítica y de la duda en el exacto momento en que aparece. Pensar, reflexionar, cuestionar e incluso protestar contra cada idea perturbadora o estímulo estresante que asfixia el placer y la tranquilidad.
3. Aprender a conservar el sentido del espacio o propiedad psíquica. Nadie puede invadir ese espacio sin que tú lo permitas.
4. Pregúntate siempre quién soy, qué soy, qué quiero, cuál es mi papel como ser

humano y ser social.

5. Cuidar la psiquis como la más importante empresa, la única que no puede fracasar.

**SEGUNDO CÓDIGO DE LA INTELIGENCIA: *CÓDIGO DE LA AUTOCRÍTICA:*
*PENSAR EN LAS CONSECUENCIAS DE LOS COMPORTAMIENTOS***

El Código de la Autocrítica es el código de quien se autoevalúa, medita sus actos, juzga sus comportamientos, se adapta, autocorrige, reflexiona sobre sus acciones y conjetura consigo mismo.

Es el código que nos hace salir de la esfera del endiosamiento hacia la esfera de la humanidad. Es la postura madura de quien analiza su papel como ser humano, educador, colega y profesional. Por lo tanto, el Código de la Autocrítica va mucho más allá de tener una conciencia superficial de los propios fallos. Hasta un psicópata tiene esa conciencia, pero no cambia. Es el secreto del que piensa en las consecuencias de su comportamiento, del que es fiel a su conciencia e invierte energía para transformar sus rumbos.

El que descifra el Código de la Autocrítica se ubica en el tiempo, en el espacio y en la existencia, y no solo temporal y espacialmente, que son los parámetros de la teoría de la relatividad. Sabe que la vida es brevísima para vivir, pero larguísima para cometer injusticias, tropezar, fallar y desarrollar conflictos.

Muchos jóvenes, en todas las sociedades, borran el Código de la Autocrítica de su diccionario existencial, no piensan antes de reaccionar, no analizan los resultados de sus actos. El grado de ansiedad impuesto por la sociedad de consumo no ha propiciado un clima para que los jóvenes aprendan a hacer introspección, a expandir los niveles de autocrítica. Viven porque están vivos, no les asombran los misterios que rodean el fenómeno de la existencia.

Hay parejas enamoradas que se destruyen si no descifran la capacidad de pensar en las consecuencias de sus actos. Hay ejecutivos que abortan el trabajo en equipo y educadores que comprometen la formación de la personalidad de los hijos y alumnos sin pensar en el impacto psíquico de sus gestos. Hay personas brillantes que tendrán un futuro sin brillo por vivir sin pensar en sus actos.

Nuestros comportamientos son semillas. Las semillas son diminutas, frágiles, pero podrán tener innumerables consecuencias, inmediatas o futuras. Pensar en los efectos de los comportamientos es la base para construir un futuro saludable basado en un presente sano.

El que desee descifrar el Código de la Autocrítica debe tener en consideración

estas observaciones:

1. El que gasta compulsivamente en el presente tal vez se angustie en el futuro.
2. El que cree que su éxito es eterno tal vez se deprima al descubrir que el éxito es más efímero y pasajero de lo que imagina.
3. El que se colma de actividades en la creencia de que su salud es de hierro tal vez se sorprenda cuando su cuerpo se derrumbe.
4. El que toma a broma sus estudios se sorprenderá al descubrir que perdió los mejores años para prepararse para una sociedad que excluye a los que juegan con la vida.
5. El que cree que el amor dura para siempre y no se preocupa por cultivarlo tal vez se asuste cuando su pareja pierda el encanto y pida el divorcio.

Palabras bajas que repercuten alto

Ejercemos mucha más influencia con lo que expresamos de forma espontánea que con lo que hablamos directamente. No tomamos conciencia de que disponemos de la más excelente cámara fotográfica en nuestra mente: el fenómeno RAM, Registro Automático de la Memoria. Este fenómeno fotografía centenas de reacciones espontáneas que transmitimos. Y archiva en forma destacada todo lo que tiene gran volumen emocional.

La mayor venganza contra un enemigo es perdonarlo. Cuando lo perdonamos, él muere dentro de nosotros y deja de perturbarnos.

A. CURY, en *Cambia tu vida*

¿Por qué reproducimos en la vida adulta los comportamientos que más desaprobamos en nuestros padres durante la infancia? Porque los archivamos de forma continua y prolongada. Como no aprendemos a desarrollar un filtro psíquico, construimos incontables ventanas enfermizas que tejen el acolchado de retazos de nuestra personalidad.

Las maneras como enfrentamos las dificultades, soportamos las pérdidas, lidiamos con las contrariedades, reaccionamos a la vida son fotografiadas por las personas que nos rodean, sobre todo los niños o adolescentes.

El que piensa en las consecuencias de sus gestos sabe que la gente nos respeta mucho más por la imagen que construimos dentro de ella que por las palabras que pronunciamos fuera. La imagen psíquica determina el grado de admiración, que, a su vez, determina el

impacto de nuestros actos.

El grado de admiración da el tono del eco psíquico. Un padre con una excelente representación podrá hablar bajo con su hijo, pero el eco será grande. Será oído. Un progenitor con una representación mala, que no es admirado por el niño, podrá gritar, pero su eco será pequeño. Su actitud generará una invasión de la privacidad, que inquietará, incomodará y no educará.

Descifrar el código y su estrategia

«Mi hijo no me quiere, doctor. Siento que soy para él apenas una cuenta bancaria. Si fuera pobre, quedaría abandonado, no tendría ningún valor para él.» ¿Cuántos padres piensan esto de sus hijos? Ser explotado por los de fuera es difícil de soportar, pero serlo por los de dentro es casi insoportable. Con frecuencia se culpa a los hijos de esos comportamientos enfermizos, pero los padres deberían partir en busca de otros culpables. Una persona que descifra el Código de la Autocrítica no lamenta el pasado, sino que busca construir su futuro.

No es fácil rehacer una imagen del inconsciente nosotros solos, en especial cuando ya está distorsionada. Pero es posible. Es necesario usar estrategias para provocar el fenómeno RAM. En las relaciones entre parejas y compañeros de trabajo se aplica el mismo principio.

En esta estrategia, los viejos comportamientos deben reciclarse. Una persona solo se vuelve grande si se hace pequeña para volverse grande dentro del ser al que ama. Nunca le pidas a alguien que te ame. Nunca le pidas a alguien que te admire. El amor, la admiración y el respeto se construyen sin presión, en el terreno insustituible de la libertad. Son frutos de imágenes construidas en las ventanas más íntimas del inconsciente.

El ser humano moderno se convirtió en un gigante en la ciencia, pero es un frágil niño en su psiquis. No sabe navegar en las aguas de la emoción, ni recorrer las avenidas más íntimas de su propia personalidad.

A. CURY, en *Tú eres insustituible*

Pedir y suplicar son técnicas humillantes que solo funcionan durante cinco minutos. El amor y la admiración solo tienen profundidad si son espontáneos; de lo contrario produciremos siervos y no personas libres para decidir.

El Código de la Autocrítica nos hace construir estrategias para descubrir el código del amor y la admiración. El que desea descifrarlo debe aplicar estas herramientas:

1. Elogia siempre antes de criticar o señalar un error. Primero conquista el territorio de la emoción, y después el de la razón.
2. Ten reacciones generosas y sorprendentes.
3. Habla menos y actúa más. Economiza argumentos.
4. Humanízate. Revela capítulos de tu vida. Cuenta tus lágrimas, tus días más difíciles y tus aventuras.
5. Descubre a quién amas. Interésate en sus intereses, pregúntale sobre sus dificultades, muéstrale que te preocupas por él.
6. Si tienes la necesidad de ser perfecto, de defenderte compulsivamente, recíclate, pues esto destruye las relaciones. Puedes ganar el debate, pero perderás al ser amado.

Estoy convencido de que la mayoría de las correcciones que hacemos no educan a nuestros hijos, alumnos, cónyuge o amigos; generan invasión de privacidad, no madurez. Nuestras actitudes empeoran nuestra imagen en la mente del otro cuando no pensamos en los impactos de nuestros actos.

Hay brillantes psiquiatras, psicólogos, abogados, médicos y ejecutivos, pero sus hijos no los admiran. Quieren imponer el respeto con presiones, sermones, advertencias y consejos tediosos. No entienden que el fenómeno RAM va construyendo en sus hijos una imagen carente de admiración.

Los miembros de la familia moderna se han vuelto con frecuencia un grupo de extraños, cercanos físicamente, pero distantes en su interior.

A. CURY, en *Padres brillantes, maestros fascinantes*

El miedo saludable

El Código de la Autocrítica no ahuyenta todos los tipos de miedo, pues sabe que hay miedos imprescindibles. Parece extraño decir que hay un miedo saludable en el escenario psíquico, pero existe y es necesario para preservar la vida. No tenerlo es el mejor camino para ser autodestructivo.

El miedo, como ya he manifestado, solo se convierte en fobia o trastorno psíquico cuando la reacción es desproporcionada en cuanto al objeto fóbico. Una persona que tiene cultura y competencia intelectual para expresar sus ideas, pero que bloquea su coherencia y lucidez cuando se halla ante un público acogedor, muestra una reacción

desproporcionada al grado de amenaza del objeto de su aversión, en este caso, el ambiente. Por lo tanto, padece un trastorno psíquico denominado «fobia social».

Una mujer que ante un insecto hace un escándalo, pierde el autocontrol, manifiesta una reacción sobredimensionada en relación con el grado de amenaza del objeto fóbico, padece, por lo tanto, un trastorno denominado «fobia simple».

Una persona que tiene pavor a las alturas, no puede asomarse al balcón de un edificio sin entrar en crisis, sufrir taquicardia, agitación emocional o sensación de atracción fatal por el espacio vacío, padece también un trastorno llamado «acrofobia».

Del mismo modo, las personas que tienen un miedo asfixiante a las situaciones nuevas, los desafíos futuros, los exámenes escolares, los ascensores, volar, conducir por lugares muy transitados o contaminarse con billetes también padecen trastornos fóbicos. Todas estas reacciones son desproporcionadas al grado de amenaza de los objetos que temen. El nivel de amenaza es producido por traumas archivados en las zonas de conflicto, no por el objeto concreto.

La mayoría de las fobias no causan limitaciones significativas a su portador, porque solo se desencadenan cuando están ante el estímulo estresante. El objeto fóbico detona un gatillo que abre una zona de conflicto, haciendo que los fantasmas archivados en el inconsciente (muertes, heridas o amenazas) cobren vida en la mente humana. Fuera del *locus* de los objetos fóbicos, esas personas pueden ser serenas, afectivas y lúcidas.

Hablamos con el mundo vía internet, pero nos cuesta mucho hablar con nosotros mismos. Dominamos la tecnología para viajar a otros planetas, pero no la tecnología para conquistar los espacios donde nacen la timidez, la ansiedad, el miedo y las frustraciones.

A. CURY, en *Seja líder de si mesmo* (Sé tu propio líder)

Salvo extremos fóbicos como estos, los miedos son, con frecuencia, sanos e imprescindibles. En este caso no se produce una reacción desproporcionada en cuanto al objeto de temor. Es un miedo que a menudo es fruto de la capacidad de pensar en las consecuencias de los comportamientos.

Si una persona teme conducir a altísima velocidad por el riesgo de sufrir un accidente, quedar parálitica o morir, su miedo es sano, no está sobredimensionado, a no ser que le impida conducir por completo. No tener este temor resulta autodestructivo. Miles de vidas se salvarían si el miedo instintivo no se hubiera destruido en la juventud, incluido el miedo a ser dependiente de alguna droga.

Si una persona sabe que el éxito económico o artístico puede llevarla a olvidarse de sus orígenes, y si un día alcanza ese éxito, y tiene miedo de endiosarse, de perder su sencillez, así como el valor de las cosas pequeñas, su miedo es sano. Si los políticos y los

artistas famosos tuvieran miedo de perder sus orígenes, tendríamos más seres humanos y menos dioses, más alegría y menos humor depresivo.

Por detrás de una persona que hiera hay una persona herida. Nadie nos lastima si antes no ha sido lastimado por la vida. La tolerancia nace de este pensamiento.

A. CURY, en *Superando o cárcere da emoção*
(Superar la cárcel de la emoción)

El miedo a perder el empleo, los amigos, la pareja, a no realizar los propios proyectos puede ser saludable, generar reflexiones, cambios en el estilo de vida, siempre que no sean intensos ni bloqueen la libertad de ser, pensar y actuar.

El instinto del miedo que promueve la prolongación y la calidad de la vida es fundamental para los mortales. Los jóvenes y los adultos crónicamente insatisfechos y ansiosos ponen con facilidad su vida en riesgo con tal de recoger unas migajas de placer. Sin este miedo, los actos terroristas se multiplican, las ideas se tornan más importantes que la vida, la religión y la ideología se vuelven más significativas que la existencia.

Pensar antes de reaccionar

Pensar antes de reaccionar es una de las herramientas más nobles de quien descifra los más altos niveles del Código de la Autocrítica. En los primeros treinta segundos de tensión cometemos los mayores errores de nuestra vida, decimos palabras y hacemos gestos, ante las personas a las que amamos, que jamás deberíamos expresar.

En ese rápido lapso, nos controlan las zonas de conflicto que bloquean miles de otras ventanas, impidiendo el acceso a la información que nos brindaría serenidad, coherencia intelectual y raciocinio crítico.

Un intelectual puede dar una conferencia brillante y responder todas las preguntas del público con maestría, pero cuando un compañero de trabajo formula una pregunta que lo contraría, puede perder la serenidad al responder y reaccionar sin elegancia.

Un médico puede ser muy paciente con las quejas de sus enfermos, pero impaciente con los reclamos de sus hijos. Piensa antes de reaccionar cuando se halla en presencia de extraños, pero no ante sus seres queridos. No sabe hacer la oración de los sabios en los focos de tensión: el silencio. Solo el silencio preserva la sabiduría cuando nos vemos amenazados, criticados o víctimas de una injusticia.

Todos tenemos un niño alegre, curioso y vivo en nuestro interior, pero pocos lo dejan respirar. Envejecemos con rapidez en el único lugar en que deberíamos ser siempre jóvenes.

A. CURY, en *Revolucione su calidad de vida*

Si vivimos bajo la dictadura de la respuesta, de la necesidad compulsiva de reaccionar cuando nos presionan, cometeremos errores, algunos muy graves. Vivimos en una sociedad turbulenta, que prácticamente detesta el silencio. Cada vez más, percibo que las personas van perdiendo el placer de callar, adentrarse en sí mismos, reflexionar y meditar.

El dicho popular de contar hasta diez antes de reaccionar es inmaduro, no funciona. Lo que yo propongo es el silencio filosófico. El silencio no significa aguantarse para no estallar; el silencio es el respeto por la propia inteligencia. Es el respeto por la propia libertad, la libertad de obligarse a reaccionar en situaciones estresantes. El que hace la oración de los sabios no es esclavo del binomio «pegué y vencí».

El que se golpea el pecho y proclama que no se queda con las cosas atragantadas no descifró el código de pensar en las consecuencias de sus actos. El que se enorgullece de vomitar todo lo que piensa lastima a quienes más debería cuidar. No descifró el lenguaje del autocontrol.

No existen relaciones perfectas. No existen almas gemelas, que tengan los mismos gustos, pensamientos y opiniones iguales todo el tiempo, salvo en el cine.

En este menú de la vida necesitamos el aderezo del silencio para preparar la salsa de la tolerancia.

Para convivir con máquinas no necesitamos del silencio ni de la tolerancia, pero con los seres humanos son fundamentales. Ambos son frutos nobles del Código de la Autocrítica, del código de la capacidad de pensar antes de reaccionar. Preservan la salud psíquica, la conciencia y la tranquilidad. El silencio y la tolerancia son el vino de los fuertes; la reacción impulsiva es la embriaguez de los débiles.

Debemos pensar como adultos y sentir como niños. El que invierte en estos valores nunca alcanza la vejez.

A. CURY, en *Treinando a emoção para ser feliz*

(Entrenar la emoción para ser feliz)

El silencio y la tolerancia son las armas del que piensa; la reacción instintiva es el arma del que no piensa. Es mucho mejor ser lento para pensar que rápido para lastimar.

Es preferible convivir con una persona sencilla, sin cultura académica, que con un ser humano de elevada cultura saturada de radicalismo, egocentrismo y ansias de figuración.

La sabiduría y la autocrítica no se aprenden en los pupitres de la escuela, sino en el trayecto de la existencia.

Posibles consecuencias para el que descifra el Código de la Autocrítica o piensa en las consecuencias de sus comportamientos:

1. Se vuelve una persona admirable, agradable, serena y sensata.
2. Expande los niveles de paciencia y tranquilidad.
3. Contribuye a formar personas con personalidad sana y conocedoras del arte de pensar.
4. Crea una red de relaciones con las personas cercanas.
5. Se maneja con delicadeza en las relaciones sociales turbulentas.

Posibles consecuencias para el que no lo descifra:

1. Desarrolla irritabilidad, desasosiego y bajo umbral de resistencia a las situaciones de estrés.
2. Disminuye los niveles de solidaridad, compasión y generosidad.
3. Desarrolla impulsividad, reactividad exacerbada y descontrol ante pequeños estímulos.
4. Con frecuencia hiere a quienes más ama e influye de forma negativa en el proceso de formación de la personalidad.
5. Acepta comportamientos estúpidos de los demás y paga caro por ello. Tiene una actitud ingenua ante la vida.

Descifrar el Código de la Autocrítica: ejercicios

1. Practicar el Stop Introspectivo: detenerse y pensar antes de reaccionar. Ser siempre fiel a la propia conciencia.
2. Practicar la oración de los sabios: el silencio. No someterse a la dictadura de la respuesta ni tener la necesidad neurótica de reaccionar.
3. No vivir en función del binomio estímulo-respuesta o de la actitud «pegué y vencí». Tener en cuenta que ese instinto es bestial y destructivo.
4. No ser esclavo de lo que los demás piensan y hablan de uno.
5. Humanizarse en las relaciones sociales. No conquistar el temor, sino el amor y la

admiración de las personas cercanas. Provocar estratégicamente el fenómeno RAM con imágenes sorprendentes.

**TERCER CÓDIGO DE LA INTELIGENCIA: *CÓDIGO DE LA
PSICOADAPTACIÓN O DE LA RESILIENCIA: LA CAPACIDAD DE
SOBREVIVIR A LAS VICISITUDES DE LA EXISTENCIA***

La resiliencia es la capacidad de un material de soportar tensiones, presiones, intemperies y adversidades. Es la capacidad de estirarse, asumir formas y contornos para mantener su integridad, preservar su autonomía y mantener su esencia.

Transportado a la psicología, el término suele aplicarse a procesos que explican la «superación» de crisis y adversidades en individuos, grupos y organizaciones (Yunes y Szymanski, 2001; Tavares, 2001). Es un concepto relativamente nuevo en el campo de la psicología y que ha sido debatido con vigor y frecuencia por la comunidad científica.

En la psicología multifocal, que tiene base analítica y cognitiva, por lo cual va más allá de la psicología positiva, he adoptado el término debido a su magnitud. Entre los códigos más notables de la inteligencia está el de la psicoadaptación, que refleja la capacidad de soportar dolor, vencer obstáculos, administrar conflictos, sortear impedimentos y adaptarse a los cambios psicosociales.

El fenómeno de la psicoadaptación genera el Código de la Resiliencia. He estudiado y escrito sobre el fenómeno de la psicoadaptación desde hace más de veinte años, mientras que el término «resiliencia» comenzó a adoptarse de manera sistemática diez años después, a partir de 1998. El grado de resiliencia depende, por ende, del grado de adaptabilidad y capacidad de superación de un ser humano ante los sucesos adversos que encuentra en su trayecto existencial, en su jornada de vida.

Una persona que tiene bajo grado de resiliencia soporta de manera inadecuada sus adversidades y crisis, lo cual puede desencadenar en depresión, pánico, ansiedad o síntomas psicosomáticos. Cuando el Código de la Resiliencia se descifra y desarrolla de forma inapropiada, los dolores y las pérdidas pueden llevar al suicidio. Existe el suicidio imaginario (deseo de desaparecer, deseo de dormir y no despertarse más), el suicidio físico y el suicidio psíquico, reflejado en el alcoholismo, la dependencia de otras drogas, el comportamientos autodestructivos o el autoabandono.

Sin la menor duda, hay «crisis» y «crisis». Algunas son dramáticas e imprimen un dolor inexpresable. Pero en todas se puede aplicar el Código de la Resiliencia, que, a su vez, guarda estrecha relación con el código de la gestión del intelecto, en especial con la gestión de pensamientos negativos, la construcción de ventanas paralelas y la reedición del inconsciente.

Un choque de gestión del intelecto capaz de acabar con el pesimismo y regar de esperanza los horizontes de la vida es fundamental para cimentar habilidades psíquicas que nos permitan soportar tensiones emocionales, presiones sociales o adversidades profesionales.

Hiperactividad, ansiedad y SPA

La capacidad de adaptarse y superar los sucesos de la vida depende, fundamentalmente, más del aprendizaje que de la carga genética. El acto de aprender puede ser espontáneo o promovido por la educación, algo muy difícil en esta sociedad superficial que solo nos prepara para el éxito.

A pesar de que este código se descifra mediante el aprendizaje, a una persona genéticamente hiperactiva, ansiosa e irritable puede resultarle más difícil que a otras psicoadaptarse a las adversidades.

Del mismo modo, a una persona con SPA, Síndrome del Pensamiento Acelerado, le cuesta más elaborar sus pérdidas, administrar sus decepciones y reflexionar sobre sus fallos. Observemos que los niños inquietos repiten los mismos errores con frecuencia. Pero nunca podemos olvidar que los hiperactivos, los ansiosos, los afectados del SPA, si desarrollaran los códigos de la inteligencia, podrían lograr amplias habilidades de resiliencia.

El gran problema es que el sistema educativo es incompleto y superficial. Las escuelas del mundo entero enseñan a niños y jóvenes a estudiar el inmenso espacio que nunca pisarán, pero no los terrenos de las pérdidas, las crisis, los desafíos o las contrariedades existenciales. Incluso las personas que más nos aman pueden contraer, en lugar de expandir, nuestras habilidades de resiliencia.

Cuando era un niño de cinco años, yo tenía un pájaro exótico. Por desgracia, murió. Mi madre, con la intención de enseñarme a ser responsable, me dijo que el pájaro murió de hambre por culpa mía. Su reacción me hizo desarrollar una ventana *killer*. Leía y releía continuamente esa ventana. Lloré muchas veces, cuando nadie me veía. Sufría como si sintiera el hambre del pájaro. Pequeños hechos de nuestra historia pueden tener grandes consecuencias, generar en la memoria un cuerpo de ventanas por las cuales vemos la vida y reaccionamos a los estímulos; en suma, delinear características de la personalidad.

La falta de sentimientos de culpa genera psicópatas, mientras que la culpa excesiva genera hipersensibilidad. Como veremos en otro código, la hipersensibilidad causa numerosos trastornos, entre ellos la escasez de protección emocional. Las pérdidas pueden causar grandes impactos. Tuve que descifrar el Código del yo como gestor de la

emoción y trabajar en mi hipersensibilidad para lograr la resiliencia, para poder sobrevivir en una existencia bellísima y turbulenta.

Es preciso perfeccionar el fenómeno de la psicoadaptación

Algunos estudiosos reconocen la resiliencia como un fenómeno común y presente en el desarrollo de cualquier ser humano (Masten, 2001). De hecho, todos llevan en su psiquismo el fenómeno de la psicoadaptación.

Sin este fenómeno una madre jamás soportaría la pérdida de un hijo, un niño no sobreviviría a las violencias sufridas en su infancia y un adulto no superaría los ultrajes, las humillaciones sociales, la pérdida del empleo o las crisis financieras.

Sin embargo, esta es apenas una parte de la historia. No basta con poseer la capacidad de psicoadaptación. Si queremos lograr la resiliencia, ser «elásticos», «flexibles» y «resistentes» ante los estímulos estresantes, necesitamos descifrar, educar y enriquecer esta cualidad.

El dolor, las derrotas y las lágrimas deben evitarse siempre, pero nadie vive continuamente en un lecho de rosas. Como las turbulencias son inevitables incluso en días de cielo despejado, deberíamos usarlas para expandir la madurez de nuestra resiliencia. ¿Cómo?

Un día, cuando concluya la obra de la existencia en el pequeño escenario de una tumba ante un público lloroso, no quiero que digan que allí yace un hombre famoso o inteligente, sino un ser humano que aprendió un poco a vender sueños a una sociedad que dejó de soñar.

A. CURY, en *El vendedor de sueños*

Para descifrar y vivenciar el Código de la Resiliencia necesitamos aprender que:

1. Nadie es digno del podio si no usa los fracasos para alcanzarlo.
2. Nadie es digno de la madurez si no usa sus incoherencias para producirla.
3. Nadie es digno de la salud psíquica si no usa sus crisis, angustias, fobias y humor depresivo para destilarla.
4. Ningún ser humano ni ninguna empresa o institución será digno del éxito si desprecia sus derrotas, ultrajes, percances y accidentes del camino.
5. Dar la espalda a las adversidades es la peor manera de superarlas.
6. Hacer la mesa redonda del yo para reunir nuevos pedazos, mantener nuestra integridad, debatir con nuestra desesperación, cuestionar nuestro pesimismo y

establecer estrategias de superación.

7. Una persona decidida, que no abandona sus sueños, que no renuncia a ser feliz, a pesar del caos, cuenta con muchas más probabilidades de utilizar este caos como oportunidad creativa. Algunos aspectos de la obstinación no son saludables, pero no hay duda de que alguien que ha logrado la resiliencia tiene buenas dosis de obstinación.

Antes de que publicaran mis obras en decenas de países, de ser miembro de honor de una academia de genios, de llegar a ser doctor *honoris causa* universitario, de que mis textos se usaran como referencia en tesis de posgrado, tuve que encarar mi estupidez, reconocer mi ignorancia, lidiar con rechazos y descréditos, así como enfrentar mis derrotas.

Recuerdo que en cierta ocasión golpeé las puertas de una de las mayores editoriales de Europa. No había pedido cita, pero traté de ser perseverante. Con un libro bajo el brazo intenté subir en el enorme edificio que era la sede de la empresa. No me recibió ni siquiera el «sub-sub-sub editor». Yo era un simple anónimo enamorado del mundo de las ideas, frente a un gran imperio. No me dejaron pasar. Me sentí humillado y descubrí que publicar internacionalmente es una tarea dantesca.

La vida es tan breve como las gotas de rocío que resplandecen en la más hermosa mañana y se disipan con los primeros rayos del tiempo.

A. CURY, en *Revolucione su calidad de vida*

Seis años después recibí una llamada del presidente de esa misma editorial. Dijo que quería verme con urgencia. Determinado, agregó que, si yo no podía ir a verlo a su país, él viajaría al mío con todo su equipo. Como no pude ir, porque estaba negociando los derechos de autor de mis libros con una editorial estadounidense, vino él. Durante el almuerzo, el presidente me dijo que quería tenerme a toda costa en su lista de autores. Y me ofreció condiciones que yo jamás habría pensado posibles.

Me acordé del pasado y una vez más confirmé con humildad que la vida es cíclica. Valles y montañas se suceden. La humillación de hoy puede convertirse en gloria mañana, y la gloria de hoy puede convertirse mañana en degradación o conducir a las regiones imperceptibles del anonimato. Nada es totalmente seguro en la existencia humana. Debemos valorar la vida mucho más que el éxito, los aplausos o el reconocimiento social.

Muchos científicos, antes de descubrir sus grandes ideas, produjeron ideas mediocres, fueron criticados y excluidos. Algunos grandes políticos, como Abraham

Lincoln, solo logran el éxito después de sufrir amargos fracasos. Algunos grandes empresarios solo alcanzaron la cima después de visitar los valles de la insolvencia, la quiebra y la humillación pública.

El que quiere el brillo del sol tiene que adquirir habilidad para superar las tempestades, tiene que desarrollar resiliencia para atravesar las tinieblas de la lúgubre noche. No hay milagros. La vida es una gran aventura en la que noches y días se alternan.

El drama y lo lírico

De todos los materiales, el agua es el que más resiliencia tiene. Sube hasta los cielos, baja como gotas de lágrimas, recorre rápidas corrientes, se precipita en cascadas y cabe en un océano o en el menor de todos los intersticios. Nunca pide disculpas por sortear sus obstáculos.

Por no descifrar el Código de la Resiliencia, no adoptamos formas y contornos para preservar lo que amamos. Los mejores amigos un día se alejan. No siempre se alejan psíquicamente, sino físicamente. Algunos se mudan a otra ciudad, otros cambian su estilo de vida, se recluyen en el desierto de sus actividades. Permítaseme parafrasear las palabras del Maestro de maestros: bienaventurados los que conservan a sus amigos a lo largo del trayecto de su historia, porque de ellos no será el reino de la soledad.

Muchos compran la entrada para la fiesta, pero no la alegría; compran ropa de marca, pero no la comodidad; compran el seguro de vida, pero no la tranquilidad.

A. CURY, en *Diez leyes para ser feliz*

Vivir es conquistar, tener experiencias, cultura, amigos, un gran amor; vivir es también perder, disminuir la destreza muscular, el reconocimiento social, la vitalidad social. Vivir es dejarse cautivar por otras personas y ver que nuestras expectativas son correspondidas; vivir es también sufrir el desencanto de que esas expectativas se hagan pedazos. El drama y el lirismo nos acompañan siempre.

El que descifra el Código de la Resiliencia va, aunque no tenga conciencia de ello, construyendo a lo largo de la vida centenares de ventanas *light* en su inconsciente, que darán sustento a su lucidez, ánimo, sensibilidad, sabiduría y tranquilidad. Aunque pierda la vitalidad física, conservará la psíquica; aunque cesen los aplausos, la vida continuará siendo un espectáculo en el anonimato.

Unos trabajan la arcilla; otros, el mármol, y otros, piezas para construir aparatos,

pero pocos aprenden a trabajar el material de las decepciones. Nos han entrenado para ganar, pero no para frustrarnos. Nos han entrenado para vivir las primaveras.

Todo lo que tiene un precio es barato. Solo aquello que el dinero no puede comprar es realmente caro, y el que no lo adquiere será siempre un miserable, aunque sea millonario.

A. CURY, en *El vendedor de sueños*

Nada es más hermoso que tener hijos. Nada es más placentero que un abrazo, un beso o una simple frase que diga «te quiero». Pero el tiempo pasa, pasa la vida y ellos desarrollan alas y recorren otros aires. Aburridos, los padres experimentan el síndrome del nido vacío.

Se entregaron, amaron y se preocuparon mucho por los hijos; pero ellos no siempre salen como soñaron. Algunos se drogan o adquieren otros trastornos, o se volvieron indiferentes, y otros no aprendieron a pensar en el mañana y gastan de manera compulsiva.

No obstante, es necesario dejar que los hijos caminen con sus propias penas. Los dejamos partir para que se encuentren. Tomamos lápiz y papel para que ellos escriban su historia. Dejamos de sobreprotegerlos para que salgan de nuestra sombra y construyan su seguridad.

Muchos hijos solo reconocerán la grandeza de sus padres cuando los sufrimientos disminuyan su heroísmo, cuando sacudan las alas ante las adversidades. Es necesario dejarlos volar para que descifren el Código de la Resiliencia.

Un hombre que hizo de la vida un espectáculo irremplazable

No es la cantidad de tiempo lo que determina la profundidad de una relación. Podemos hacer de cada fracción de tiempo un momento único. Hay pacientes que están físicamente enfermos, tienen unos meses de vida, pero hacen de cada instante una experiencia solemne. Son más dignos y más felices que aquellos que viven décadas con una existencia vacía.

En cierta ocasión, al dar una conferencia en una ciudad en la que nunca había estado, un padre en fase terminal me pidió que lo visitara. Era de origen italiano, inteligente, lúcido y muy afectuoso. Padecía cáncer de hígado en un estado avanzado. Cuando fui a verlo me dijo que desde hacía años leía mis libros y los recomendaba a sus amigos para que abrieran el abanico de la inteligencia.

Me sentí feliz con sus palabras. A medida que conversaba con él, se me

humedecieron los ojos al ver a ese hombre tan flaco, jadeante, que a duras penas lograba caminar y respirar, pero que revelaba una ternura indescifrable, una fe inquebrantable.

No se quejaba, no condenaba, no se sentía el más miserable de los seres. Se psicoadaptó a sus indescifrables limitaciones. Era un poeta del Autor de la vida en la forma de un ser humano.

Tenía sus temores, pero aprendió a descifrar en su caos el Código de la Resiliencia. Aprendió a vivir cada minuto como si fuera eterno. Se volvió un hombre profundo, sereno. Un ser humano mucho mejor que yo, del cual debería aprender grandes lecciones.

Al fin, cuando me despedí de él, me dio las gracias por todo lo que había escrito. Pero fui yo el que le di las gracias por existir y por conocerlo. Me sentía honrado ante alguien que supo hacer de su vida un espectáculo irremplazable.

El mayor fenómeno de las olimpiadas

Mike Phelps padecía de hiperactividad y trastorno de déficit de atención. Era inquieto, acelerado, no se adaptaba al sistema escolar, no lograba quedarse inmóvil y no se concentraba en el aula. Necesitaba moverse, hablar, actuar y reaccionar. Una profesora, al observar su comportamiento, declaró que era candidato a no lograr nada en la vida. Lo despreciaron, lo desacreditaron.

Pero descubrió un secreto para descifrar el Código de la Resiliencia, para superar las adversidades y enfrentarse a las crisis. Unió dos ingredientes indispensables en su psiquismo: entrenamiento (disciplina) y sueños. Entendió que los sueños sin entrenamiento producen personas frustradas y conformistas, y, a su vez, el entrenamiento sin sueños produce siervos del sistema social, personas que se limitan a obedecer órdenes, que no tienen objetivos ni metas.

He tratado a algunas personas riquísimas. Ví a muchos miserables que vivían en palacios. Eran personas éticas e inteligentes, tuvieron éxito social y económico, pero no emocional. No aprendieron a hacer un espectáculo existencial de aquello que el dinero no compra.

A. CURY, en *Os segredos do Pai nosso*

(Los secretos del padrenuestro)

El joven hiperactivo soñó con ser un gran deportista. Superó las trampas de su mente y se ejercitó mucho. Al entrenarse, enfocarse en sus objetivos, soñar y enfrentar su ansiedad aprendió a concentrarse en sus metas. ¿El resultado? Sin tener conocimientos

de psicología, reeditó la película del inconsciente, las zonas de conflicto, y produjo de manera intuitiva una plataforma de ventanas *light* paralelas a las ventanas *killer* no reeditadas, donde se hallaban archivadas las experiencias de desprecio y desvalorización construidas en su infancia.

De ese modo entendió que todas las elecciones implican pérdidas. El que quiere ganar nunca está bien preparado para vivir; no sabe que los aplausos de hoy serán los abucheos de mañana. Es necesario perder cosas importantes para conquistar las más relevantes. El joven Mike Phelps sabía adónde quería llegar.

Su «yo» aprendió a dominar la resiliencia, a superar el drama para sonreír en el escenario, a superar las crisis para crecer. Su «yo» aprendió a ser autor de su historia, y así vivió la lección más fundamental del juego de la vida: *nadie es digno del podio si no usa sus fracasos para conquistarlo* (Cury, 2004). Se convirtió en la mayor estrella de las olimpiadas de todos los tiempos. Ganó ocho medallas de oro en un mismo certamen. Algo que nunca había sucedido hasta entonces.

Ser actor o actriz principal en el escenario de la vida no significa no fallar o no llorar, sino tener habilidad para rehacer caminos, coraje para reconocer errores, humildad para ver nuestras limitaciones y fuerza para dejar de ser prisionero de los pensamientos pesimistas y las emociones enfermizas.

A. CURY, en *Seja líder de si mesmo*

(Sé tu propio líder)

Mike Phelps no es un superhéroe ni un superdotado; es solo un ser humano que descifró con maestría el Código de la Resiliencia. No obstante, el joven Phelps, el fenómeno de las olimpiadas, podrá ser un fracaso en otras áreas de la existencia si no aprende a descifrar los demás códigos de la inteligencia: la mesa redonda del yo, el filtro psíquico, la protección de la emoción, el debate de ideas, el altruismo y el carisma. Estos son desafíos gigantescos que deben enfrentarse no en la piscina, sino en el transcurso del tiempo. Desafíos cuyas conquistas no son reconocidas mediante medallas ni por los reflectores de los medios. Son anónimas e insustituibles.

La cultura de la competencia en las olimpiadas es brillante. Personas de todas las razas, religiones, regiones y nacionalidades se unen como una familia, la familia humana, en el escenario del deporte. Competir, participar, dar lo mejor de sí es noble. Pero la cultura del premio, que exalta exageradamente solo a la minoría que llega al podio, es paranoica, solapada, carece de humanismo y se encuentra mal preparada para promover el Código de la Resiliencia.

Por ser la vida brevísima y bellísima, deberíamos vivir cada suspiro existencial como un momento eterno. Para ello deberíamos ser ágiles para cambiar nuestro paranoico estilo de vida.

A. CURY, en *Revolucione su calidad de vida*

El exceso de nacionalismo en el *ranking* de las naciones que más medallas ganan es un síntoma que emana del inconsciente de una especie enferma, que descifra poco los códigos de la inteligencia. Las olimpiadas pierden la oportunidad de oro de dar un golpe de lucidez a la familia humana. Las medallas deberían ser un importante complemento y nada más, no el centro de las atenciones. La fiesta debería ser otra.

Tener capacidad de resiliencia es fundamental

El que no descifra el Código de la Resiliencia se cubre con un manto de pesimismo, sufre de insomnio en el mejor de los lechos. El que elabora sus crisis endulza la vida, se vuelve generoso con la propia existencia, se capacita para comprender la esencia del otro. Juzga menos y se entrega más.

A lo largo de la historia, muchos pensadores fueron discriminados, considerados locos, trastornados, rebeldes y perturbadores del orden social. Algunos lograron encontrar fuerza en la debilidad, consuelo en el aislamiento y ánimo en el terror de las incomprensiones.

Sócrates fue condenado a beber cicuta, a morir envenenado, por la inquietud que causaron sus pensamientos en la elite gobernante. Sus jóvenes discípulos, en medio de las lágrimas y el dolor, le suplicaban que reconsiderara su postura y sus ideas, pero —dándoles un choque de resiliencia— él dijo en otras palabras que prefería ser fiel a sus ideas a tener una deuda impagable con su propia conciencia (Cury, 2000).

Giordano Bruno, filósofo italiano, recorrió errante muchos países en busca de una universidad donde exponer sus ideas. Fue desterrado, expulsado y tachado de loco. Sin nadie que lo escuchara, buscaba en su propio mundo un amparo para superar su soledad. Experimentó diversos tipos de persecución y sufrimiento, que culminaron en su muerte.

Baruch Spinoza, uno de los padres de la filosofía moderna, de origen judío, fue expulsado sin piedad por los miembros de su sinagoga, a causa de la convulsión que provocaron sus ideas. Llegaron a maldecirlo con palabras insoportables de oír: «Maldito sea de día y maldito sea de noche, maldito al acostarse y maldito al levantarse, maldito sea al entrar y al salir». El dócil pensador tuvo que aprender a encontrar calor en el más cáustico invierno de la discriminación.

Immanuel Kant fue ignorado y censurado por la incomodidad que causaban sus ideas en el clero de su tiempo. Voltaire también experimentó rechazos y numerosos riesgos.

Producir ideas tiene un precio, ser diferente tiene un precio, que no siempre resulta fácil de pagar, pero es necesario para saldar la deuda con nuestro propio yo.

En cualquier campo de la actividad humana, rara vez las grandes conquistas se alcanzan sin antes concebir ideas que, por momentos, nos hacen pensar: «¡Esto no da para más!», «¡No tengo fuerzas!», «¡Ya no aguanto más!».

El que vence sin lágrimas ni dificultades triunfa sin humildad. El que triunfa sin humildad nunca valorará a los demás competidores. Por más que seamos vencedores en el juego de la vida, la muerte siempre vencerá.

A. CURY, en *Nunca renuncies a tus sueños*

Tiempos difíciles

Vivimos en tiempos complicados en esta sociedad ansiosa. Si no nos decepcionamos con los demás, difícilmente no nos decepcionaremos con nosotros mismos. El protagonista de la novela *El vendedor de sueños* pregunta: «¿Quién no traiciona el tiempo que debería pasar con sus hijos, a cambio de unas horas más de trabajo? ¿Quién no traiciona sus sueños por el exceso de trabajo?».

Unos traicionan al Dios en que creen con una religiosidad exclusivista, otros traicionan la ciencia al controlar a sus pares, y otros traicionan su creatividad por el miedo a abrirse a nuevas ideas.

Los tiempos han cambiado. A medida que los niños sufren menos traumas en su infancia debido a la difusión de los derechos humanos, los traumas del presente cobran mayor relevancia para promover la enfermedad psíquica. Al haber estudiado la teoría de las ventanas de la memoria, puedo afirmar con seguridad que no necesitamos un pasado enfermo para ser enfermos. Para enfermarnos basta con vivir en esta sociedad estresante y por demás competitiva sin aprender a ser un gestor del intelecto y sin descifrar el Código de la Resiliencia.

Las crisis económicas pueden ser tan dramáticas como los traumas de la infancia. Algunos sufrieron la ruina alguna vez, perdieron su autoestima, sintieron una profunda vergüenza, y fueron desanimados y desacreditados por ellos mismos. Su «yo» se trasladó a la platea, se convirtieron en espectadores de la vida, nunca más asumieron su papel en el escenario psíquico.

Otros se quebraron una, dos, tres o más veces. Fueron marcados, excluidos, escarnecidos, socialmente mutilados y tachados de irresponsables, pero no se doblegaron. Dieron un choque de gestión a sus males.

Entendieron que ninguna empresa ni ningún ser humano es digno del éxito si no

utiliza sus fracasos y humillaciones para conquistarlo. Cuanto mayor fue la caída que sufrieron, más fuerza tuvieron para superarse. Aprendieron a no destruir ni autodestruirse cuando los herían. Aplicaron en forma intuitiva la técnica del «Stop Introspectivo», aprendieron a pensar antes de reaccionar.

En el calor de la pasión, algunos exclamaron: «¡Encontré a mi alma gemela!», pero tiempo después fueron abandonados, golpeados o traicionados. Los decepcionaron, destruyeron sus expectativas, hicieron añicos sus sueños afectivos. ¿Qué hacer? Desesperarse. ¡No! ¿Herir al que nos hirió? ¡Jamás! ¿Castigarse? ¡No! Recurrir a la resiliencia y al desprendimiento, dar libertad a las personas que nos hirieron para que se marchen. Decir con elegancia algo así: «Si tú no me quieres, yo sí me quiero. Si no me amas, yo sí me amo. Que seas feliz, porque yo lucharé por mí y trataré de ser más feliz de lo que era».

Solo una persona de alto nivel de resiliencia da plena libertad a quienes lo abandonan. El que no da libertad a los demás jamás encontrará la suya. El que controla a los que lo rodean será siempre esclavo de su propia inseguridad. El que siente celos excesivos y miedo de perder algo o a alguien ya perdió. Perdió la dimensión de su propio valor.

Los que descifran el Código de la Resiliencia se conocen a sí mismos. Hacen de su existencia un espectáculo inigualable.

Posibles consecuencias para el que descifra el Código de la Resiliencia:

1. Se convierte en una persona segura, estructurada y que no se somete a las derrotas.
2. Usa las dificultades, las crisis, las pérdidas y las adversidades como oportunidades.
3. Expande los niveles de tranquilidad, placer de vivir, compasión y tolerancia.
4. Contribuye a educar pensadores con una visión humanista y realista de la vida.
5. Desarrolla salud psíquica en las intemperies existenciales.

Posibles consecuencias para el que no lo descifra:

1. Desarrolla humor depresivo e irritabilidad.
2. Desarrolla un bajo umbral de resistencia al estrés.
3. Disminuye los niveles de tranquilidad, tolerancia, compasión y generosidad.
4. Se vuelve irreflexivo, impulsivo e impaciente.
5. Los sufrimientos no lo hacen madurar, no lo hacen crecer.

Descifrar el Código de la Resiliencia: ejercicios

1. Tener conciencia de que la vida es cíclica. No hay suceso que dure para siempre ni fracaso que sea eterno. Aplausos y anonimato se alternan de múltiples formas.
2. Entrenarse a diario para enfrentar obstáculos, barreras, dificultades, crisis, con flexibilidad, maleabilidad y reflexión.
3. Saber que las decepciones y las adversidades nos construyen o nos destruyen. Usarlas para reconstruirse.
4. Tener plena conciencia de que nadie es digno de la salud psíquica si no utiliza sus crisis, angustias, fobias y humor depresivo para destilarla.
5. Tener siempre presente que ninguna empresa ni ningún ser humano o institución serán dignos del éxito si desprecian las derrotas, las humillaciones, los percances y los accidentes de su trayecto. Aprender a escribir, en los días más dramáticos de nuestra existencia, los capítulos más importantes de nuestra historia.

CUARTO CÓDIGO DE LA INTELIGENCIA: *CÓDIGO DEL ALTRUISMO: LA CAPACIDAD DE PONERSE EN EL LUGAR DE LOS OTROS*

El Código del Altruismo es el secreto de la afectividad social, de la capacidad de entregarse, de cuidar y proteger a quienes nos rodean. Es el código que expresa la grandeza del alma, la generosidad, la bondad, la compasión, la indulgencia y el desprendimiento. Es el código que nos vacuna contra toda forma de discriminación y contra el ansia de figuración, el individualismo y el egocentrismo.

El altruismo es el reflejo de nuestra humanidad; cuanto más altruistas, más humanos seremos. Cuanto más ególatras e individualistas somos, más expresamos nuestra naturaleza primitiva o instintiva, más nos volvemos agentes de la exclusión y de la agresividad. El Código del Altruismo nos permite solidarizarnos con los que se equivocan, compadecemos del sufrimiento de los demás, rescatarlos del aislamiento, incluirlos, alentarlos y estimularlos.

El que desarrolla este código se convierte en un ser humano sin fronteras. Tiene plena conciencia de que somos personas, más allá de que nos definamos como estadounidenses, chinos, árabes, judíos, intelectuales o analfabetos. Por eso, el ejercicio pleno del Código del Altruismo es desarrollar la pasión por la humanidad y la capacidad de ponerse en el lugar del otro para percibir sus sentimientos y develar sus necesidades.

El que desea descifrar a lo largo de su vida el Código del Altruismo debe entender y aplicar estos fenómenos:

1. El que ama el poder no es digno de él.
2. El que controla a las personas a las que lidera no es digno de ser un líder.
3. El poder político, científico o social debe usarse para promover a los demás, y no para subyugarlos ni silenciarlos.
4. Los ojos del rostro ven comportamientos visibles; los ojos altruistas ven lo que hay detrás.
5. Ser un enamorado de la humanidad: entregarse y contribuir a la sociedad no debe ser un sacrificio ni propaganda política, sino un placer insondable que debe hacerse sin propagandismo.
6. Apostar por el ser humano y creer en la vida, aun cuando las personas y las circunstancias que nos rodean nos estimulen a ser pesimistas.
7. Ser una persona rebosante de gratitud. Ser rápido para agradecer y lento para

protestar.

Lágrimas que nunca se mostraron en el escenario del rostro

El que descifra el Código del Altruismo logra ver las lágrimas que nunca recorrieron los surcos del rostro, los dolores que nunca se verbalizaron y los temores vestidos con disfraces. Los altruistas captan los conflictos de sus hijos, las preocupaciones de sus padres, las angustias de su ser amado y los conflictos de sus alumnos. Los altruistas no despojan a sus amigos, no absorben ni explotan a los que aman; por el contrario, ansían ayudarlos. Muestran un profundo agradecimiento a sus empleados, a los compañeros de trabajo que colaboran con ellos, a los profesores que les enseñaron y a los padres que los apoyaron.

No son tontos ni ingenuos. Son realistas, pero tienen una visión romántica de la vida. Los altruistas se entregan a los demás porque aprendieron el don de reconocer a los que se entregaron por ellos.

Solo el que aprende el arte de agradecer aprende el arte de entregarse y descifra el Código del Altruismo. El altruista no vive aislado, ensimismado o gravitando apenas en la órbita de sus necesidades. Siente el placer de hacer felices a otros, de provocar una sonrisa y cultivar el bienestar.

El que no es fiel a su conciencia tiene una deuda impagable consigo mismo.

A. CURY, en *Inteligência multifocal*
(Inteligencia multifocal)

Los que no son altruistas son «tractores sociales», pasan por encima de los sentimientos ajenos y no respetan sus crisis. No ofrecen el hombro a sus padres, amigos, compañeros o hermanos cuando necesitan llorar. Son los primeros en acusar, juzgar, reprochar errores, arrojar piedras, y los últimos en abrir los brazos para guarecer.

El semillero de violencia en que se convirtió la humanidad es reflejo de que apenas un número excepcional de personas desarrolló el Código del Altruismo. Sin este código es imposible establecer relaciones sociales saludables.

Debemos aprender a valorar mucho el ser, pero sin despreciar el tener.

A. CURY, en *Superando o cárcere da emoção*
(Superar la cárcel de la emoción)

Los límites de la interpretación exigen el Código del Altruismo

Cuando vemos a un joven disparando con un arma de fuego a sus compañeros en una escuela, nos quedamos pasmados, impresionados y nos preguntamos cómo es posible semejante cosa. No percibimos que esa agresividad representa apenas la punta del iceberg de una gran cantidad de alumnos que no desarrollaron la capacidad de ser generosos consigo mismos ni con los demás.

No aprendieron a examinar sus propios sentimientos ni a ponerse en el lugar de los otros. ¿El resultado?

Proyectan su autoagresividad en quienes los rodean. Algunos jóvenes, antes de ponerse a disparar contra sus compañeros e intentar el suicidio, pidieron a gritos que los escucharan. Pidieron ayuda mediante sus comportamientos agresivos o retraídos, su silencio o su agitación, pero ¿quién oye los gritos que no traduce la voz? ¿Quién oye el clamor reprimido en el territorio psíquico? Si traducimos mal las palabras, ¿cómo traduciremos lo inaudible?

La mayoría de los padres y profesores no aprendió a oír lo inaudible. Somos muy buenos para juzgar y criticar, pero no para preguntar: «¿Qué es lo que sientes y nunca tuviste el coraje de decir?». No desarrollaron el Código del Altruismo.

No es simple interpretar comportamientos. La imagen y los sonidos de los comportamientos que observamos inciden en nuestro sistema sensorial, van hasta la corteza cerebral, accionan el Gatillo de la Memoria (fenómeno del autochequeo), conduciendo así a la apertura de diversas ventanas, y solo a partir de allí se verifican o asimilan los comportamientos que observamos. Por lo tanto, son las experiencias archivadas que tenemos las que dan significado al objeto exterior, en este caso los comportamientos. Ese proceso dura fracciones de segundo y está asociado a muchos errores.

El que es exigente con la calidad de los productos que consume, pero no con la calidad de los pensamientos que produce, traiciona su salud psíquica.

A. CURY, en *Cambia tu vida*

Primero, porque interpretamos a los demás a partir de nosotros mismos; es decir, de acuerdo con las ventanas que abrimos en nuestro inconsciente. Segundo, porque nuestro estado emocional (cómo estoy), el ambiente social (dónde estoy) y nuestro grado de

motivación influyen tanto en la cantidad de ventanas abiertas como en el grado de apertura de cada una de ellas. Tercero, porque el cuerpo de pensamientos derivados de ese proceso de significación es virtual, apenas intenta definir, analizar, conceptualizar interpretativamente al otro, pero nunca alcanza su realidad.

Por eso, todo lo que pensamos sobre el otro no es el otro en sí, sino un sistema de interpretación que puede disminuirlo (deshumanizarlo) o aumentarlo (divinizarlo). Si un ser humano desprecia o rechaza a alguien y cuando lo ve siente asco, por cierto cuando lo oiga disminuirá sus ideas, lo deshumanizará. Por otro lado, si lo idolatra, lo sobrevalora y es incapaz de aplicar la autocrítica en relación con lo que oye, sin duda lo divinizará. Hasta un estornudo de esa persona le resultará de gran significado.

Durante veinte años estudié el proceso y los límites de la interpretación, y tengo claro que interpretar genera con frecuencia grandes distorsiones. Para que tales distorsiones sean minimizadas es fundamental que nos entrenemos para descifrar el Código del Altruismo asociado al Código de la Autocrítica y al de la gestión psíquica del yo. Pero, como no nos entrenan para descifrarlos, creamos con increíble facilidad dioses y demonios en la ciencia, la política y la religión.

Tenemos un Judas Iscariote escondido en lo más recóndito de nuestro ser. Unos traicionan el tiempo que deben pasar con sus hijos a cambio de algunas horas más de trabajo. Otros traicionan su salud chapoteando en el barro de sus preocupaciones. Otros incluso traicionan su sueño entrando en internet avanzada la madrugada.

A. CURY, en *El vendedor de sueños*

La historia puede repetirse

Hitler se convirtió en líder de la sociedad que más premios Nobel había ganado hasta la década de 1930. Una sociedad que había producido a Kant, Hegel, Schopenhauer y tantos otros brillantes pensadores.

¿Aparecerán otros Hitlers? Lamentablemente, sí.

Si surgió un tirano que supo seducir a una sociedad inteligentísima, no hay ningún impedimento para seducir a otras sociedades menos aptas en el plano intelectual. Si no preparamos a la próxima generación para descifrar los códigos de la inteligencia, permitiremos que otros psicópatas propongan ideas inhumanas para resolver conflictos humanos.

Los gemidos de cientos de miles de niños judíos y de otras minorías muertos en los campos de concentración todavía resuenan en nuestra historia, acusando nuestra locura. No basta con leer historia y sorprenderse por las atrocidades cometidas; es preciso tener

la pedagogía de la indignación, tener oídos altruistas para oír clamores inaudibles.

Los adolescentes de todo el mundo saben de algunos hechos que ocurrieron en la Segunda Guerra Mundial, pero como no teatralizan la historia, como no aprenden a ponerse en el lugar de las personas que sufrieron, las informaciones que perciben, en lugar de producir la pedagogía de la indignación y educarlos, generan insensibilidad. La historia expresada con frialdad en el microcosmos del aula no descifra el Código del Altruismo. Empeora, en lugar de mejorar, la intelectualidad de los alumnos. Parece increíble que los hombres hayan esclavizado a otros hombres y que los negros hayan sido oprimidos durante siglos.

Educación no es cerrarse en una clase social, grupo étnico, religioso o cultura, sino, como dice Adorno, es tener una conciencia del mundo. Debemos educar para garantizar no solo la producción y la reproducción del conocimiento, sino la capacidad de rescatar y reafirmar valores éticos que preserven la vida en la Tierra (Adorno, 1998).

Nunca exijas lo que los demás no pueden dar. En el momento en que una persona yerra, falla, se equivoca, no logra abrir el abanico de la inteligencia para dar respuestas lúcidas. Exigirle lucidez en los focos de tensión es una afrenta a los derechos humanos.

A. CURY, en *A sabedoria nossa de cada dia*

(La sabiduría nuestra de cada día)

Solo la educación altruista rescata valores éticos y es capaz de luchar contra la preponderancia del instinto humano en el tejido social. El egoísmo, el individualismo y el egocentrismo se desarrollan de forma espontánea, sin ningún esfuerzo educativo. Observemos que es común ver a niños que tratan de forma tiránica a otros niños.

No esperamos que los niños y los adolescentes sean de forma espontánea solidarios, tolerantes y socialmente afectivos. Estas características son difíciles de elaborar en la psiquis, dependen de aprender el alfabeto de la sensibilidad, del placer de entregarse, de la pasión por la humanidad. Es mucho más fácil alfabetizar el intelecto para leer que alfabetizar la emoción para darse a los demás.

Mi impresión es que los jóvenes están desarrollando rasgos de psicopatía en forma colectiva. No son psicópatas clásicos, que destruyen o matan sin sentir el dolor de los otros. Pero lastiman a sus compañeros con facilidad y rara vez tienen sentimientos de culpa. Agreden a sus educadores como si fueran una mera presencia más en el aula.

El altruismo manifiesto en el más simple gesto

He intentado educar a mis hijas para descifrar el Código del Altruismo desde los primeros años de vida. Siempre digo que hay un tesoro enterrado en los escombros de las personas que sufren. Siempre he comentado que cada ser humano es un mundo fascinante por descubrir, que tiene lágrimas y alegrías, osadías y retiradas, lucidez y estupidez. Valorar la vida y respetar nuestras diferencias son fundamentales para la madurez.

Ellas han aprendido el alfabeto del altruismo. Con frecuencia me señalan personas blancas, negras, bien vestidas o mendigos en las calles y me preguntan: «¿Qué está pensando esa persona? ¿Cuáles fueron sus aventuras y sus días más tristes? ¿Cuáles fueron sus lágrimas y alegrías?». Estas palabras suenan como música para mis oídos.

En cierta ocasión, estaba dando una conferencia en una asociación médica de Paraná. Al terminar, mi amigo, el doctor Macedo, director de esa asociación, nos llevó a cenar. Cuando llegamos al restaurante, vio a unos mendigos durmiendo en la calle. Era invierno. El frío y el viento erizaban la piel. Al verlos, abrió el maletero de su automóvil, sacó dos mantas y les pidió a mis hijas que los cubrieran. Ellas lo hicieron con alegría. En un simple gesto tuvieron una gran experiencia altruista.

Ese noble cirujano es un médico social que siempre tiene esos gestos. Sin conocer el funcionamiento de la mente, también entrenó a sus hijos para descifrar el Código del Altruismo y desarrollar una de las más raras y difíciles funciones del psiquismo: ponerse en el lugar de los otros.

Más del 90 % de nuestras correcciones no educan, sino que invaden la privacidad. ¿Por qué? Porque primero queremos conquistar la razón y después la emoción. Conquista primero la emoción, valora al que debes corregir, y solo después haz tu crítica. No serás un invasor, sino un educador inolvidable.

A. CURY, en *Padres brillantes, maestros fascinantes*

El Código del Altruismo puede descifrarse con los más simples gestos, incluso los imperceptibles y anónimos, como preservar la naturaleza, reciclar la basura, hacer un favor a personas necesitadas, dejar una nota al ser querido, elogiar a personas que rara vez son dignas de elogios, agradecer a los padres por todo lo que hacen por nosotros, a pesar de sus defectos, elogiar a los hijos por existir y querernos.

Una persona inmadura piensa que todas sus elecciones generan ganancias. Una persona madura sabe que todas las elecciones tienen pérdidas.

A. CURY, en *Nunca renuncies a tus sueños*

Solo se enseña el Código del Altruismo haciendo

El Código del Altruismo no se enseña de manera oral, no se transmite a través de textos, no se ilustra con recursos multimedia, sino solo haciendo, transmitiendo ejemplos de vida. Educamos más por la elocuencia del silencio que por la elocuencia de las palabras. Los líderes y los educadores que enfatizan las palabras hablarán. Recordemos: debemos educar siempre y, si es necesario, usar las palabras.

Pongan a los jóvenes en el aula durante mil años, transmítanles trillones de informaciones y métanles en la cabeza todos los libros del mundo. Al recibir el diploma estarán preparados para librar guerras, destruir y autodestruirse. Pónganlos durante un año en los desiertos sociales, donde participen cuidando, amparando y aliviando el dolor de los demás, y saldrán preservando la vida.

Los niños y los adolescentes deberían, siempre que sea posible, participar en actividades en guarderías infantiles, hospitales, asilos, instituciones que cuidan a niños enfermos de cáncer o asociaciones que conservan la naturaleza.

La educación fusionada con la ética y el altruismo construye un sujeto solidario, magnánimo, abierto, que contribuye a la conciencia de la condición humana y al «aprendizaje de la vida», como preconiza el ilustre Morin. Es una educación que estimula la aptitud crítica y autocrítica del sujeto, que puede ayudar a volvernos mejores, si no más felices. Es una educación que nos enseña a asumir la parte prosaica y vivir la parte poética de nuestra vida (Morin, 1996).

El Código del Altruismo nos transforma en poetas de la vida, nos enseña a vivir la poesía de la solidaridad y de la sensibilidad, aunque nunca escribamos textos. El individualismo es una fuente de trastorno psíquico; la solidaridad es una fuente de salud emocional y un paso más allá de la tolerancia. Tolerancia es respetar al otro; solidaridad es buscar al otro y participar en su historia.

En las sociedades modernas presenciamos el entierro de la solidaridad. Muchas personas tienen intención de ayudar a los demás, pero están aisladas en su propio mundo, enterradas por la avalancha de tareas.

El exceso de actividades y de estímulos sociales no solo nos ha llevado a desarrollar el SPA —Síndrome del Pensamiento Acelerado—, sino también el síndrome de la exteriorización existencial, caracterizado por la dificultad de viajar hacia dentro de uno mismo, de reflexionar, repensarse, reorganizarse y tener sentido existencial.

Una mente agitada, inquieta, no tiene tiempo ni clima psíquico para experimentar las vertientes de este esencial código de la inteligencia. Para descifrarlo necesitamos disminuir nuestra ansiedad y comenzar a prestar atención a las diminutas y grandiosas

cosas que nos rodean.

Para el que no descifra el Código del Altruismo, el drama del hambre, la discriminación, la exclusión y los males ajenos, aunque genere incomodidad, quedará siempre en los diccionarios, no penetrará las fronteras de su historia.

Insensibilidad versus hipersensibilidad

Si el Código del Altruismo no se trabaja del modo adecuado, afectará al desarrollo emocional, y generará así dos situaciones extremas y opuestas entre sí: la insensibilidad y la hipersensibilidad. Nada puede comprometer tanto la personalidad como una emoción que vive en los límites de la insensibilidad o, al contrario, en las trayectorias de la hipersensibilidad.

Educar la sensibilidad es más importante que enseñar el núcleo atómico o las fuerzas del universo. Es estudiar el más fundamental de todos los universos, el psíquico; es investigar el más fundamental de todos los núcleos: el intelecto. Descifrar el lenguaje de la sensibilidad es refinar el arte de sentir, inspirar, aspirar, ver y percibir. Pero no nos entrenan en esta capacidad.

El que tiene la necesidad neurótica de ser perfecto nunca tendrá contacto con su realidad, nunca tendrá acceso a sus fallos. Permanecerá intocable. Se llevará a la tumba sus defectos.

A. CURY, en *Seja lider de si mesmo*

(Sé tu propio líder)

La insensibilidad y la hipersensibilidad son dos trampas devastadoras de la mente humana que pueden bloquear el yo como gestor psíquico y el Código del Altruismo. Pueden llevar la emoción a ser un barco a la deriva, al intelecto a ser una aeronave sin dirección. Pueden comprometer incluso el Código de la Resiliencia y reducir la capacidad de superar conflictos e infortunios.

Podemos denominar «antialtruismo» a la insensibilidad, e «hiperaltruismo» a la hipersensibilidad. Resulta muy difícil no entrar en las fronteras de estas trampas.

Muchos desarrollan insensibilidad en las sociedades modernas. No arrojan piedras que desgarran los músculos, pero asestan calumnias y difamaciones que desgarran mentes. Los psicópatas son antialtruistas.

Por otro lado, muchos también desarrollan hipersensibilidad. Son hiperaltruistas, siempre se olvidan de sí mismos para pensar en los demás.

Una persona insensible excluye a los otros; una hipersensible los sobreprotege. Una

persona insensible hiere con facilidad a quienes lo rodean; una hipersensible se hiere a sí misma para no lastimar a otros. A una persona insensible no le preocupan los demás; una hipersensible vive las historias ajenas. Una persona insensible no se conmueve con las escenas de una película; una hipersensible llora con facilidad. Una persona insensible no tiene sentimientos de culpa cuando se equivoca; una hipersensible los tiene en exceso. Una persona insensible desprecia el futuro; una hipersensible sufre por anticipado.

¿Quiénes son las mejores personas de la sociedad? Las hipersensibles. ¿Quiénes están más sujetos a la depresión y otros trastornos emocionales? Mucho más los hipersensibles. Son excelentes seres humanos, pero se ponen en el último lugar de la lista de sus prioridades.

Una persona insensible enferma a todos los que la rodean; una persona hipersensible se enferma por todos los que la rodean. Una persona insensible es el verdugo de los otros; una persona hipersensible es el verdugo de sí misma.

Una herramienta para educar la sensibilidad

Para educar el Código del Altruismo es importante conocer los capítulos más importantes de la historia de las personas a las que amamos. A pesar de mis muchas ocupaciones, me he preocupado por conocer algunos textos de la historia de mis padres que ellos nunca contaron espontáneamente a sus seis hijos. Si consideramos la personalidad como un gran edificio, la mayoría de los padres e hijos conoce apenas la fachada de la personalidad de los otros.

Hace poco les pedí a mi padre y a mi madre una vez más que me contaran trechos importantes de sus vidas. Me sorprendí y los admiré todavía más. Vislumbré una intensa ternura escondida en aquellas canas. Mi padre perdió a su madre a los cinco años de edad. Sus padres eran del Oriente Próximo. Lo que yo no sabía es que él fue criado en su infancia junto con una familia de negros. Dijo que a diario iba a abrazar a su «abuela» negra, muy amable y generosa.

Me contó también que en la adolescencia un señor negro, llamado Osvaldo Barbosa, fue a reprenderlo por un comportamiento que le parecía inadecuado. Una persona lo agarró y cayeron los dos, pues pensaba que mi padre y él estaban peleando. El señor Barbosa fue preso. Mi padre fue a la comisaría, le pidió disculpas y solicitó al comisario que lo soltara, y explicó que don Barbosa era como un padre para él. «No te preocupes, hijo», fue la respuesta del señor Barbosa ante el atónito comisario.

La vida es una gran universidad, pero poco enseña a quien no quiere aprender.

A. CURY, en *Nunca renuncies a tus sueños*

Mi madre, de origen español e italojudío, pasó privaciones en la infancia. Su madre tuvo catorce hijos. No tenía tiempo para prestarles atención ni dinero para mantener a la familia. Las dificultades eran tan desesperantes que la madre freía un huevo y lo repartía entre cuatro. De vez en cuando comían algunas patatas, pero nunca tiraban la piel. En los cumpleaños no había tartas ni regalos. Hacían un pollo con polenta y daban un pedazo a cada hijo. Yo debo dar las gracias por los padres que tengo. No son perfectos, pero son encantadores.

Es una pena que la gran mayoría de los hijos y alumnos nunca haya penetrado en los textos más nobles del libro existencial de sus educadores. Cuando mucho, leen el prefacio de su historia. Se quedan en la superficie emocional, no descifran el Código del Altruismo. Los educadores que nunca hablan de sus lágrimas a sus hijos y alumnos nunca les enseñarán a llorar. Los maestros que no hablan de sus crisis y dificultades nunca les enseñarán a soportar adversidades. Educarán a eternos niños.

Conocer los capítulos más importantes de la personalidad de nuestros padres y profesores es una excelente herramienta para educar la sensibilidad. Si no usamos esta herramienta, caeremos con facilidad en los extremos de la insensibilidad o la hipersensibilidad.

Desarrollar el Código del Altruismo o de la sensibilidad debería ser un objetivo prioritario de todas las escuelas de enseñanza primaria, media y universitaria. Pero ¿en qué espacio educacional mundial se ha perseguido ese objetivo? Apenas si lo han buscado algunos educadores, en forma aislada. Discúlpenme que diga que los psicópatas y las personas depresivas se desarrollan ante nuestros ojos. Y hacemos muy poco para ayudarlos.

Posibles consecuencias para el que descifra el Código del Altruismo:

1. Se convierte en una persona generosa, influyente, solidaria y tolerante.
2. Expande los niveles de afectividad, paciencia y tranquilidad.
3. Transforma la vida en un espectáculo existencial, en una aventura indescifrable.
4. Contribuye a educar personas humanas y emocionalmente maduras.
5. Crea una red de relaciones en la sociedad. Transita con suavidad las relaciones traumáticas.

Posibles consecuencias para el que no lo descifra:

1. Desarrolla egoísmo, egocentrismo e individualismo.
2. Tiene necesidad neurótica de poder.
3. Tiene necesidad de figuración, propagandismo y de ser el centro de las atenciones sociales.
4. Desarrolla ansiedad, inquietud y impaciencia. Tiene un bajo umbral para soportar el estrés.
5. Disminuye los niveles de solidaridad, compasión y generosidad. Desarrolla rasgos de psicopatía.

Descifrar el Código del Altruismo: ejercicios

1. Descubrir el placer de entregarse, cuidar y proteger a los demás. Entender que la madurez intelectual y la salud psíquica exigen la ruptura del individualismo y el placer de contribuir a la sociedad.
2. Participar en actividades sociales y asociaciones que se preocupen por preservar la vida y el medio ambiente.
3. Enseñar a los niños y los adolescentes a ser seres humanos sin fronteras, a amar la humanidad y a entender que dentro de cada ser humano hay un mundo por descubrir, un tesoro bajo los escombros de las personas que sufren.
4. Prevenir la hipersensibilidad, no vivir la historia de los otros, no vivir su dolor ni sobreprotegerlos.
5. Practicar la oración de los sabios: el silencio. No someterse a la dictadura de la respuesta ni tener la necesidad neurótica de reaccionar. No conquistar el temor de las personas, sino su amor y su admiración, sin propagandismo.

QUINTO CÓDIGO DE LA INTELIGENCIA: *CÓDIGO DEL DEBATE DE IDEAS*

El Código del Debate de Ideas es el cimiento del proceso de formación de pensadores, el secreto que fundamenta intelectos libres, audaces, intrépidos, seguros y participativos. Este es el código que permite trabajar en equipo, interactuar, intercambiar experiencias y romper el cerco de la inseguridad.

El que descifra el Código del Debate de Ideas rompe con la timidez, recicla el complejo de inferioridad, supera el miedo a lo nuevo, enfrenta con dignidad la crítica y tiene osadía para rehacer caminos. Es el código que imprime determinación y capacidad de luchar por lo que creemos y amamos. Es el secreto intelectual y emocional que jamás nos permite consignar nuestra libertad de ser, ni hipotecar nuestra libertad de actuar.

Descifrar el Código del Debate es fundamental para el éxito de los profesionales de una empresa o de un profesional liberal. Si no lo desciframos, produciremos siervos en lugar de líderes, contraeremos el potencial intelectual.

El Código del Debate de Ideas debería formar parte del menú intelectual diario de alumnos, profesores e investigadores de las universidades tanto occidentales como orientales. Pero, por desgracia, este menú ha sido escaso. Priorizamos el cúmulo de informaciones, en vez del debate. Priorizamos las respuestas rápidas, en vez del arte de la duda.

Aunque haya diversas excepciones, la hoguera de las vanidades que impera en muchas universidades es espantosa. Oigo cosas terribles en los países por los que viajo. En algunos casos el templo del conocimiento no es menos rígido ni dogmático que ciertos templos religiosos.

La competencia predatoria, el control del pensamiento y la contracción del debate de ideas han penetrado en las entrañas de muchos centros del conocimiento o universidades. La cultura informativa no ha cimentado la sabiduría y el desprendimiento. Los profesores universitarios son poetas de la educación. Muchos son libres, generosos, aman el debate, aman el mundo de las ideas, pero el sistema educativo con frecuencia está enfermo.

En este sistema, tener ideas diferentes, proponer nuevas líneas de investigación, romper paradigmas debería ser motivo de aplausos entre los académicos, pero no siempre lo es. En muchos casos el pensamiento que afirma «en el país de los ciegos el tuerto es el rey» debe corregirse. Es objeto de amenaza, envidia y escarnio.

Extraordinarios pensadores son y han sido asfixiados en ambientes en los cuales no se ha descifrado el Código del Debate de Ideas.

La vida es una gran pregunta en busca de grandes respuestas.

A. CURY, en *Inteligência multifocal*

(Inteligencia multifocal)

El silencio no pedagógico

Una de las cosas que más me impresionaron cuando analicé como crítico de la psicología la inteligencia de Cristo fue su vehemente capacidad de estimular el debate de ideas y el arte de pensar.

Sus discípulos eran toscos, agresivos, rudos, instintivos, reaccionaban sin pensar, eran pésimos gestores de su psiquismo y no tenían altruismo ni sombra de resiliencia. Pero él se hacía pequeño para convertir a los pequeños en grandes. No les ponía obstáculos, no los silenciaba; por el contrario, los incentivaba a hablar, expresarse, reaccionar e incitar, incluso cuando no tenían condiciones.

Era un especialista en no dar respuestas rápidas, sino en usar el arte de la duda. Una de sus brillantes características pedagógicas era que daba respuestas haciendo preguntas. Rara vez alguien provocó de manera tan positiva el psiquismo humano. Es una pena que las religiones no lo estudiaran desde los puntos de vista psicológico, sociológico y pedagógico.

Desde los primeros días escolares, los niños deberían descubrir el placer de expresar sus pensamientos y comentar sus opiniones. Pero no los incentivamos a hablar porque se busca que en el aula reine un silencio enfermo, un silencio antipedagógico, que castra el debate de ideas.

Recordemos lo que comenté acerca de la oración de los sabios, el silencio. Ese silencio ejercido en los focos de tensión y que nos estimula a pensar antes de reaccionar es altamente pedagógico y educativo. Pero el silencio en el microcosmos de las aulas no educa. Claro que, mientras el profesor está transmitiendo información, el silencio es fundamental. Pero cada cinco o diez minutos el profesor debería interrumpirlo y provocar la mente de los alumnos. Debería preguntar, debatir, y estimular el pensamiento y la expresión de las opiniones.

Los profesores son cocineros del conocimiento que preparan con cariño el alimento para un público sin apetito.

Nunca los alumnos estuvieron tan alienados.

A. Cury, en *Projeto Escola de Inteligência*

Como los alumnos padecen el SPA, mantendrán conversaciones paralelas de cualquier manera. Si el profesor o la profesora sabe usar la energía ansiosa del SPA para que sus alumnos descifren el código del debate, ellos lo respetarán y admirarán y, además, aguzarán su concentración y asimilación. Aprenderán a ser pensadores y no siervos del sistema social.

Dos años en que los niños son puestos en fila en silencio en el aula producen zonas de conflictos en el inconsciente que pueden perdurar toda la vida. El fenómeno RAM (Registro Automático de la Memoria) producirá numerosas ventanas *killer*, que promoverán el complejo de inferioridad, la timidez, la retracción del trabajo en equipo y la dificultad de expresar las ideas (Cury, 2003). Rara vez alguien que haya frecuentado durante varios años seguidos una escuela no se ha enfermado en algunos aspectos de su psiquismo.

¿De dónde provienen la incomodidad, la taquicardia, la pérdida de espontaneidad al levantar la mano en un anfiteatro o en reuniones de trabajo? ¿De dónde viene el miedo a enfrentar nuevos ambientes y nuevos desafíos? ¿De dónde surge la necesidad enferma de controlar a los demás y de imponer sus ideas? ¿De dónde sale la necesidad neurótica de tener siempre la razón? Y ¿el famoso «blanco» en la memoria cuando nos enfrentan? De las zonas de conflicto. Muchas de ellas producidas o desarrolladas en el inocente ambiente de las aulas.

Son raros en la historia los relatos de mujeres que atormentan a hombres, pero en toda la historia hay relatos de hombres que queman, amordazan y apedrean a mujeres. En la actualidad, una vez más, el sistema masculino tortura a las mujeres: imprime un patrón de belleza tiránico e inalcanzable. En el mundo hay cerca de 50 millones de personas que sufren de anorexia nerviosa.

A. Cury, en La dictadura de la belleza

El sistema fallido

No me canso de decir que los docentes son los profesionales más importantes de la sociedad. Labran los terrenos de la inteligencia de los alumnos para que no enfermen y no deban ser tratados por los psiquiatras, para que no cometan delitos ni deban ser juzgados por los jueces. Como psiquiatra e investigador de la psicología, no me inclinaría ante famosos y autoridades, pero sí me inclino ante los docentes.

A pesar de tener trabajos tan dignos —o más— como los psiquiatras y los jueces, no son reconocidos socialmente en el grado que merecen. El desprestigio de los docentes es un fenómeno universal, que abarca países ricos, emergentes y pobres. La sociedad moderna tiene una deuda impagable con los maestros y las maestras. Pese a ser profesionales nobilísimos, los profesores están insertos en un sistema educativo enfermo, fallido y tambaleante.

Muchos profesionales de la educación quieren cambiar el sistema, pero no disponen de medios ni poder para hacerlo. El sistema impone un monólogo en el aula, un contenido pragmático, extenso y cerrado, y un régimen rígido de pruebas. Creo que más del 95 % de las informaciones que se transmiten a los alumnos no serán recordadas ni utilizadas.

La pauta educativa no debería contener en primer lugar la cantidad de informaciones y el detallismo de los datos, sino el raciocinio esquemático, el debate de ideas y la gestión de la psiquis. El aula debería ser un escenario donde profesores y alumnos fueran constructores del conocimiento.

¿Por qué no incentivamos a niños y adolescentes a debatir? Porque alborotarán el ambiente, y sus respuestas serán equivocadas o superficiales. Creemos que primero necesitan tener un bagaje, miles de informaciones, para después aprender a expresarse. ¡Grave engaño! Después de producir zonas de conflicto que bloquean los códigos de la inteligencia, queremos que hablen, respeten a sus pares, no sean alienados, y establezcan compromisos con la sociedad y con el futuro. Con excelentes intenciones, cometemos errores educativos imperdonables.

No entendemos el funcionamiento de la mente, no entendemos cómo preparar el yo como gestor del intelecto y hacerlo descifrar los demás códigos. Muchos no saben que en las primeras etapas del proceso de formación de pensadores lo importante no es la grandeza de las respuestas, sino la grandeza del debate. Solo años más tarde la grandeza de la respuesta tendrá relevancia y adquirirá los contornos de la sabiduría.

La juventud mundial ha sido entrenada de manera sistemática para descifrar el código de la pasividad. La educación que hace de la memoria un depósito de informaciones es perjudicial para la formación de la personalidad, genera enfermedades y no salud psíquica. Es mucho más probable que genere verdugos que individuos altruistas.

Si un alumno no aprende a cuestionar: a) a su profesor; b) el conocimiento que le es transmitido; c) a quien lo produjo; y d) cómo lo produjo, tendrá grandes probabilidades de convertirse en un mero repetidor de ideas. Si aprende a debatir estos cuatro elementos, sabrá transformar informaciones en conocimiento, conocimiento en experiencia y experiencia en sabiduría. La escuela clásica debería incentivar la rebeldía saludable y no la sumisión, la inquietud y no el conformismo, la participación y no la inacción, la construcción y no la dependencia.

El embrión de la formación de pensadores comienza en el preescolar y en la enseñanza primaria. Es allí donde promovemos o enterramos a los futuros pensadores. En las universidades apenas si damos la «misa del séptimo día».

Para descifrar el Código del Debate de Ideas, es necesario:

1. Ser alentado a expresar los propios pensamientos.
2. Ser provocado para cuestionar el conocimiento transmitido.
3. Ser estimulado a indagar en su proceso de producción.
4. Conocer la historia básica del productor de conocimiento, sus batallas, dificultades exploratorias, osadías, fragilidades, prejuicios enfrentados y desafíos vividos.
5. Tener intimidad con el arte de la duda.
6. Aprender a exponer y no imponer las ideas.
7. Jamás considerar los paradigmas, conceptos, opiniones o ideas, como verdades absolutas.
8. Dar a los demás el derecho de enfrentar las ideas propias.
9. No padecer la necesidad neurótica de tener siempre la razón. Saber que la unanimidad de pensamientos es necia. La sabiduría está en respetar nuestras diferencias.
10. Trabajar en equipo estimulando a todos los participantes a expresar sus ideas. En el ámbito del debate, intercambiar conocimientos, cruzar experiencias, buscar caminos y construir metas.

Los líderes son eternos aprendices

Es casi increíble que a los estudiantes de Psicología no se los estimule para cuestionar y repensar las teorías de Freud, Jung, Skinner, Piaget, y el modo en que fueron producidas. Como no descifraron el Código del Debate, muchos se identifican con una teoría y la abrazan como si fuera una verdad absoluta. No saben que en la ciencia la verdad es un fin inalcanzable.

Una teoría sirve como base para que interpretemos y entendamos a un paciente, su historia y la génesis de su enfermedad, pero jamás para ponerlo en una mazmorra conceptual ni mucho menos en la cárcel de un diagnóstico cerrado.

Todo paciente tiene derecho a cuestionar a sus terapeutas, sus interpretaciones, la teoría que abrazan y el diagnóstico que reciben.

Hay psiquiatras y psicoterapeutas que no soportan ser cuestionados, criticados o

indagados. Son dioses tratando a seres humanos. Tienen miedo de perder el control del «set» terapéutico. No entienden que al cuestionarlos, aunque lo hagan de manera inadecuada, sus pacientes están ejerciendo una saludable e importantísima función de la inteligencia.

Solamente cuando tenemos intimidad con el arte de las preguntas nos volvemos eternos aprendices.

A. CURY, en *Padres brillantes, maestros fascinantes*

Con independencia de la teoría que se abrace, todos los pacientes deberían ser incentivados a descifrar los códigos universales de la inteligencia: la autocrítica, la gestión psíquica, el debate, la resiliencia. Los pacientes que hacen cuestionamientos deberían ser dignos de elogios. Si somos amantes de la sabiduría, descubriremos que para la salud psíquica es mejor un cuestionamiento inadecuado que la sumisión. Es un principio válido para todas las relaciones humanas.

Hay médicos que no admiten que sus pacientes sugieran un examen o cuestionen el diagnóstico. También son dioses que tratan a seres humanos. No toman en cuenta la complejidad de la psiquis de las personas a las que tratan, sus temores secretos y conflictos latentes. Hay ejecutivos que persiguen a empleados que no están de acuerdo con sus ideas y posición. No admiten a personas que piensen; quieren siervos. Confunden unanimidad de metas con unanimidad de pensamientos. No entienden que abrazar metas de forma unánime es importante, pero querer la unanimidad de pensamiento es ejercer una dictadura. No saben estimular el cerebro del grupo ni explorar el potencial de cada uno de los individuos a los que lideran.

Muchos hombres quieren ser ricos, muchos ricos quieren ser reyes y muchos reyes quieren ser dioses, pero el único hombre que fue llamado hijo de Dios quiso ser hombre.

A. CURY, en *El maestro de maestros*

El que no aprendió a descifrar el Código del Debate de Ideas tiene la necesidad compulsiva de figuración, de ser el centro de atención. El que aprendió a descifrarlo es capaz de instruirse con sus alumnos, pacientes y compañeros de trabajo. Sabe que la vida es un libro insondable y solo consigue desvelarlo el que aprende a ser un eterno aprendiz...

Padres que generan eternos niños

Hay también padres que rechazan terminantemente que sus hijos discutan sus órdenes, cuestionen sus conceptos, y debatan sus puntos de vista y moralidad. No admiten que se desafíe su autoridad. Están preparados para lidiar con números y máquinas, pero poco con seres humanos.

Los padres que reconocen sus errores enseñarán a sus hijos a reconocer los suyos. Los que padecen la necesidad neurótica de tener siempre la razón bloquean el raciocinio, la agudeza mental, el humanismo y la seguridad de sus niños. Es probable que generen hijos autoritarios o, al contrario, frágiles.

Muchos niños son agresivos, rígidos, solo saben hablar imponiendo sus ideas. Tienen pésima capacidad de negociación. Carecen de flexibilidad para obtener algo. No saben esperar para conseguir un objetivo. No saben ponerse en el lugar de los demás ni respetar lo que los demás piensan y sienten. Son también pequeños dioses que pretenden que todos graviten en su órbita.

Por otro lado, muchos hijos son monosilábicos, tímidos e inseguros. Dan respuestas cortísimas: «sí», «no», «bueno», «está bien». No dejan evolucionar el pensamiento, no dejan fluir el raciocinio, tienen baja autoestima y autoconfianza.

Los padres que debaten ideas con sus hijos los estimulan a ponerse en el lugar de los otros y a pensar antes de reaccionar, los preparan para ser actores sociales y no espectadores pasivos.

El fenómeno RAM imprimirá ventanas *light* que dibujarán una imagen excelente de la personalidad de esos padres en la matriz del psiquismo de los hijos. La relación padre-hijo tendrá una envergadura saludable. Y cuando sea necesario poner límites, aunque a los hijos no les gusten, jamás dejarán de amar y admirar a sus padres.

Debemos incentivar a los jóvenes a descifrar el Código del Debate de Ideas para que tengan opiniones propias, y no sean sumisos ni controlados por personas y circunstancias. El que no aprende a descifrarlo será siempre fluctuante y en exceso influenciable.

En todas las naciones se gastan fortunas para combatir el tráfico de drogas. Pero los gobiernos desconocen que la preponderancia de estos trastornos solo ocurre porque el «yo» está mal formado, no tiene filtro psíquico, no asume su papel de autor de su propia historia. Recorrerá caminos que no eligió. Tendrá actitudes que no programó. No sabrá hacer sus elecciones. Será un eterno niño.

Posibles consecuencias para el que descifra el Código del Debate de Ideas:

1. Se vuelve seguro, determinado, resuelto y decidido.

2. Se torna participativo, interactivo, maleable y coherente.
3. Es flexible y buen negociador. Tiene más posibilidades de fijarse metas claras.
4. Deja de ser inestable e influenciable.
5. Tiene órbita propia y opiniones definidas.

Posibles consecuencias para el que no lo descifra:

1. Se vuelve inseguro, tímido y frágil.
2. No deja fluir el raciocinio. Contrae la imaginación.
3. Es inestable, cambiante, inconstante y tiene un humor fluctuante.
4. Es por lo demás influenciable y se hiperpreocupa por la opinión de los demás.
5. Hipoteca su paz y libertad con facilidad, y relega su manera de ser y de reaccionar.

Descifrar el Código del Debate de ideas: ejercicios

1. Expresar con respeto lo que se siente y piensa. No ser sumiso ni una marioneta de ambientes y circunstancias.
2. Entrenarse en el trabajo en equipo; valorar la fuerza del grupo, colaborar, interactuar, trazarse objetivos y valorar las ideas aunque sean imposibles de aprovechar. Romper el proceso de aislamiento y promover la cooperación.
3. Estimular el cerebro del equipo, más que el de los individuos. Provocar la inteligencia de los miembros y explorar su potencial.
4. Ejercitarse siempre para exponer, y no imponer, las ideas. Cuidar el tono de voz, la presión y la insistencia. Estos fenómenos son síntomas de que imponen las ideas.
5. Aprender a no ser monosilábico. Liberar la imaginación y dejar fluir el raciocinio.

SEXTO CÓDIGO DE LA INTELIGENCIA: *CÓDIGO DEL CARISMA*

El Código del Carisma es el código de la capacidad de las personas de fascinar, cautivar, sorprender, y admirar a los demás y a sí mismas. Es el código de la afectividad, de la amabilidad, la afabilidad y del enamoramiento existencial.

El Código del Altruismo es el secreto de la pasión por la humanidad, y el Código del Carisma es el secreto de la pasión por la vida. Resulta difícil desarrollar tranquilidad, paz interior, serenidad y felicidad sin descifrar mínimamente algunos de los enigmas de estos dos códigos. No hablo de la felicidad utópica, irreal, delirante, sino de aquella que se construye en los accidentes de los trayectos, en la alternancia de los sucesos de la vida.

Cuanto más un ser humano descifra el Código del Carisma, más agradable se vuelve, más estimado, querido, y buscado por sus maestros, alumnos, abuelos, nietos, líderes y liderados. Una persona carismática y altruista es diplomática, inspiradora e influyente.

El que descifra el Código del Carisma vive mejor, ama más y disfruta más de la vida. Supera la cárcel de la rutina y rompe los tejidos de la inalterabilidad. Entiende que millones de libros no descifran mínimamente la existencia. Se cuestiona con frecuencia: «¿Quién soy?», «¿Qué soy?», «¿Qué es el escenario del tiempo?». Se deslumbra con los misterios de la existencia.

El que no descifra el Código del Carisma, aunque sea un intelectual o un millonario o una celebridad, es una persona sin sabor, aburrida, ególatra, complicada y carente de interés. Olvida que un día irá al caos de una tumba como todo mortal y que por eso debería vivir con más moderación y sencillez. El que no descifra este código cultiva la autopromoción, exalta en forma exagerada sus hechos y su cultura. No entiende que todo lo que sabe es una gota en el océano infinito del conocimiento. Desconoce que la humildad es el nutriente de la madurez. Protesta por las mismas cosas y reacciona de la misma manera. Su vida es tediosa y rígida.

El que no descifra el Código del Carisma no se asombra con los secretos de la existencia. El que los descifra queda deslumbrado con el fenómeno de la vida. Se siente un niño siempre en busca de cosas nuevas en el complejo escenario del tiempo. No tiene tiempo para protestar.

El yo representa la capacidad de elección y la conciencia crítica. A diario el yo debe elegir salir de la condición de espectador pasivo de sus males y miserias para ser director del derrotero de su historia. En esa tarea la palabra

clave es «entrenamiento».

A. CURY en *Inteligência multifocal*

(Inteligencia multifocal)

Famosos enfermos

Hace poco tiempo, mi chófer me contó que en el pasado trabajó para algunas celebridades del mundo de la música. Comentó que con frecuencia subían al automóvil sin tener conciencia de que él existía, sin saludarlo ni prestarle la mínima atención. La vida de esos famosos estaba en las manos de aquel ser humano que conducía el coche, y un accidente sería fatal. Pero la fama los infectó y el éxito bloqueó los frágiles códigos de la inteligencia.

El que desprecia la grandeza de las personas simples no es digno de ser famoso. El que se coloca por encima de los demás es emocionalmente infantil, víctima de los reflectores de los medios. Un día, cuando visiten los valles del anonimato, ni ellos mismos se soportarán. No saben que rara vez la fama dura más de cinco años.

En cierta ocasión, yo estaba dando una conferencia en un escenario enorme, pero hubo un problema con los ordenadores y un empleado los estaba manejando de forma manual por debajo de la mesa situada en el centro del escenario. Cuando lo vi, pedí disculpas al público, interrumpí mi disertación y le indiqué que se sentara en una silla.

Pero él no quería ocupar ese lugar, porque creía que podía estorbar la conferencia. Sin embargo, le contesté que él era tan importante como yo y que no seguiría dando la conferencia si él seguía trabajando debajo de la mesa. La gente reaccionó con aplausos, porque a todos les gusta ser valorados.

Algunas personas no comprenden por qué trato de agradecer a la gente que me sirve. No lo hago como un esfuerzo por ser humilde, sino porque, de hecho, esos individuos son dignos de mi reconocimiento. He tratado con personas famosas y riquísimas, pero tuve el privilegio de entrar en la historia de personas simples y descubrir que son estrellas vivas en el escenario de la existencia.

El pensamiento más conocido del mundo es «Ama a tu prójimo como a ti mismo». Pocos entienden que nadie puede amar profundamente a sus hijos, su cónyuge y sus amigos si antes no se enamora de su vida. Solo el que tiene un romance con la propia historia podrá amar la historia de los otros.

A. CURY, en *Os segredos do Pai nosso*

(Los secretos del padrenuestro)

Incluso un psicótico tiene una creatividad indescifrable. Basta con salir de la superficialidad y preguntarle cómo se forma una alucinación. Cómo, entre millones de opciones, los fenómenos que están entre los bastidores de la mente acceden a la compleja memoria y producen ideas delirantes. Solo no logra dejarse cautivar por el ser humano el que es esclavo de sus prejuicios.

Para descifrar el Código del Carisma es necesario aprender las siguientes herramientas:

1. Elogiar al que está cerca.
2. Exaltar y agradecer a las personas que desempeñan funciones simples, pero fundamentales para la preservación de la vida, como cocineros, camareros, porteros, personal de seguridad, etcétera.
3. Encontrar placer en el éxito de los demás.
4. Sentir placer al ser altruista.
5. Mantener un romance con la vida.
6. Reciclar los celos ocultos y la envidia sutil.
7. Romper la cárcel del tedio. Sorprenderse a sí mismo y a los demás.
8. Aprender a valorar lo que se tiene en lugar de lo que no se tiene.

Gato y ratón hasta que descifran el Código del Carisma

Mis dos hijas menores, hoy adolescentes, parecían gato y ratón hasta los doce años. La diferencia entre las dos es de menos de un año.

Rara vez vi a dos niñas pelear tanto y con tanta frecuencia. Eran egoístas, especialistas en discutir una con la otra, y no sabían compartir sus pertenencias, ni siquiera un mísero lápiz de labios.

No aprendieron esas características de mí ni de mi esposa. Como ya he dicho, el egoísmo, el individualismo y el egocentrismo no necesitan modelos para desarrollarse. Son características que nacen por el instinto de supervivencia, que se tejen de manera espontánea en el proceso de formación de la personalidad.

Las personas sanas tienen más condiciones de contribuir a formar personas sanas. Las personas flexibles y con autoestima elevada tienen más condiciones para educar a personas libres y agradables.

A. CURY, en *Cambia tu vida*

Me preocupaba el comportamiento de las dos, pues vi muchos hermanos que construían pésimas relaciones como adultos porque no aprendieron a superar sus celos, diferencias y disputas agresivas. Sabía que no bastaba con ser un manual de reglas y de ética, ni mucho menos un educador que ponía límites. Era preciso ayudarlas a tejer la colcha de retazos de la personalidad de ambas con el Código del Carisma, el del Altruismo y el del Debate de Ideas.

Fue lo que hice, poco a poco, momento tras momento. Para combatir el sentimiento de envidia —que es común en la adolescencia, pero que no puede cristalizarse en la vida adulta—, las estimulé a sentir placer con la felicidad de la otra, a descubrir la alegría de compartir y el regocijo de elogiar a la otra cuando lo merecía. Las alenté a comprar pequeños regalos, recuerdos, para la otra.

Para cimentar el yo como gestor de la psiquis de manera sencilla, las insté a aprender a ponerse una en el lugar de la otra, a pensar antes de reaccionar y desarrollar coraje para reconocer sus fallos y reciclar la necesidad de tener siempre la razón. Les mostré que la sociedad no necesita héroes, sino personas humanas. Las alenté a no tener miedo de pedir disculpas cuando se equivocaran. Y para salir del campo teórico, yo mismo les pedí varias veces disculpas cuando me exasperé o levanté la voz sin necesidad y de modo desproporcionado. En lugar de perder mi autoridad, crecí dentro de ellas a medida que me disminuía fuera de ellas.

Les comenté que, cuando fueran adultas, podrían necesitar una de la otra. Les di una serie de ejemplos de hermanos que se ayudan entre sí o se alejan unos de otros. Tengo muchos defectos como ser humano, pero planté semillas como educador. Un sembrador, cuando entierra sus semillas, no sabe cuáles serán los resultados. Pero con frecuencia son sorprendentes.

Los insensibles no tienen sentimiento de culpa; los hipersensibles lo tienen exacerbado. Los insensibles no sienten el dolor de los demás; los hipersensibles lo sufren como propio. Los insensibles son verdugos de los otros; los hipersensibles lo son de sí mismos.

A. CURY, en *Seja líder de si mesmo*

(Sé tu propio líder)

Mis hijas me han sorprendido con su amabilidad y generosidad. Las fricciones que surgían cada hora pasaron a ocurrir cada semana y luego cada mes. Hoy rara vez chocan y, cuando sucede, se reconcilian enseguida. Las dos se elogian, se buscan y se quieren. Han aprendido el placer de entregarse y compartir sus sentimientos.

Están encantadas cada una con la otra y se consideran, junto con mi hija mayor, las mejores amigas, aunque tengan muchas otras. Rara vez se ven hermanas tan unidas. Hay

otra cosa que me hizo particularmente feliz. Uno de sus profesores les dijo que, aunque tenían motivos para ser muy orgullosas, se contaban entre las muchachas más humildes y carismáticas de la escuela.

Siervos de los hijos

El carisma es fundamental tanto para vivir como para relacionarnos. Existen dos tipos de carisma: el social y el psíquico. El carisma social consiste en cautivar a la gente, sorprenderla y atraerla. El carisma psíquico es tener un romance con la propia vida, gozarla y disfrutarla con placer. El Código del Carisma puede conquistarse y perderse a lo largo de la existencia.

Hay padres que nunca elogian a sus hijos, pero sí quieren recibir elogios de ellos. Casi nunca los besan, pero quieren recibir su afecto. Rara vez fueron comprensivos con los desaciertos de ellos, pero les exigen una mente comprensiva. Quieren la retribución de lo que no enseñaron.

El silencio es la oración de los sabios. Sin la oración del silencio es imposible pensar antes de reaccionar. Sin pensar antes de reaccionar es imposible no cometer errores graves.

A. CURY, en *El maestro de la vida*

Un padre carismático trata de estimular, jugar y vivir aventuras con sus hijos. En algunos momentos es un payaso; en otros, un maestro; algunas veces es paciente; otras, exigente. Sabe que hay momentos para disciplinar y corregir, y otros para entregarse y abrazar. Es un padre medido y maleable.

Por otro lado, hay hijos que jamás aprendieron a dar las gracias a sus padres por el alimento sobre la mesa, la escuela a la que asisten o la ropa que se ponen, pero quieren que sus progenitores reconozcan su valor. Todo lo que reciben —piensan— es mera obligación de los padres. Sí, los progenitores tienen el deber de mantenerlos para que sobrevivan, pero ellos tienen el derecho de agradecer lo que reciben.

El que no descifra el arte de agradecer difícilmente será una persona carismática, encantadora y enamorada de la vida. Los padres que no enseñan a sus hijos el arte de agradecer cometen un grave error educativo. Serán siervos de esos hijos, vasallos de sus feudos.

Inteligencia carismática e inolvidable

Un empresario o ejecutivo carismático despierta fascinación y respeto en sus empleados. Pero los que son arrogantes despiertan envidia y desprecio. A un líder mezquino para repartir elogios le costará crear vínculos con sus liderados, y rara vez explorará el potencial que encierran.

¿Qué profesores son inolvidables para los alumnos? No son los más cultos ni los más elocuentes, sino los más cautivadores y admirados. Desde luego, hay excepciones, pero a menudo son aquellos que influyen en la personalidad de sus alumnos. Son los que en la visión de Immanuel Kant forman al individuo de entendimiento, luego al individuo de razón y por último al individuo de instrucción, el que aplica el conocimiento aprendido (Duarte, 1993).

El individuo de entendimiento se forma, en primer lugar, por la personalidad del maestro; en segundo lugar, por el conocimiento que transmite. La educación que forma seres humanos completos es la educación que pule la conciencia de sí mismos y del papel social, la que no desiste, crea vínculos, apoya y contribuye, incluso a quienes lo decepcionan.

En cierta ocasión, al dar un curso para profesores universitarios de las más diversas áreas, como Sociología, Psicología y Administración, pedí a los participantes que nunca abandonaran a los alumnos que pasan inadvertidos en clase. Les dije que un buen profesor valora al que obtiene mejores notas, mientras que uno excelente también valora y crea vínculos con los que ocupan los últimos lugares.

Se comprometieron a prestar atención a los que alteran el ambiente, son reincidentes, tienen pésimo rendimiento intelectual y viven apartados. Ciertamente, marcarán una diferencia en el escenario de la educación y prevendrán muchos trastornos psíquicos, incluso suicidios y violencia social.

En Estados Unidos, según se informa, el uno por ciento de la población adulta está en la cárcel. Son cifras asombrosas. En Brasil, los que no están encerrados en prisiones están encarcelados en sus casas y oficinas con alarmas y sistemas de seguridad. En el hermoso aeropuerto de Fráncfort se oye con frecuencia la advertencia de que la gente debe proteger su equipaje y sus bolsos. Vivimos en un mundo inseguro que necesita dar una sacudida a los códigos de la inteligencia.

El educador que forma pensadores no es el que controla, sino el que libera; no es el que castiga, sino el que alienta; no es el que desanima, sino el que estimula a comenzar todo de nuevo. No es el que reparte consejos previsibles, sino el que sorprende.

Si el aula es un monólogo donde uno habla y todos escuchan, formaremos repetidores de ideas. Si el aula es un escenario donde profesores y alumnos son actores coadyuvantes de la producción de conocimiento, formaremos pensadores.

El que aprende a descifrar el Código del Carisma en su institución, escuela o empresa encontrará un tesoro que los reyes no poseían. Permítaseme dar el ejemplo de un rey que se desmoronó porque puso en venta su mayor tesoro.

Perder el carisma: dejar de sorprenderse

El rey judío Salomón, un gran sabio, hizo un diagnóstico pesimista sobre la vida: *Todo es vanidad. No hay nada nuevo bajo el sol.* Para él, el ser humano está condenado a la mazmorra de la monotonía. Por muy culto que sea, por más conquistas que logre, será aprisionado en la cárcel del tedio, sin un gran sentido existencial.

Pero ¿el rey Salomón tenía razón? ¿Tal vez en el fondo todo se repite y se vuelve una fuente de tedio? ¿Acaso el ser humano está destinado a ver la felicidad como una eterna ilusión? ¿Quizá la sonrisa del payaso sea siempre un disfraz? ¿Acaso el placer de vivir se agota poco a poco de la niñez a la vejez?

Una persona es tanto más madura no cuanto más juzga a los otros, sino cuanto más se juzga a sí misma. No cuanto más critica los comportamientos de quienes la rodean, sino cuanto más se pone en su lugar.

A. Cury, en *Cambia tu vida*

Salomón era una persona carismática, atrayente y agradable. Reyes y súbditos, sabios y príncipes lo admiraban. Pero cometió un error gravísimo. Como todo rey, se envolvió en un exceso de actividades. Y de modo particular no convirtió su carisma social en carisma psíquico. Era grande en el escenario social, pero se empequeñeció en el escenario emocional. Dejó de sorprenderse y de sentirse enamorado de su existencia.

Su mayor error, que cometemos con facilidad, fue imprimir un ritmo de placer basado en los grandes sucesos, los grandes banquetes, las reuniones cumbre, el palacio, las vestimentas deslumbrantes, los carruajes, etcétera.

En el lenguaje de hoy, vivió según el rigor de la moda y embriagado con bienes materiales. Cayó en una insidiosa trampa psíquica.

De manera subliminal construyó una plataforma de ventanas enfermizas en la gran ciudad de la memoria. Se saturó de tedio. Nada lo cautivaba. Envejeció sin ser viejo. Perdió el atractivo del mundo, el encanto de la brisa y la gracia de la sonrisa de un niño. Escribió un libro hermosísimo, pero de un pesimismo sin precedente. Todo se convirtió

en una fuente de vanidad.

Su emoción dejó de excitarse con la grandeza de las cosas pequeñas, corriendo un riesgo altísimo de desarrollar depresión. El hombre admirable hizo pedazos el sentido de la vida. Dejó de descifrar el Código del Carisma, y su existencia se convirtió en un peso, ya no una aventura. Seguía siendo un hombre inteligente, pero chapoteó en el barro del tedio, se convirtió en un ser humano pesimista, una celebridad emocionalmente enferma.

Posibles consecuencias para el que descifra el Código del Carisma:

1. Se vuelve una persona agradable y atrayente, encantadora.
2. Inspira a quienes lo rodean y estimula de modo positivo su inteligencia.
3. Con facilidad se convierte en líder en los ambientes que frecuenta, aunque no ocupe un cargo destacado.
4. Acaba con la cárcel del tedio, y vive la vida con más aventura y deleite.
5. Valora mucho más lo que tiene que lo que no tiene.

Posibles consecuencias para el que no lo descifra:

1. Vive aburrido, ensimismado y preso en las redes de la monotonía.
2. Se vuelve insatisfecho, irritable e infeliz. El éxito y la felicidad de los demás lo perturban.
3. Protesta en exceso y muestra una actitud pesimista ante la vida.
4. Es víctima de los celos y la envidia.
5. No cautiva ni causa admiración en las personas.

Descifrar el Código del Carisma: ejercicios

1. Sentir el placer de elogiar y ayudar a los demás.
2. Sorprenderse a sí mismo y sorprender a los otros. Valorar y agradecer a todas las personas que nos ayudan.
3. No dejarse enredar en los celos y la envidia. Sentir placer con el éxito de los demás y, dentro de lo posible, tratar de colaborar con ellos.
4. Valorar lo pequeño. Jamás despreciar los pequeños comienzos y las pequeñas cosas.
5. Cultivar a diario el romanticismo por la vida.

SÉPTIMO CÓDIGO DE LA INTELIGENCIA: *CÓDIGO DE LA INTUICIÓN CREATIVA*

El Código de la Intuición Creativa es el código que libera la imaginación, expande la inventiva, produce nuevos conocimientos, y refina la mirada multifocal ante los fenómenos físicos, psíquicos y sociales para verlos desde múltiples ángulos. Es el código que cimienta el proceso de observación, deducción, inducción y raciocinio esquemático.

No es un código mágico ni supersticioso, sino un código que nos hace atrevernos, arriesgarnos, aventurarnos, que nos anima a andar por caminos nunca antes trazados, por aventuras nunca antes programadas. Este código posibilita los *insights*, las osadías, los hallazgos inmediatos y los estallidos intelectuales. Nos da medios para producir soluciones no vistas y salidas jamás vislumbradas.

Carl Gustav Jung puede ser considerado el primer psicólogo transpersonal. Aunque Freud y muchos de sus discípulos hayan ido muy a fondo en sus revisiones de la psicología occidental, hasta alcanzar los límites del paradigma cartesiano en la psicología, solo Jung cuestionó de manera radical los fundamentos de la visión del mundo lógico de Descartes y Newton (Jung, 1961). Subrayó, de modo convincente, aspectos no racionales y no lineales de la psiquis, que incluyen lo misterioso, lo creativo y lo espiritual como medios válidos o formas intuitivas de conocimiento.

En el libro *Maria, a maior educadora da História* (María, la mayor educadora de la historia), comenté que, para educar al niño Jesús sin manual de reglas ni el apoyo de educadores y filósofos, y además corriendo el riesgo de ser apedreada y pasando por privaciones y humillaciones al huir a Egipto, María tuvo que usar muchísimo su intuición creativa. De lo contrario no habría superado sus obstáculos, y no habría sobrevivido física ni psíquicamente.

En los primeros treinta segundos de tensión cometemos los mayores errores de nuestra vida. La sabiduría recomienda que cuando nos contraríen no deberíamos estar bajo la dictadura de la respuesta, sino en el oasis del silencio.

A. CURY, en *Os segredos do Pai nosso*
(Los secretos del padrenuestro)

Imaginemos a esa joven de quince años, elegida para ser la mujer entre las mujeres, que de repente se veía perseguida por soldados con manos ensangrentadas. ¿Cómo entender lo inexplicable? ¿Cómo soportar que la escogieran para ser la más elogiada de las mujeres, y en el trayecto de la vida ser tratada como una de las más miserables? Podía pensar que su misión era un delirio, desarrollar depresión y perderse en las redes del miedo y la inseguridad.

Sin embargo, para sorpresa de la psicología, la madre del niño más complejo que pisó esta tierra se deshizo de sus prejuicios, aceptó lo inadmisible, liberó su imaginación y usó su intuición creativa no para protestar, sino para encontrar soluciones. No era en vano que esa adolescente hubiera sido elegida para desempeñar un papel en el que tal vez hubieran fallado notables fariseos y filósofos griegos.

Me arriesgo a decir que uno de los grandes motivos por los que fue elegida fue el hecho de que desde su infancia descifraba los códigos del altruismo, de la resiliencia, del carisma y del yo como gestor psíquico. De no haberlos descifrado no hubiera sobrevivido, no se habría vuelto insustituible.

El que quiere descifrar el Código de la Intuición Creativa debe aprender las siguientes herramientas:

1. Hacer una zambullida introspectiva y abrir el máximo de ventanas de la memoria ante sus focos de tensión.
2. Expandir el uso del pensamiento multiangular tanto como el del pensamiento dialéctico o más.
3. No caer en la trampa de los paradigmas rígidos, de las soluciones rápidas y las respuestas cerradas.
4. Tener resiliencia. Ver el caos como oportunidad creativa.
5. Soltar la mente humana. Tener coraje para recorrer caminos inexplorados.
6. No tener miedo a pensar de manera diferente.

Los mejores alumnos en el escenario social: la gran sorpresa

Pero ¿quién descifra su intuición creativa? Nos entrenan para dar respuestas cerradas, comenzando por las pruebas escolares. Existe una idea académica falsa que sostiene que los mejores alumnos son los que sacan las mejores notas y los que registran con más exactitud las informaciones en las pruebas.

Este concepto puede ser una verdad para los anales de la escuela clásica, pero no para la escuela de la existencia, la escuela social. Los mejores alumnos, en el escenario social, son los que aprendieron a descifrar los códigos de la inteligencia. Son los que

expresan sus pensamientos, se atreven, crean, inventan e imaginan. Son los que caen, se levantan y no renuncian a caminar. Son los que cautivan, atraen y lideran.

Un día, una de mis hijas me dijo que en su escuela califican a los alumnos por sus notas. Y, peor aún, fijan la lista de calificaciones en la puerta del aula. No dejo de pensar en el conflicto que esa escuela está causando a los alumnos que se ubican los últimos lugares. Trataré de orientarlos.

Algunos creen que desde los primeros años de escuela yo tenía una mente brillante. No conocen mi pasado. Como conté en el libro *Nunca renuncies a tus sueños*, cuando cursaba la enseñanza secundaria mis notas eran las segundas de la clase, solo que de abajo hacia arriba. Nadie apostaba por mí, nadie creía en mí y nadie creía que yo llegaría a seguir una carrera universitaria o que, si lo hacía, llegara muy lejos. Yo les daba motivos de sobra para que pensarán así.

Además de que mis calificaciones eran pésimas, no anotaba nada de lo que los profesores transmitían en el aula.

Mis compañeros decían que tuve un solo cuaderno en los tres años de enseñanza media. Vivía en un mundo aparte. Ni siquiera me abrochaba bien los botones de la camisa. Era un especialista en viajar por mi mente y producir ideas desconectadas con las clases. Pero tenía un sueño, el sueño de practicar la medicina y ser científico. A muchos les parecía un delirio. Pero cuando los sueños son proyectos de vida, cambian nuestra historia; cuando los sueños son apenas deseos superficiales de cambio, no tienen repercusión.

El tiempo es el mejor remedio para acercar a los que se odian y distanciar a los que se aman. Según cómo lidemos con el tiempo, será un gran amigo o un gran enemigo.

A. CURY, en *El vendedor de sueños II*.

La revolución de los anónimos

Aprendí a hacer la mesa redonda del yo. Me reuní intuitivamente con mi negligencia, mi apartamento, mi falta de concentración, mi baja autoestima y mi sentimiento de incapacidad. Repensé mi historia y reinventé mi trayectoria. La mesa redonda del yo me hizo gestor de mi intelecto y me llevó a reunir el fenómeno del sueño con el fenómeno de la disciplina, del entrenamiento y de la transpiración. Hice un hallazgo excelente. Descubrí que los sueños sin entrenamiento producen personas frustradas y el entrenamiento sin sueños produce personas autómatas, que obedecen órdenes y no piensan. Comencé a estudiar más de doce horas por día para entrar en la facultad de Medicina. Lo que nadie creía sucedió. Ingresé en la universidad. Deseaba no ser un médico común; quería entender no solo las enfermedades cardíacas, pulmonares y

hepáticas, sino también cómo pensaban los pacientes, cómo desarrollaban su personalidad, cómo construían sus zonas de conflicto, cómo nacían sus fobias, su ansiedad y su humor depresivo. Como un desesperado, quería saber también por qué algunas personas salían del papel de la gente común y producían el fantástico mundo de las ideas.

Pensaba, escribía y reflexionaba. Acumulaba cuadernos y más cuadernos en una época en que había pocos ordenadores. En el sexto año de Medicina, pasaba más de cuatro horas en el centro académico escribiendo, con mi vieja máquina, sobre psicología y filosofía de la mente. Parecía una locura mi proyecto, pero había liberado el pensamiento multiangular, no lograba dejar de crear, construir e imaginar.

Los profesores son profesionales más importantes que los psiquiatras y los jueces. Labran los terrenos de la inteligencia de los alumnos para que no se enfermen y no sean tratados por los psiquiatras, para que no cometan crímenes y no sean juzgados por los jueces.

A. CURY, en *Padres brillantes, maestros fascinantes*

Mis compañeros no entendían mi sueño, pero este me dominaba. Mi esposa, que también estudiaba Medicina, tampoco me entendía. Yo ya estaba casado desde hacía un año. Era uno de los alumnos más «secos» de la facultad, no tenía dinero para ir al cine o a un restaurante. Pero no me quejaba. Cuando la conocí, logré llevarla a tomar un zumo en un bar. De repente se me cayó del bolsillo un papel arrugado, con mis anotaciones.

Ella me preguntó de qué se trataba. Un poco incómodo, le respondí que estaba escribiendo sobre el comportamiento humano y que pensaba en escribir una nueva teoría psicológica sobre el funcionamiento de la mente. Ella se sobresaltó. Frunció la nariz. Y debió de haberse preguntado: «¿En qué me estoy metiendo?». Como el amor es ilógico, continuamos saliendo. En esa época yo no tenía coche, así que la llevaba a su casa en autobús. No había *glamour*. En cierta ocasión, el padre me invitó a almorzar en su casa y yo, avergonzado, no acepté. Fui a mi casa, pero no tenía más que una moneda en el bolsillo para comer. Me conformé con un pan seco. Nunca más olvidaré aquel delicioso bollo.

Al fin, ella se casó con ese excéntrico estudiante de Medicina. Cierta vez hizo una limpieza en la casa y, como todavía no valoraba mis escritos, sin darse cuenta tiró a la basura unos cuadernos míos de anotaciones.

Ella sabía que yo no podía dejar de pensar. Sabía que yo hacía lo que amaba. Vivía en un campo fértil, pero saturado de tempestades. Sin embargo aprendí que los perdedores ven los rayos y los vencedores ven en el mismo ambiente la lluvia y con ella la oportunidad de arrojar sus semillas.

La mayor tarea de un ser humano es ser líder de sí mismo, y la mayor tarea de un líder es salir de la platea, subir al escenario de su mente y ser autor de su historia.

A. CURY, en *Seja líder de si mesmo*

(Sé tu propio líder)

Pasaron más de diecisiete años, y yo había escrito miles de páginas sin ninguna convicción de que algún día se publicaran. De hecho, nadie quiso publicarlas. Fue una peregrinación de editorial en editorial. No conté con el apoyo de ningún escritor, pues no conocía a ninguno, solo a uno que me dio la espalda. No conté con el apoyo de ningún amigo o pariente, pues nadie conocía una editorial ni sabía cómo publicar libros.

Los textos eran complejos, no los había expresado en palabras simples ni había buscado aplicaciones prácticas en la psicología, la pedagogía o la sociología, como hago hoy. Tras un largo tiempo de espera, al fin publiqué mi primer libro, *Inteligencia multifocal*, pero me decepcioné. Casi nadie entendió lo que había escrito. Entonces resolví traducirlo en conceptos más comprensibles y aplicaciones prácticas; resolví democratizar la teoría.

Veinte años después, un sábado por la tarde, mi esposa y yo estábamos por casualidad en el mismo bar donde ella se había sobresaltado al saber que yo escribía sobre la mente humana. Nunca más habíamos entrado en aquel lugar porque nos habíamos mudado de ciudad. Justamente aquel día había salido una gran noticia en un importante diario nacional que decía que yo era el escritor más leído del país. Comentaba que millones de personas de varias naciones leían mis ideas. Relato este hecho con mucha humildad.

Se me llenaron los ojos de lágrimas. Comencé a recordar los años en que descifré el Código de la Resiliencia. Fueron muchas noches de insomnio, rechazos, incomprensiones y dificultades casi insuperables, pero sobreviví. Siempre tuve la convicción, al estudiar el escenario de la mente humana —y mucho más hoy, al escribir *El código de la inteligencia*—, de que nadie es más grande ni mejor que nadie. Cada ser humano es un mundo insondable por desvelar, incluso los que viven al margen de la sociedad. Como veremos, todo ser humano puede desarrollar el raciocinio histórico-social, histórico-psíquico, gerencial, esquemático e ir más lejos que yo.

Ya he escrito veinticuatro libros, y me alegra, no la fama, sino ser útil, saber que diversos profesionales están aplicándolos en las aulas, en los consultorios de medicina y psicología y en el área de recursos humanos. Mis experimentados editores de los Estados Unidos quedaron tan entusiasmados con la teoría que desarrollé que querían utilizar una publicidad exagerada —que no aprobé—, con un contenido que daba a entender «cómo

la psicología multifocal puede salvar a los Estados Unidos».

No me gustan los reflectores de los medios, porque soy un mero transeúnte en el escenario del tiempo. Como digo en *El vendedor de sueños*, «soy un eterno aprendiz que en el trayecto de la historia intenta entender quién es. Soy apenas un caminante en busca de sí mismo». Hay personas mucho mejores y más inteligentes que yo.

Lo que quiero enfatizar es que era el alumno más aislado de mi escuela y al final llegué a ser leído por intelectuales, consultado en universidades y para tesis académicas. Entre algunos homenajes con que me honraron, recibí el título de Miembro de Honor de una academia de genios de un instituto europeo. ¿Yo, un genio? ¿Un miembro de honor entre los genios? No creo. Ellos no conocen mi pasado. Suelo decir, en broma, que sé engañar muy bien.

Chistes aparte, más adelante comentaré que cada ser humano tiene una genialidad que supera los límites del código genético y que puede trabajarse, pulirse y esculpirse con los códigos de la inteligencia. Nunca debemos despreciar a un alumno, por mucho que nos decepcione. Nunca debemos excluir o rotular a un estudiante, por malo que sea su desempeño en las pruebas escolares.

Si hacemos una encuesta para ver cuáles son los alumnos a los que mejor les fue fuera del ambiente escolar, no encontraremos una relación por completo lógica con los que obtuvieron las notas altas en la escuela clásica. Es importante estudiar y asimilar. La cantidad de informaciones es una de las variables para el éxito. Pero la calidad y la utilización multifocal de esas informaciones son más importantes. Debemos tener claro que el provecho que se puede sacar de las pruebas es insuficiente para ser inventivo, versátil, seguro, competitivo, arrojado y determinado.

Algunos escalan escarpadas montañas, pero se intimidan ante las cumbres de sus frustraciones. Otros navegan en las vorágines del mar, pero se hunden a las primeras oleadas de sus angustias. Se convirtieron en grandes aventureros en el mundo físico, pero frágiles caminantes en el mundo psíquico.

A. CURY, en *Cambia tu vida*

Las pruebas escolares no evalúan los complejos códigos de la Autocrítica, de la Resiliencia, del Carisma, del Debate, del Altruismo, de la Intuición Creativa; solo evalúan los datos objetivos. La utilización errada de las pruebas puede destruir pensadores. No evalúan los fenómenos intrínsecos de la mente humana que son esenciales para el que quiera sobrevivir con salud y competencia en el escenario social. No evalúan los cinco grandes tipos de raciocinio no lineal. Solo evalúan un tipo, el lógico-matemático. Lo cual indica que esa evaluación es parcial, desastrosa y puede ser destructiva. Veamos.

Tres tipos de pensamientos: la elección equivocada

A partir de ahora comentaré uno de los mayores errores en el proceso de formación de pensadores que ha tenido lugar en la historia. Las sociedades y las escuelas, incluidas las universidades, eligieron, sin tener conciencia de esa elección, el pensamiento más pobre y restrictivo en el proceso de aprendizaje para desarrollar el intelecto humano y sus múltiples formas de razonar, pensar y crear. Hicieron la elección equivocada porque no sabían que existía más de un tipo de pensamiento.

Las brillantes teorías psicológicas, como las de Freud, Jung, Skinner y Piaget, no estudiaron en forma sistemática cuáles son los tipos de pensamientos que se representan en el escenario psíquico y cómo se procesa su compleja construcción. Esas teorías usaron el pensamiento para discurrir sobre la personalidad, las enfermedades psíquicas y el aprendizaje. Los grandes pensadores usaron poco el pensamiento para pensar el pensamiento.

Un ser humano sin historia es un libro sin letras, una foto sin imagen, un río sin naciente. Con lágrimas o júbilo, aciertos o fallos, nuestra historia es un tesoro insustituible...

A. CURY, en *Treinando a emoção para ser feliz*

(Entrenar la emoción para ser feliz)

Si analizamos día y noche, mes tras mes, cómo funciona nuestra mente, y registramos todo ese análisis, es posible llegar a la conclusión de que existen por lo menos tres grandes tipos de pensamiento. Dos conscientes y uno inconsciente. El pensamiento inconsciente se denomina «esencial» en la psicología multifocal. Los otros dos, los conscientes, se denominan «antidialéctico» y «dialéctico».

Antes de describirlos debemos recordar que la memoria de la corteza cerebral no se abre por completo en todo momento, sino por territorios específicos de lectura, por grupos de ventanas. La corteza tiene millones de ventanas, y cada una contiene por lo menos miles de experiencias e informaciones. Por medio de las ventanas interpretamos los estímulos, vemos la vida y reaccionamos a los sucesos.

Cuanto mayor es el número de ventanas abiertas, mayor será la dimensión del raciocinio. Si el número de ventanas es limitado, podemos transformar una cucaracha en un dinosaurio, un ascensor en un cubículo sin aire, un conflicto entre palestinos y judíos en un fenómeno insuperable. Podemos no resolver desavenencias, los conflictos y las relaciones tensas. Esta es la gran cuestión.

El problema es que el pensamiento que se usa en la educación y la comunicación

social, el pensamiento dialéctico, se apoya en un número reducido de ventanas. El uso excesivo del pensamiento dialéctico ha obstruido la inteligencia humana. Solo algunos vencen ese bloqueo y brillan como pensadores.

El que mira para abajo ve el mundo del tamaño de sus pasos. El que mira hacia lo alto ve el mundo espectacularmente grande, un mundo de oportunidades para explorar.

A. CURY, en *El maestro inolvidable*

Una magnífica construcción

El término «dialéctico» que usamos aquí no tiene el mismo significado que en determinadas teorías filosóficas.

«Dialéctico» significa, aquí, la construcción estructural del pensamiento a partir de un sistema de símbolos definidos, lógicos y formateados, en especial de los símbolos de la lengua.

El pensamiento dialéctico es aquel pensamiento que se procesa en nuestra mente a través de una voz inaudible, silenciosa y definida. Es posible que ese tipo de pensamiento inicie su formación en la vida intrauterina, cuando el bebé tiene contacto con el lenguaje o los códigos lingüísticos.

Después de miles o millones de códigos lingüísticos, que contienen palabras, verbos, sustantivos, e innumerables asociaciones y significados, archivados en las ventanas de la memoria por el fenómeno RAM, entran en escena otros fenómenos inconscientes que comienzan a leer de manera espontánea esos archivos y a procesar la construcción del pensamiento dialéctico. Este pensamiento es con frecuencia unifocal —enfoca apenas un solo ángulo—, y por eso también lo llamo «pensamiento uniangular».

En el caso de los sordos, la formación de este tipo de pensamiento se procesa a partir del lenguaje de las señas visuales. A través de los pensamientos dialécticos hemos realizado la mayor parte de las tareas intelectuales, producimos ideas (cadenas de pensamiento), describimos intenciones, meditamos situaciones, procesamos lecturas y establecemos diálogos.

Por lo tanto, los pensamientos dialécticos representan un sistema de código lingüístico mental aprendido a partir del sistema de código lingüístico sonoro o visual. Este sistema es fácilmente traducido en palabras, gestos y textos mucho más fáciles que los pensamientos antidialécticos.

¿Por qué las sociedades modernas están convirtiéndose en una industria de personas enfermas? Porque el sistema educativo está enfermo. Cuanto peor sea la calidad de la educación, más importante será el papel de la psiquiatría y de la psicología clínica en este siglo.

A. CURY, en *El vendedor de sueños*

Subrayo: como el número de ventanas que sustentan a los pensamientos dialécticos es reducido, también será reducida la dimensión de los diálogos, de la interpretación de los textos y de las ideas. Tomarán en cuenta un ángulo, un punto de vista, un panorama, mientras que lo ideal es que tomen en cuenta múltiples ángulos.

El otro pensamiento consciente se denomina «antidialéctico», «multiangular» o «multifocal». Como el nombre indica, no tiene un lenguaje definido, formateado y cerrado. Comienza a formarse más temprano que el dialéctico, dentro del útero materno, y se expande en la vida extrauterina, en especial cuando tomamos contacto con el universo de las imágenes y percepciones.

Usamos los pensamientos antidialécticos para descifrar sentimientos, aspiraciones, sensaciones, experiencias complejas, para imaginar, fantasear o producir imágenes mentales. El número de ventanas en que se apoya el pensamiento antidialéctico es mucho mayor que el del dialéctico. Por eso lo denomino también «multiangular», pues nos hace ver los fenómenos desde varios ángulos o focos.

A veces estamos angustiados. Lo sabemos por el pensamiento multiangular, pero cuando tratamos de describir nuestras angustias mediante las palabras, y por lo tanto en forma dialéctica, a menudo la gente no nos entiende.

¿Cuántas veces intentamos explicar nuestros conflictos, temores o preocupaciones, y no logramos hacernos entender? Es muy difícil lograr que otras personas entiendan el mundo anticódigo o sin símbolos de las emociones, dudas, frustraciones y congojas. Usamos las palabras de forma unifocal y esperamos que quien nos oye vea las diferentes facetas de nuestros sentimientos. Tarea compleja para una mente que no aprendió el lenguaje multiangular.

La sabiduría de un ser humano no está en cuánta conciencia tiene de que sabe, sino en cuán consciente es de que no sabe. La conciencia de la propia ignorancia es el primer paso en dirección a la sabiduría.

A. CURY en *O futuro da humanidade*

(El futuro de la humanidad)

Para entender mejor los tres tipos de pensamiento, imaginemos un cuadro en el que se ven el mar, las olas, las nubes y el sol. Sabemos que una imagen vale más que mil palabras.

Figurativamente hablando, podemos decir que la imagen del cuadro con toda su estética es el pensamiento antidialéctico o multiangular. La descripción de la imagen es el pensamiento dialéctico. El pigmento de la tinta es el pensamiento esencial.

Los pensamientos multiangular y dialéctico son virtuales, y por ello tienen una complejidad y una libertad creativa indescifrables. Solo por eso podemos pensar en el pasado y en el futuro, ya que lo único real es el presente. Solo por ser virtuales podemos pensar en objetos y personas sin que estén concretamente dentro de nosotros.

La imagen del cuadro es más compleja que la descripción de miles de sus detalles. Lo que demuestra que el pensamiento multiangular es más complejo que la descripción dialéctica del cuadro. Basta con mirarlo con ojos atentos y tendremos millones de detalles, sin necesidad de describirlos.

El pensamiento multiangular, como hace en fracciones de segundos una lectura de cientos o miles de ventanas de la memoria de manera simultánea, se utiliza en todas las vertientes de la imaginación, el análisis, la reflexión, la interiorización y la intuición creativa. Las personas ciegas de nacimiento también producen con mucha destreza el pensamiento multiangular. Tienen imágenes mentales, son capaces de pensar «en colores». La imaginación tiene una versatilidad indescifrable.

No tiene un sistema de código definido, formado y lógico. Se apoya en múltiples áreas conscientes e inconscientes de la memoria, y por lo tanto tiene gran amplitud histórica, existencial y emocional esquemática. El pensamiento dialéctico, en cambio, se apoya en una cantidad limitada de ventanas, por lo cual tiene una amplitud reducida, además de la restricción impuesta por la necesidad de traducirse lingüísticamente para ser expresado por una voz mental inaudible o sonora.

Sin embargo, en vez de usar el pensamiento multiangular como herramienta fundamental para desarrollar los amplios aspectos del raciocinio por ser más abarcador e imaginativo, usamos el pensamiento uniangular, que es cerrado y estrictamente lógico.

Los padres, profesores, profesionales liberales, ejecutivos y diplomáticos usan con frecuencia el peor tipo de pensamiento para comprender, intervenir y razonar. Cometan errores graves al evaluar a sus hijos, alumnos o colegas. Juzgan de modo precipitado, critican sin ponerse en el lugar de los demás y sin ver sus fallos desde múltiples ángulos.

Este error generó y sigue generando consecuencias serias en la formación de pensadores, en la construcción de soluciones y en la producción de una sociedad más justa, sensibilizada con los códigos de los que hablamos.

Las palabras traicionan: error de diagnóstico

Un joven dijo: «Siempre debemos ser amables con las personas. Es maravilloso ayudarlas a cuidar de su bienestar». Otro expresó el pensamiento: «De vez en cuando es bueno ayudar a la gente». ¿Quién produjo un pensamiento multiangular?

No se puede saber juzgando apenas los códigos dialécticos. Si lo hacemos, podremos equivocarnos mucho, como se equivocan los que se dejan cautivar por las palabras de políticos, celebridades y líderes espirituales explotadores.

En nuestro ejemplo, parece que fue el primero el que produjo el pensamiento más profundo, multiangular y antidialéctico, pero en realidad fue el segundo. El primero produjo un concepto bello, pero su pensamiento fue unifocal. Dentro de él, las palabras «bienestar» y «ser amable» no se apoyan en múltiples ángulos o múltiples experiencias existenciales, altruistas o afectivas. No tienen el significado que imaginamos. Son palabras vacías, superficiales. Observando su historia, descubrimos a una persona agresiva, egoísta, egocéntrica y violenta. Capaz de matar a alguien si lo contrarían.

Cuando salimos del útero materno hacia el útero social, lloramos; cuando salimos del útero social hacia el útero de una tumba, otros lloran por nosotros. La historia humana está siempre regada de lágrimas...

A. CURY, en *El vendedor de sueños II*.

La revolución de los sinónimos

El segundo manifestó un pensamiento simple, pero en su interior, al expresar «es bueno ayudar a las personas», la palabra «ayudar» tiene gran significado existencial, se apoya en varios ángulos. Y la combinación de las palabras «es bueno ayudar» se construyó sobre el cimiento de múltiples ventanas que contienen emoción, preocupación, afectividad y generosidad.

Las palabras y los discursos siempre nos traicionan, en especial cuando desconocemos el escenario psíquico. Hay psicópatas que disfrazan sus intenciones con gran facilidad.

Los seis tipos de raciocinio

La escuela ha usado de manera sistemática el pensamiento dialéctico para que los alumnos aprendan a escribir, interpretar la historia, interpretar textos, construir relaciones, autoconocerse o hacer cálculos. ¿Por qué? Porque es más fácil de manipular, es más

lógico y comunicable.

Durante mi producción de conocimiento sobre el proceso de construcción de pensamientos y sobre el proceso de formación de pensadores, me hacía con frecuencia estas preguntas:

¿Cuál es el principal pensamiento usado en la intuición creativa? El multiangular.

¿Cuál es el principal pensamiento usado por los pensadores para producir grandes ideas? El multiangular, aunque no supieran que lo estaban utilizando.

¿Cuál es el tipo de pensamiento que descifra con mucho más eficiencia el Código del yo como gestor psíquico, el del Altruismo, el de la Resiliencia, el de la capacidad de ponerse en el lugar de los otros? Una vez más, el pensamiento multiangular.

Los pensamientos dialécticos son buenos ladrillos para utilizar con el fin de repetir informaciones, pensar con lógica, obedecer órdenes y reclutar soldados para una guerra, pero no para crear, inventar, innovar, rehacer, recomenzar, organizar, armar rompecabezas, reflexionar, vislumbrar o hacer análisis históricos y existenciales. Para esas funciones necesitamos el pensamiento multiangular. Einstein liberó el pensamiento antidialéctico o multiangular y, en consecuencia, expandió su intuición creativa. Sus sensaciones y su capacidad de observar, esquematizar, imaginar y deducir, se ampliaron muchísimo. Eso marcó toda la diferencia en su proceso de construcción de conocimiento.

Cuando Einstein murió, un médico robó su cerebro porque quería estudiarlo y dejarlo como legado para la humanidad. ¡Qué actitud ingenua! Existen cortezas cerebrales privilegiadas que tienen una capacidad de almacenamiento de datos muy superior al promedio. Pero un depósito cerebral abarrotado de informaciones jamás determina una capacidad de construir brillantes ideas, agudas percepciones o conocimientos nuevos que rompan la cárcel de la monotonía. Ni mucho menos determina los más altos niveles de razonamiento, como estudiaremos. Los principales secretos de la mente de Einstein estaban en los códigos que descifró mediante el pensamiento multiangular, no en su corteza cerebral. Estaban en su capacidad de imaginación, no en la capacidad rígida y dialéctica de ver el mundo y sus sucesos. Por eso, el propio Einstein, sin conocer los tipos de pensamiento, acertó al decir que para él la imaginación era más importante que el conocimiento.

El genio de la física fue uno de los cerebros más brillantes de la humanidad porque usó el pensamiento adecuado, pero no aplicó ese pensamiento para descifrar el Código de la Resiliencia y el del Altruismo en la relación con su hijo psicótico. Por eso lo abandonó.

Todos los grandes pensadores usaron, sin tener plena conciencia, el pensamiento más amplio y profundo de la mente humana. Claro que todo *Homo sapiens* utiliza dos tipos de pensamiento consciente, pero tiende a usar mucho más el pensamiento dialéctico.

Jesús insistía en decir que era hijo de la humanidad: «Soy el hijo del hombre». Tal expresión asombrosa revela que él no tenía raza, color, nacionalidad ni religión. Fue el primer hombre sin fronteras, pero los hombres quieren aprisionarlo en sus mundos y dogmas y convertirlo en su propiedad.

A. CURY, en *El maestro de las emociones*

Si pusieran un vaso frente a nosotros y nos pidieran que escribiéramos un texto, tal vez no tendríamos mucho que decir si usáramos el pensamiento dialéctico. Hablaríamos sobre el volumen, la consistencia o la transparencia.

Pero si viajáramos por los límites del pensamiento multiangular, podríamos liberar la imaginación y escribir libros y más libros. Podríamos hablar sobre la vibración de los átomos, la desorganización de las moléculas, la posición espacio-temporal, la teoría del caos, las lágrimas y los sueños del obrero que labró el material, los sentimientos secretos de quien lo fabricó, la relación entre el artista y la obra, o la naturaleza social del vaso. Por supuesto que el texto que escribiríamos sería dialéctico, pero se basaría en incontables imágenes históricas, existenciales y filosóficas multiangulares.

Como investigador de la compleja inteligencia humana, no me inclinaría ante ninguna autoridad política ni ninguna celebridad, pero sí ante todos los profesores y alumnos del mundo. Solo ellos pueden cambiar el escenario social.

Ellos son los actores insustituibles.

A. CURY, en *El vendedor de sueños II*.

La revolución de los anónimos

Ahora que hemos visto estos fascinantes ladrillos, comentaré los seis grandes tipos de raciocinio en que pueden usarse. Todo lo que diré a continuación es apenas una síntesis.

1. *Raciocinio lógico-lineal*. Es el raciocinio matemático, cartesiano, lineal, capaz de deducir fórmulas, verificar datos e inferir consecuencias lógicas. Se basa en el binomio estímulo-respuesta. A través de este se producen las maravillas tecnológicas y también las reacciones instintivas «ojo por ojo, diente por diente»; por lo tanto, es de muy poca utilidad para resolver conflictos psíquicos, sociales, prevenir la discriminación, descifrar el código de la gestión psíquica, del carisma y del altruismo. Este raciocinio es el que más se aproxima al lenguaje de los ordenadores.
2. *Raciocinio histórico-social*. Es el que analiza la historia humana, los hechos, las circunstancias, las causas políticas, sociales, económicas y físicas. Este raciocinio, como los demás que describiremos, si se elabora bien, propicia el terreno para el desarrollo de los nueve códigos de la inteligencia aquí comentados.

3. *Raciocinio histórico-psíquico*. Es el que razona sobre la historia psíquica, el autoconocimiento, la autoconciencia, los traumas, los conflictos, las experiencias dolorosas, las experiencias placenteras y los vínculos interpersonales.
4. *Raciocinio psicogerencial*. Es el que analiza el escenario psíquico, coloca al yo como gestor de la psiquis, suministra medios para hacer la mesa redonda del yo, reedita la película del inconsciente y filtra los estímulos estresantes.
5. *Raciocinio existencial*. Es el que alimenta el pensamiento filosófico, el arte de la duda, el arte de la crítica, el arte de la contemplación, el deslumbramiento con el fenómeno de la existencia, su finitud, sus límites, sentidos y proyectos de vida.
6. *Raciocinio esquemático*. Es el que organiza los demás raciocinios, sintetiza y sistematiza. Es el raciocinio de las grandes conclusiones, que despeja los meandros de la historia social, psíquica, gerencial, existencial y lógica.

Juzgar comportamientos es un raciocinio lógico-lineal; analizar las causas es un raciocinio histórico-psíquico. Excluir por color de piel, religión o casta social es un raciocinio lógico-lineal; incluir, solidarizarse y apoyar es un raciocinio histórico que abarca lo psíquico, lo social y lo existencial.

El que ama el poder no es digno de él. Con certeza, lo usará para controlar a la gente y perpetuarse en él.

A. CURY, en *El vendedor de sueños II*.

La revolución de los anónimos

Tener ataques de celos y envidia es un raciocinio lógico-lineal; comprender y dar libertad son raciocinios multiangulares.

Elegimos el pensamiento dialéctico y el raciocinio más débil para educar a los niños y formar su personalidad. Este error educativo, sumado al SPA y a la negligencia en cuanto a descifrar los códigos de la inteligencia, me llevan a creer, infelizmente, que estamos formando una masa de jóvenes que estarán preparados para convivir con ordenadores pero no con personas. La educación no necesita remiendos, sino una revolución.

Los actos suicidas y el pensamiento lineal

El pensamiento dialéctico debería usarse de manera preponderante en el primer tipo de raciocinio, el lógico-lineal. Los demás raciocinios requieren el desarrollo del pensamiento multiangular, porque de lo contrario no se desarrollarán, como ha ocurrido en la actualidad. Las discriminaciones, los conflictos raciales, la violencia social, los ataques

terroristas y los trastornos psíquicos se perpetuarán si insistimos en usar el pensamiento que utiliza pocas ventanas de la memoria. No debemos esperar que la solidaridad, la tolerancia, la capacidad de ponerse en el lugar de los otros, el altruismo y el carisma se expandan sin que entrenemos el uso del pensamiento multiangular o imaginativo para desarrollar los más nobles tipos de raciocinio.

Los actos suicidas tienen muchas causas, pero lo que lleva a un acto suicida no son los motivos, sino la manera de construir el raciocinio. Si la construcción es uniangular, la traición, la frustración, la enfermedad física, las pérdidas, en suma, las causas que provocan la crisis de un suicida le resultarán insuperables.

Voy por el trayecto del tiempo en busca de mí mismo. Hasta hoy no sé quién soy, pero soy un caminante, no un conformista.

A. CURY, en *El vendedor de sueños*

Si, por el contrario, la construcción es multiangular, revisará su historia, examinará sus principios, analizará la dimensión de las causas, evaluará el significado de las personas y pensará en las consecuencias de su acto, incluso como acto punitivo.

No hace mucho tiempo perdí a un amigo. Cambiaré los datos para preservar su intimidad. Por desgracia, vivía a más de quinientos kilómetros de mi casa. Yo no sabía que atravesaba un desierto psíquico. Tenía tres hijos que sufrían problemas. Sentía que lo habían abandonado. No admitía que estuvieran consumiendo drogas. Se sentía deshonrado, no querido y, además, fracasado como padre.

Era culto, pero no sabía hablar de sí mismo. No descifró el código del filtro psíquico; sus frustraciones le causaron un derrumbe psíquico. No descifró el Código del Carisma, no sabía conquistar a personas difíciles, no tenía la flexibilidad para sorprender a sus hijos. No se reunió con sus angustias, su desesperación ni su falta de sentido existencial, para descifrar el Código de la Resiliencia. Era un esclavo más viviendo en una sociedad libre.

Hasta que al fin no soportó más la mazmorra psíquica: se quitó la vida. Fue un acto lamentable. Me entristeció mucho no haber podido ayudarlo. Otro ser humano que tenía sed y hambre de vivir asfixió millones de células de su cuerpo para silenciar su dolor.

Es triste observar que los actos suicidas van en aumento. Solo en China se suicidan más de doscientas mil personas por año. El que se suicida tiene un raciocinio lógico-lineal, por lo menos en el período de crisis. Como he dicho en otros textos, los que desean cerrar sus ojos a la vida no tienen la comprensión filosófica y multiangular del fin de la existencia. En realidad buscan linealmente aliviar su dolor. Tienen una enorme sed de vivir y ser felices, pero no saben cómo.

Todo suicida que penetra en las fronteras del pensamiento antidialéctico o multiangular se echa atrás en sus actos. Para prevenir ese drama es necesario no solo actuar en las causas estresantes, sino sobre todo ampliar las formas de razonar.

Las universidades, con las debidas excepciones, son templos enfermizos, que forman personas enfermas para vivir en una sociedad enferma. Preparan jóvenes para decir «amén» al sistema, en lugar de repensarlo.

A. CURY, en *El vendedor de sueños II*.

La revolución de los anónimos

Jesús sorprendió con el raciocinio multiangular

Los mayores errores que cometimos con quienes más amamos, las palabras que nunca deberíamos haber pronunciado, las reacciones que nunca deberíamos haber expresado, los reproches que nunca deberíamos haber hecho y las presiones que nunca deberíamos ejercer tuvieron lugar porque usamos el pensamiento restringido, unifocal y dialéctico.

En cierta ocasión estaba cenando con mi hija mayor, que está terminando la carrera de Psicología. Le hablé sobre las graves consecuencias de que la educación no entrenara en los múltiples tipos de raciocinio. Ella me preguntó: «Papá, ¿recuerdas cuándo me entrenaste para usar el pensamiento multiangular?».

Lo pensé y le respondí: «Desde que eras una niña. Cuando veía a alguien en la calle, un mendigo, un anciano o cualquier persona, te preguntaba: “¿Quién es esa persona? ¿Qué está pensando en este momento? ¿Cuáles son sus sueños? ¿Cuáles fueron sus lágrimas?”». Mi hija completó: «Cuando paseábamos en automóvil durante la noche por las calles, veías una luz en la oscuridad y también preguntabas: “¿Quién vive en esa casa? ¿Qué han oído esas paredes? ¿Cuáles son los temores y las osadías que han vivido sus habitantes?”».

Después de decirme esto, se entristeció al recordar que algunos profesores de Psicología hablan de las enfermedades psíquicas sin tener en cuenta al enfermo, sin valorar su complejidad y creatividad. No muestran que cada ser humano tiene un mundo fascinante para desvelar. No desarrollan el raciocinio existencial, histórico-psíquico o histórico-social.

En el pasado, hubo algunos que desarrollaron esos raciocinios con intensidad. Buda, Confucio, san Agustín y tantos otros. Cristo fue notable en esta área. Cuando moría en la cruz, tuvo la osadía de decir: «Perdónalos, Padre, porque no saben lo que hacen». Este pensamiento escandaliza a la psicología, la sociología y la filosofía.

El sistema educacional perdió el foco. Enseña a los alumnos de todo el mundo el pequeño átomo que nunca veremos y el inmenso espacio que nunca pisaremos, pero no les enseña a conocer lo más importante y cercano de todos los espacios: el psíquico.

A. CURY, en *Padres brillantes, maestros fascinantes*

Yo, que fui uno de los más férreos ateos de esta tierra, quedé asombrado al analizar la dimensión histórico-social-existencial de este pensamiento en el ápice del dolor físico y emocional. Era de esperar que lo dominara el pensamiento dialéctico, el raciocinio lineal, que lo controlara el odio o el miedo, pero, de manera sorprendente, abrió numerosas ventanas de su memoria y desarrolló el más excelente raciocinio, expandió en plenitud su intuición creativa.

Es probable que, al abrir las ventanas de su mente, haya empleado el pensamiento multiangular para hacer un repaso instantáneo de su infancia, su adolescencia y su vida adulta. Analizó la fragilidad humana, sus conflictos y contradicciones. Reflexionó sobre la traición de Judas, la negación de Pedro y otras graves frustraciones que le causaron sus amigos. Analizó las causas psíquicas y sociales que controlaban a sus verdugos y, de ese modo, logró ponerse en el lugar de ellos y entender desde múltiples ángulos lo que había detrás de la fachada de sus comportamientos agresivos. Hizo lo que rara vez hace un ser humano cuando se halla en aguas emocionales tranquilas.

Sus torturadores actuaron sin rastro de humanidad o afectividad. Pero el Maestro de maestros comprendió que ellos no habían aprendido a descifrar los códigos del altruismo, de la autocrítica, de la capacidad de pensar antes de reaccionar. Disculpó a hombres inexcusables, los protegió y los perdonó porque sabía que eran víctimas de una educación social enferma que no ampliaba el raciocinio ni estructuraba el «yo» como líder de sí mismo.

El que corrige al insensato es objeto de agresión. El que lo deja perderse en su caos le da oportunidad de reconstruirse.

A. CURY, en *El vendedor de sueños II*.

La revolución de los anónimos

Nunca en la historia la gestión de la psiquis alcanzó niveles tan nobles. Nunca la generosidad y la tolerancia llegaron a estatus tan sublimes. No definiendo ninguna religión. Pero he cambiado mi mente al analizarlas. Por desgracia, las religiones y el sistema educativo fallaron mucho al no estudiar los códigos de la inteligencia de Cristo. Se

habrían evitado muchas atrocidades.

Los psicópatas clásicos

Hitler tenía brillantes pensamientos dialécticos, incluso en el trato con su perra. Si observamos sus discursos, en apariencia veremos a un hombre afectivo y sensible. Sin embargo, el número de ventanas que sustentaban sus ideas era reducido. No le daba medios para ponerse en el lugar de los otros, para asombrarse ante el fenómeno de la existencia o para pensar antes de reaccionar.

Pero la gran pregunta es: ¿Hitler tenía en su memoria experiencias suficientes para generar un pensamiento multiangular, para ver a los judíos como miembros de su especie, para sentir compasión y solidaridad? Tal vez la respuesta resulte chocante, pero es afirmativa. Sí, las tenía. De lo contrario no habría seducido a una nación inteligentísima, como ya he comentado. El problema es que su pensamiento era uniangular.

Su yo era un pésimo gestor de su psiquis. No abría múltiples ventanas de la memoria al mismo tiempo; por lo tanto, no desarrollaba un raciocinio histórico, existencial, esquemático y capaz de descifrar los códigos de la inteligencia. Aunque tuviera un poderío militar sin precedente, Hitler era débil, frágil e infantil, en el mal sentido de la palabra.

Un yo frágil cree en verdades absolutas, tiene un pensamiento lineal, elimina el arte de la duda y, por eso, es incapaz de descifrar el código de la autocrítica. No podemos engañarnos: un hombre con raciocinio dialéctico brillante puede matar, violar y destruir sin piedad.

Stalin, del mismo modo, tenía mérito en sus raciocinios dialécticos. Defendía el nuevo orden social, el socialismo, con pasión y fervor.

Pero era paranoico. Tenía idas de persecución. Carecía de un raciocinio histórico, existencial y, menos aún, esquemático. No era gestor de su psiquis, no tenía autocrítica y desconocía el arte de la duda. Era mentalmente lógico-lineal.

En su biografía hay reacciones que nos dejan perplejos. Stalin podía ordenar matar por la noche a hombres que inventaba que eran sus enemigos, y a la mañana siguiente desayunar con las esposas de estos como si nada hubiera sucedido. Personas así nunca deberían asumir el poder. Probablemente, solo el uno por ciento de los líderes políticos, empresariales y espirituales esté preparado para asumir el poder con dignidad.

Nunca hubo tantos esclavos en sociedades democráticas. Esclavos en el único lugar donde deberíamos ser libres:
en el territorio de nuestra mente.

Ranking incorrecto

No se reconoce a los psicópatas por la voz, por la dimensión de las palabras dialécticas o por el discurso en ambientes estresantes. Pueden decir cosas más hermosas que una persona que tiene raciocinio multiangular; la diferencia radica en que pueden matar y herir con gran facilidad y sin cargo de conciencia.

El sentimiento de culpa depende del pensamiento multiangular, depende de revisiones de extensas áreas de la memoria; como usan poco este pensamiento, poco se ponen en el lugar de los otros y poco les importan las consecuencias de sus comportamientos.

Me entristezco cuando veo el *ranking* de los países que tienen mejor educación. ¿De qué educación se trata? La que evalúa el raciocinio lógico-lineal: matemática, física, química y otras materias. Y ¿los otros raciocinios? Y ¿los códigos de la inteligencia? Parece que los países que están en la cima de la lista se hallan libres de cometer atrocidades. Grave engaño.

De esos países pueden salir, del mismo modo, líderes que aplastarán un mosquito con un cañón, que excluirán, discriminarán y anularán. Basta con disponer de las condiciones sociales estresantes para que despierten los monstruos alojados en el inconsciente.

¿Por qué es inusual producir pensadores, ingenieros de ideas y constructores de nuevos conocimientos?

¿Por qué es inusual formar grandes líderes, humanistas, inventivos y versátiles? Erramos el blanco. No aprendemos a usar el pensamiento multivariable, multiangular y multifocal.

Todos tenemos una genialidad que explorar

En algunos países mis libros también se han utilizado para ayudar a superdotados, a genios, a comprender el funcionamiento de la mente, con el objeto de aprovechar mejor su potencial. De lo contrario, ser un superdotado se convierte en una fuente de conflictos. Para mí, que investigo sobre el universo de la inteligencia, dentro de cada ser humano hay una genialidad que no es elaborada, expandida y pulida.

Esa genialidad solo sale a la superficie cuando desciframos los códigos de la inteligencia, sobre todo la intuición creativa. Los genios clásicos, aquellos que tienen puntuaciones altísimas en determinados test de inteligencia, pueden mostrar un pésimo

desempeño en el test existencial, intelectual, profesional, afectivo y social. Desperdiciarán sus talentos.

Los niños y los adolescentes aprenden a leer y escribir, pero no a imaginar. Aprenden a calcular, pero no a observar. Aprenden a acumular datos, pero no a deducir o expandir el raciocinio esquemático. Aprenden a repetir informaciones, pero no a construir.

Los jóvenes deberían hacer ejercicios de imaginación, creación e inventiva. Deberían aprender a pensar menos con los símbolos lingüísticos y más con la imagen mental; deberían acallar la voz inaudible del pensamiento y liberar la de la percepción.

Hay personas que no tienen una mente fotográfica, que no son especialistas en recordar hechos y datos, pero mediante un aprendizaje intuitivo o educativo desarrollan capacidades para superar sus dificultades, crear oportunidades en medio de la turbulencia social y reaccionar con madurez cuando las ofenden, humillan o excluyen.

Algunos se castigan porque creen que tienen pésima memoria. Se juzgan incapaces, «ignorantes», mentalmente deficientes. Al terminar de leer una página de un libro, sienten que no fijaron ninguna información. Después de escuchar la charla de un profesor, sienten que no registraron nada.

No entienden que, salvo casos en que hay procesos congénitos, genéticos, degenerativos o mecánicos, no existe memoria mala o débil. Lo que existen son personas que «viajan» demasiado, piensan tanto que se concentran poco. Se distraen con una facilidad increíble. Al leer dos o tres líneas de un diario salen del papel y se van volando con sus ideas. No fijan lo que leen. Y no lo recordarán, porque en realidad no leyeron, sino que apenas pasaron la vista por el texto. Tienen excelente potencial intelectual, pero las pruebas escolares no lo demuestran; por el contrario, indican que poseen «bajo nivel de inteligencia».

Las pruebas deberían validar todo raciocinio esquemático, toda inventiva, toda «rebeldía» intelectual. Ya lo he dicho en el libro *Padres brillantes, maestros fascinantes*, y lo repito: es posible calificar con un diez al que se equivocó en todos los datos, si usamos los parámetros de otros raciocinios.

Mis pacientes autistas, cuando dan un salto en la construcción de pensamientos y en la formación de vínculos sociales, suelen tener un raciocinio sorprendentemente mejor que otros niños. ¿El motivo? No fueron contaminados con el uso excesivo de los pensamientos dialécticos. Aprendieron a usar el pensamiento imaginativo.

Los niños son bloqueados en ámbitos insospechados

¿Cuál es el período en que los niños más preguntan, cuestionan e indagan? Todos sabemos que en la primera infancia. Es durante esa época cuando más imaginan y más

dudas les surgen. Lo preguntan todo, sin miedo a la respuesta, sin miedo a que los ridiculicen.

El mundo de las preguntas dialécticas surge en el mundo de la imaginación dialéctica.

A medida que avanzan en los años escolares y tienen más acceso a informaciones y, por lo tanto, deberían ser más cuestionadores, se callan. Saben tan poco como sabían antes, tienen millones de dudas, pero han bloqueado el pensamiento multiangular.

¿Cómo lo han hecho? A través de incontables ventanas producidas por la educación clásica, cargada de la necesidad de dar respuestas precisas, del miedo a equivocarse, a las críticas y a las burlas. Liberar la imaginación es inventar y reinventarse, es una rebelión saludable contra las fronteras del pensamiento cerrado, contra los paradigmas. Pero rebelarse de manera positiva se convierte en una actitud prohibitiva.

La gran paradoja en la relación padres-hijos es que los padres también sofocan el pensamiento imaginativo de los niños. Cuando los hijos son bebés, los progenitores son inventivos, multiangulares: juegan, corren, les hacen cosquillas e imaginan mil maneras de sacarles una sonrisa. Cuando crecen, los padres dejan de ser inventivos, no se aventuran, no los estimulan a descifrar el Código de la Intuición Creativa. Se convierten en un manual de reglas dialécticas.

Construir oportunidades

Entre crear oportunidades y esperar que aparezcan hay más diferencias de lo que piensa nuestro tímido intelecto. Crear oportunidades es depender de uno mismo; esperar que aparezcan es depender de los demás. Crear oportunidades es regar la tierra; esperar que aparezcan es aguardar la lluvia. Crear oportunidades es liberar la imaginación; esperar que aparezcan es depender de la suerte.

¿Creas oportunidades para trabajar o esperas que te ofrezcan un espacio? ¿Buscas oportunidades para tener un mejor desempeño profesional o esperas que mejoren la economía, las condiciones sociales y el país? Muchos aman los árboles, pero no quieren ensuciarse las manos para sembrarlos y cultivarlos.

Sin descifrar el código de la creatividad, la pérdida del empleo podrá ser desértica, pero si lo desciframos, podrá ser el comienzo de una buena nueva jornada. Sin creatividad una reacción de desprecio podrá destruir nuestra autoestima; con ella podemos consolidarla.

El que descifra el Código de la Intuición Creativa cuenta con más posibilidades de juntar sus pedazos y reconstruirse, tiene más posibilidades de reencontrarse cuando no hay camino que transitar.

El que lo descifra sabe que no existen personas difíciles, sino personas que necesitan

llaves especiales para abrir su psiquismo. Esperar que se abran y reconozcan su rigidez podrá ser una ilusión que nunca se materializará. Morirán impenetrables. Es preciso liberar nuestra creatividad para encontrar un niño dentro de un general, un ser humano dentro de un dios.

Posibles consecuencias para el que descifra el código de la Intuición creativa:

1. Abre las ventanas de su mente para construir un raciocinio histórico-social, histórico-psíquico, existencial y esquemático.
2. Se vuelve versátil, perspicaz, flexible e inventivo. Libera su imaginación y libera su pensamiento multiangular o antidualéctico.
3. Libera su capacidad de inspiración y sus aspiraciones.
4. Aprende a dar respuestas inteligentes en situaciones estresantes. Ve sus problemas y los problemas sociales desde múltiples ángulos.
5. Revela liderazgo, cautiva a las personas que lo rodean. Rompe la cárcel de la monotonía. Hace de la vida una aventura.

Posibles consecuencias para el que no lo descifra:

1. Se vuelve cerrado, hermético, rígido y austero.
2. Da las mismas respuestas a los mismos problemas. Repite los mismos errores con frecuencia.
3. Construye un raciocinio uniangular, lineal, lógico y exclusivista. Se vuelve especialista en juzgar, en lugar de escuchar.
4. Ve sus problemas como insuperables. Es víctima de los celos y de la envidia. El éxito de los demás lo incomoda. Se vuelve insatisfecho. Vive aburrido preso en las redes de la monotonía.

Descifrar el Código de la Intuición Creativa: ejercicios

1. Aprender a pensar desde múltiples ángulos, considerar hechos históricos, sociales, psíquicos y existenciales, en la organización esquemática del raciocinio.
2. Ejercitar a diario la liberación del pensamiento multiangular, antidualéctico o imaginativo. Luchar contra toda forma de pensar unifocal, uniangular y cerrada.
3. Usar el arte de la duda para cuestionar verdades absolutas y paradigmas rígidos.

Entrenar la capacidad de abrir al máximo las ventanas de la memoria en los focos de tensión.

4. Superar la trampa del conformismo y el miedo a atreverse. Tener coraje para recorrer caminos inexplorados.
5. Soltar la mente humana. Ver el caos como oportunidad creativa. No tener miedo de pensar de manera diferente.

OCTAVO CÓDIGO DE LA INTELIGENCIA: *CÓDIGO DEL YO COMO GESTOR DE LA EMOCIÓN*

El Código del yo como gestor de la emoción es el código que nos ubica como administradores de sentimientos, gestores de la inseguridad, de los temores, los miedos, las angustias, el humor triste, los celos, el sufrimiento y la aflicción. Es el código que da un golpe de lucidez a las emociones, recicla su control de calidad, y prepara el terreno para que cultivemos la tranquilidad, el placer, el júbilo, el deleite y el goce existencial.

Vamos a recordar la estructura y los papeles del yo. El yo representa nuestra autoconciencia, la conciencia sobre quiénes somos, lo que somos y dónde estamos y lo que queremos. Representa nuestra capacidad de elegir, decidir, trazar caminos y establecer metas. El yo, en teoría, debería ser el agente modificador de nuestra historia.

Digo «debería ser» porque con frecuencia el yo no asume los papeles vitales, no desarrolla un raciocinio multiangular para ser autor de su historia. Es casi increíble comprobar que estamos en la era de la informática, de la transmisión de datos vía satélite, del genoma, de la robótica y, sin embargo, seguimos en la Edad de Piedra en cuanto a la actuación del yo como gestor psíquico.

¿Has pensado cómo sería si el yo tuviera plena libertad de ser un gestor de la emoción, así como se pilota un avión, se conduce un automóvil o se controla el presupuesto de una empresa? Desterraríamos el tedio, tendríamos acceso a los placeres más intensos, la tranquilidad sería nuestra playa, y la satisfacción, nuestro espacio más secreto.

El individualismo se multiplicaría, porque no necesitaríamos amar, intercambiar, relacionarnos ni convivir; en fin, no necesitaríamos las relaciones interpersonales como fuente de placer. La poderosísima industria de los antidepresivos y los tranquilizantes desaparecería. La del ocio menguaría. La de la moda fracasaría. No necesitaríamos visitar museos ni tomar un buen vino. Porque bastaría con que el yo decidiera embriagarse para que la emoción se sometiera a él.

Nunca vamos a ser gestores plenos de la emoción; pues las consecuencias serían escandalosas en algunas áreas. Pero si dejamos en el aire ese proceso de gestión, las consecuencias serán igualmente serias.

Pésimos gestores

Sería absurdo si observáramos a un conductor quitar las manos del volante y dejar que el coche avance a su antojo. Habría choques y se producirían consecuencias imprevisibles. Pero ese absurdo ocurre en nuestra psiquis. Las personas dejan sus emociones sueltas, sin dirección, sin dominarlas ni siquiera en un grado mínimo. Se someten a su humor triste, fóbico, depresivo, pesimista, como si fueran marionetas, como si carecieran de poder de gestión. No tienen conciencia de que esas emociones quedan registradas en segundos en los bastidores de su mente, y una vez archivadas nunca más pueden borrarse.

Como hemos visto, en el código del yo como gestor del intelecto, a lo sumo usamos técnicas de bajo nivel de eficiencia, que realizan una gestión rudimentaria de la psiquis: 1) tratar de dejar de sentir; 2) tratar de olvidar; 3) tratar de distraerse, y 4) tratar de cambiar la emoción. Como comenté, no se cambian ni se transforman las emociones así como así. Hace falta un choque de gestión. Es importante entender las causas que generan las emociones, pero es igualmente importante ejercer su administración psicodinámica.

Jamás un ser humano será un gran líder en el escenario social si antes no es un gran líder en el escenario psíquico. Los dictadores no obedecieron esa ley. Fueron frágiles, aun con el poder en las manos.

A. CURY, en *El vendedor de sueños II*.

La revolución de los anónimos

Resulta importante estudiar la génesis de los traumas, el cimiento histórico de los conflictos, pero es igualmente importante entrenar el yo para actuar como director del funcionamiento emocional. Emociones que podrían administrarse con la simple actuación del yo a veces tardan meses en resolverse. Para descifrar el Código del yo como gestor de la emoción es necesario usar de forma sistemática las siguientes herramientas:

1. Hacer la mesa redonda del yo contra todas las emociones que nos controlan, anulan o fomentan conflictos.
2. Proteger la emoción evitando exigir a los demás lo que no puede darnos.
3. Proteger la emoción entregándose sin esperar en demasía una retribución.
4. Proteger la emoción entendiendo que detrás de una persona que hiera hay una persona herida.
5. Ser libre de la dictadura de la respuesta. No gravitar en la órbita de lo que los demás piensan o hablan de uno. Tener órbita propia.
6. Desarrollar la conciencia de que el territorio emocional es un espacio particular e inviolable, y no tierra de nadie. No dejarse invadir sin permiso del yo.

7. Ser autodeterminado, tener metas claras, tener conciencia de la propia identidad y de nuestras capacidades, aunque «el mundo se venga abajo» y los proyectos salgan mal.
8. Ser selectivo, dar prioridad a las cosas relevantes, no dejarse llevar por nimiedades ni alterar la tranquilidad por cosas intrascendentes.
9. Desacelerar los pensamientos, administrar el SPA (Síndrome del Pensamiento Acelerado), que en la actualidad es la mayor fuente de insatisfacción y ansiedad.
10. Rediseñar el estilo de vida, ser pausado, medido y caminar paso a paso. Aprender a hacer una cosa cada vez. Valorar y disfrutar del trayecto tanto como de la meta o el punto de llegada.

Un choque de gestión mediante la mesa redonda del yo

Cada persona puede trascender, lo que quiere decir que está capacitada para atribuir un sentido al ser, tomando el destino en sus propias manos, como pensaba Heidegger (Heidegger, 1989). No podemos caer en aquello que denominaríamos «ruina» o desvío del proyecto de vida de cada uno, a favor de las preocupaciones cotidianas, que distraen y perturban, y nos confunden con la masa.

En ese caso, el yo individual se sacrifica, reduce su vida a la vida de los demás, se deja llevar por las opiniones ajenas y se aparta por completo de su principal tarea, que es la de «volverse él mismo».

Sin un choque de gestión psíquica para «volverse uno mismo», no rescataremos nuestra identidad esencial. Seremos no lo que somos, sino lo que otros quieren que seamos.

Es preciso tener conciencia de que el territorio emocional es valiosísimo; no puede ser violado por la basura social. Tenemos conciencia de que nadie puede tomar nuestro automóvil y conducirlo sin pedirnos permiso. Nadie puede entrar en nuestra casa si no lo hemos invitado. Pero nuestra emoción es con frecuencia tierra de nadie. Cualquiera la invade, cualquier rechazo nos roba el placer, cualquier pérdida destruye el patrimonio de nuestra tranquilidad. No nos entrenan para proteger ese espacio tan delicado.

Hace falta convivir con la gente, ser altruista, pero sin esperar en exceso su retribución. Además, para dar ese choque gerencial, el yo necesita también aplicar la técnica de la mesa redonda del yo, como dije en el primer código de la inteligencia.

Reitero que la mesa redonda del yo no es una técnica positivista, ni una técnica superficial de alguien que niega el que el circo psíquico se esté incendiando y disimula ese caos diciendo que no pasa nada y recitando frases de autoayuda. Esas actitudes son niñerías intelectuales, no un choque de gestión.

La mesa redonda del yo es una técnica psicodinámica, existencial, filosófica y de extraordinaria inteligencia. Se practica, como vimos, mediante el ejercicio pleno de dos artes o códigos de la inteligencia: el arte de la duda y el de la crítica.

A los niños debería enseñárseles desde los primeros años no solo a criticar cada pensamiento negativo, sino también sus miedos y sus fundamentos. Los pequeños deberían aprender no solo a dudar de las creencias asfixiantes, sino también a protestar y discutir contra sus fantasmas, fantasías, celos, timidez y reacciones impulsivas.

El choque de gestión emocional pasa por el yo mediante la superación de la trampa del conformismo, de la autocompasión y del miedo a atreverse y cuestionar cada emoción débil: «¿Cómo surgió? ¿Cuándo surgió? ¿Por qué surgió? ¿Hasta dónde me siento afectado por ella y contagio a otros? ¿Por qué soy su siervo? ¿Por qué no soy libre? Y ¿cómo hago para serlo?».

Es sorprendente el poder implosivo del arte de la duda y de la crítica. Pero, por desgracia, los jóvenes y los adultos rara vez lo utilizan.

Para Matthew Lipman, pensar es el proceso de descubrir y hacer asociaciones y disyunciones. Hacer disyunciones hasta el punto de impugnar todas las emociones que no nos liberan, sino que, por el contrario, nos controlan y amordazan. Somos ingenuos cuando deberíamos estar dotados de pericia. Compramos a muy alto precio las reacciones absurdas de los demás que no nos pertenecen (Lipman, 1995)

Todo rápido

Hace pocos días conversé con una joven muy ansiosa. Lo quería todo rápido, en el momento que lo deseaba. Le mostré que las cosas más importantes de la vida no se consiguen con rapidez, como el nacimiento de un bebé, la conquista de un gran amor, la construcción de las mejores amistades, la respetabilidad profesional o el prestigio social.

No tenía conflictos importantes que explicaran su ansiedad, que era fruto del SPA, de su estilo enfermizo de vida. Le dije que su ansiedad podía truncar sus conquistas más importantes. Le mostré que su yo debería aprender a gestionar su emoción para que ella sobreviviera y brillara en el ámbito social.

Ella preguntó cómo era posible, ya que había intentado y fallado varias veces. Entonces le enseñé a bombardear con preguntas, críticas y cuestionamientos su ansiedad y su deseo compulsivo de quererlo todo rápido. Sentí que comprendió mi mensaje. Entendió que aquello que parecía imposible podría alcanzarse poco a poco.

Sí, y de veras pudo. Basta con construir, a lo largo de los meses, una nueva plataforma de ventanas *light* en la gran ciudad del inconsciente. No es fácil gestionar nuestra emoción, pero no tenemos las manos atadas, como creen algunos profesionales

de la psicología y la educación.

Si un adolescente engañado por su novia no maneja su sentimiento de traición e inseguridad, podrá construir un destructivo miedo a la pérdida, y generará unos celos fatales que podrán asfixiar a la novia siguiente, convirtiéndose en verdugo de la persona amada. Es impresionante ver, hoy en día, cuántos verdugos hay entre los adolescentes, que deberían ser flexibles.

Seguro emocional

En el siglo XV los niños salían de sus casas a partir de los siete años e iban a vivir con un maestro con quien aprendían el oficio de herrero, de hacer vinos o de domar caballos. Los jóvenes volvían alrededor de los catorce años, lo cual afectaba la efectividad en las relaciones entre padres e hijos. A partir de entonces, algunas castas de jóvenes de las grandes ciudades comenzaron a frecuentar las escuelas y regresar a su casa todos los días. Hubo una revolución emocional.

Las consecuencias fueron tan grandes que afectaron hasta la arquitectura de las viviendas. Dejaron de ser «cajas» sin divisiones para pasar a tener habitaciones, a fin de preservar la intimidad de la pareja y de los hijos. Surgieron pasillos laterales en las casas, elemento raro en la época, para evitar la invasión de los extraños en la intimidad familiar. Se sumaron escaleras, puertas y ventanas reforzadas para dar mayor protección a ese espacio tan importante.

Sin embargo, el espacio emocional fundamental para la existencia humana no cuenta con esa protección. No nos han equipado emocionalmente para entender que la emoción es un territorio que debe preservarse con especial cuidado.

En el verano de 2007, a petición de mi editorial estadounidense, fui a vivir a los Estados Unidos. Con mucho cariño se encargaron de mi bienestar y el de mi familia. Lo primero que me pidió el editor cuando me alquiló el automóvil fue que sacara con urgencia un seguro.

Los Estados Unidos son el país del seguro. Son pocas las personas que no aseguran su coche y su casa. No quieren que los sorprendan choques, incendios ni, en menor grado, robos. Pero a menudo los sorprenden los choques psíquicos, los incendios y los robos emocionales, y no cuentan con ese tipo de seguro. La protección psíquica se logra solo con entrenamiento, solo descifrando los códigos.

Una bomba con varias fases

Si estudiamos el proceso de construcción de pensamientos y emociones, descubriremos que algunos fenómenos psíquicos son procesados casi a la «velocidad de la luz», ya que ocurren antes de que tengamos conciencia del estímulo estresante y de cómo nos está invadiendo.

Imaginemos una persona que nos calumnió. Esa calumnia es como una bomba con varias fases. La calumnia está formada por códigos lingüísticos. Los sonidos solos no bastan para herirnos. Pero esos códigos sonoros se transforman en códigos neuroquímicos que recorren nuestro sistema auditivo, van hasta la corteza cerebral y detonan un fenómeno inconsciente llamado Gatillo de la Memoria o fenómeno de Autochequeo.

Ese gatillo abre con rapidez las ventanas de la memoria que descifran el código lingüístico del agresor, haciendo asociaciones con nuestras experiencias pasadas. En ese lapso se ha detonado la primera etapa de la interpretación: ha estallado la primera fase de la bomba. Sentimos angustia, enojo y rabia.

¿Cuánto tiempo pasó? Milésimas de segundos. ¿Dónde está el yo? Sin conciencia de lo que sucede, pero, a pesar de ello, ya ha comenzado a experimentar las emociones de la primera fase. Ningún ser humano logra evitar ese proceso inicial, por mucho que haya desarrollado el pensamiento multiangular y descifrado los códigos de la inteligencia.

Apenas un momento después, cuando ya se ha iniciado la invasión de la emoción, el yo toma conciencia del estímulo de la calumnia. Han pasado muy pocos segundos.

Si el yo es inmaduro, si es uniangular, si usa en exceso el pensamiento dialéctico, continuará dejándose invadir, se embarcará en el sentimiento de enojo, furia o miedo iniciado, y así detonará la segunda fase de la bomba, mucho más grave que la primera. La mayoría de los seres humanos detona la segunda fase, incluso los budistas, que son ejemplos de paciencia.

Si, por el contrario, el yo es maduro, si sabe dar un choque de gestión a la psiquis, si usa el pensamiento multiangular, entonces abrirá el máximo de ventanas de la memoria, no vivirá bajo la dictadura de la respuesta, practicará la oración de los sabios (el silencio), entenderá que detrás de una persona que hiera hay una persona herida. De este modo protegerá el delicadísimo territorio de la emoción. Así desarmará la segunda y más devastadora fase de esa bomba.

¿Por qué la segunda fase es más devastadora? Porque retroalimenta la cadena de sentimientos agresivos o fóbicos, así como también la cadena de pensamientos destructivos o autodestructivos.

Y todas esas cadenas, producidas en los segundos, minutos, horas y días posteriores a la calumnia, son registradas por el fenómeno RAM, construyendo numerosas ventanas *killer* o zonas de conflicto en barrios acomodados de la gran ciudad de la memoria.

Por lo tanto, la gran cuestión en la construcción de los trastornos psíquicos no es el

trauma original, como imaginaban Freud o Jung, sino la retroalimentación del trauma en las etapas posteriores; en suma, sus desdoblamientos en el escenario psíquico ante un yo pasivo. Aprendemos a detectar los mínimos ruidos del motor del coche, los malos olores en la nevera o la vibración en los teléfonos móviles, pero no aprendemos a percibir las alarmantes explosiones que ocurren en nuestro sensible territorio psíquico. No aprendemos a conocer el funcionamiento de la mente y no aprendemos a desarmar la bomba emocional.

La existencia es asombrosamente breve. El que no reflexiona sobre esta brevedad se convierte en un dios, se comporta como inmortal, no sabe que un día silenciará su voz en la soledad de una tumba.

A. CURY, en *El vendedor de sueños II*.

La revolución de los anónimos

El terror que viene de dentro

Hay personas que siguen retroalimentando en su mente los rechazos, las ofensas, las pérdidas, las decepciones y las preocupaciones, durante meses y años. Contaminan espacios importantísimos de su inconsciente. No entienden que deben desarmar el gatillo emocional. No entienden que la mayor venganza contra un enemigo no es odiarlo, sino perdonarlo. Para hacerlo, es preciso despojarse de heroísmos, comprenderlo, dejar de gravitar en su órbita enferma. El que odia a su enemigo es enemigo de sí mismo.

Pero alguien podría decir: «¡Ese proceso de desarme es muy complicado!». ¡Sí! Por eso ocurren a diario incontables asesinatos, suicidios, violaciones y casos de violencia doméstica. Nuestra mente es muy compleja y exige una educación también compleja, mucho más que la educación simplista de transmitir millones de datos para abarrotar la memoria de informaciones. Una mente multifocal necesita una educación multifocal, que toma en altísima consideración los códigos de la inteligencia.

Debemos entender que las fases de la bomba psíquica, de la invasión emocional, se inician en el espacio inconsciente y deben desarmarse en el escenario consciente.

Cuando vemos una película de terror, sabemos de antemano que detrás de cada escena hay un iluminador, un cámara, actores y un director que lleva adelante las escenas. No hay monstruos, no hay terror, se sueltan muchas carcajadas durante la filmación. El director llama varias veces la atención al actor para que imprima más pánico a sus gestos.

Eso lo sabemos. Pero cuando aparece el monstruo, cuando cruje la puerta, la bomba emocional de la que he hablado inicia con rapidez su proceso de explosión. Detona la

primera fase. Comenzamos a tener reacciones de miedo, aprensión e inseguridad, aun sin querer. ¿Por qué experimentamos tales reacciones, sabiendo que todo es falso? Porque el terror viene de dentro. Lo ha producido el gatillo, abriendo algunas ventanas de la memoria en milésimas de segundo.

Solo después compete al yo dar un choque de gestión, para no dejar que detonen otras fases más dramáticas de la bomba. Aquí entra en acción la mesa redonda del yo y las demás herramientas que he descrito. Sin ello, el yo tendrá noción de que la película es ficción, pero la emoción no gestionada lo vivirá como si la ficción fuera real. ¡He aquí la gran paradoja del intelecto humano! El desajuste entre la razón y la emoción, entre el yo frágil y la emoción dominante.

La próxima vez que veas en un ambiente oscuro una película con escenas horripilantes, percibe la primera fase e intenta dar un choque de gestión a la segunda fase. Tal vez descubras que no es simple, que el yo no tiene tanto peso como para ser líder de la psiquis. Por eso sufrimos por nimiedades y vendemos nuestra tranquilidad por tonterías.

El mayor éxito no es el poder social

Hay muchas herramientas fundamentales con las que el yo puede trabajar para ser un buen gestor de la psiquis. Aprender a darse sin esperar demasiado una retribución, como ya he dicho en otros textos, es fundamental. El que espera mucho de los hijos, los amigos o los compañeros de trabajo puede decepcionarse mucho. Es mejor descifrar el código del altruismo, entregarse sin grandes expectativas. Si las decepciones vienen, estamos preparados. Si surgen sorpresas agradables, las disfrutamos.

Otra herramienta consiste en entender que nadie nos hace infelices, nos lastima, nos traiciona, si antes no es infeliz, no está lastimado o no se siente traicionado en la vida.

Jamás exijamos a los demás lo que no pueden dar. Pedir a un hijo o un alumno que reconozca sus errores y se muestre moderado en el exacto momento en que se equivoca es una afrenta. Exigir que nuestra pareja, compañero o novio sea coherente durante una crisis de ansiedad es una falta de respeto. Pretender de los empleados lucidez y reflexión en el instante en que tropiezan o fallan es una injusticia. En tales momentos, esas personas están presas en las ventanas *killer*, han bloqueado miles de otras ventanas y, por lo tanto, no se hallan en condiciones de analizar, reflexionar, en suma, de pensar desde múltiples ángulos.

En el primer momento, debemos esperar a que baje la temperatura emocional de la persona que ha hablado, darle un momento para que respire y reflexione. Esperemos una hora, un día, una semana, lo que sea necesario. En el segundo momento, seamos

amables y elogiemos. Encontremos aspectos en que podamos valorarla, aunque nos cueste hallarlos. Solo en el tercer momento apuntaremos los errores y analizaremos los fallos.

De este modo se apaciguarán los ánimos, se aflojarán las tensiones y se realizará la educación. No seremos invasores, sino que contribuiremos al crecimiento de otros. El que quiera conquistar primero el territorio de la razón y después el de la emoción, como hemos hecho siempre desde los principios de la civilización humana, causará accidentes imprevisibles.

Afinar la orquesta emocional

Steiner comentó que una persona emocionalmente educada logra lidiar mejor con situaciones emocionales complicadas que tal vez pudieran generar conflictos, furia, mentiras, agresiones y heridas infligidas mutuamente.

Muchas veces nuestras interacciones sociales se caracterizan por el cinismo, y a menudo se convierten en conflictivas y desgastantes. En parte, eso ocurre porque todos buscan de manera frenética eso que se ha definido como «éxito». La idea de éxito en la sociedad actual guarda estrecha relación con la idea de poder, en especial con la capacidad de obtener ganancias materiales, lo cual genera un alto grado de competitividad, desenfrenada y desleal (Steiner, 1997).

Apoyando y ampliando el concepto de Steiner, podemos decir que un ser humano que no aprende a educar su emoción podrá ser víctima, y al mismo tiempo causa, de situaciones emocionales conflictivas y desgastantes. En tal caso, errará su blanco más importante, que es cuidar, nutrir y proteger su emoción. Vivirá en la búsqueda frenética del éxito material, profesional y todo lo que realza el poder social. Claro que estos éxitos son importantes, pero sin el éxito emocional seremos infelices.

Esa paranoia genera un alto grado de competitividad, que afecta al proceso de interiorización y así dificulta entender la necesidad vital de descifrar los códigos de la inteligencia, de transitar con moderación y encanto por esta sociedad opaca por dentro, pero con muchas luces de neón por fuera.

El ser humano actual necesita descubrir la grandeza, la fineza y la relevancia de un gestor de su psiquis. Allí radica su gran éxito. Recuerdo a mi amigo y músico João Carlos Martins, el pianista que de manera más brillante interpretó a Bach. João Carlos sufrió algunos accidentes graves, y las manos le quedaron mutiladas.

¿Qué hacer en este caso? ¿Renunciar a la música? Muchos se deprimieron y renunciaron. Pero él no dejó de tocar el piano, aun con los pocos dedos que le quedaban. Y pasó a dirigir con impresionante sensibilidad.

Lo mejor de todo es que transportó la música de los grandes escenarios a las favelas, para rescatar a jóvenes delincuentes. Se convirtió en un vendedor de sueños.

¿Su secreto? Descifró los Códigos de la Resiliencia, del Carisma y del yo como gestor de la emoción. Afinó la orquesta psíquica para hacer de la existencia un espectáculo deslumbrante, aun estando mutilado.

Posibles consecuencias para el que descifra el Código del yo como gestor de la emoción:

1. Se vuelve autodeterminado, seguro de sí y confía en sí mismo.
2. Desarrolla una autoestima sólida y estabilidad emocional. Construye un romance con la existencia.
3. Desarrolla altruismo y carisma. Se vuelve una persona atrayente, agradable e influyente.
4. Mente libre, emoción libre. Tiene más facilidad para liberar su imaginación y ser creativo, productivo y constructor de nuevas ideas.
5. Deja de ser esclavo del miedo, la angustia, el tedio, las calumnias, las difamaciones y de lo que los demás dicen de él. Vive la vida con más aventura y deleite.

Posibles consecuencias para el que no lo descifra:

1. Se vuelve inseguro, emocionalmente frágil y desprotegido.
2. Vive casi siempre estresado, ansioso, irritable, reactivo e impulsivo.
3. Desarrolla una emoción inhábil, fluctuante, inestable e ingobernable.
4. Se vuelve especialista en protestar. Tiene muchas fricciones en las relaciones sociales. No atrae ni causa admiración social.
5. Tiene una visión pesimista y desencantada de las relaciones sociales. Dificultad de contemplar lo hermoso, disfrutar de la vida y cautivarse con las personas.

Descifrar el Código del yo como gestor de la emoción: ejercicios

1. Hacer la mesa redonda del yo contra todas las emociones que nos controlan, anulan y fomentan conflictos.
2. Proteger la emoción con las siguientes herramientas: a) no exigir a los demás lo

que no pueden darnos; b) darse sin esperar una retribución en demasía, y c) entender que detrás de una persona que hiera hay una persona herida.

3. Ser libre de la dictadura de la respuesta. No gravitar en la órbita de lo que los demás piensan y hablan de uno. Tener órbita propia.
4. Desarrollar conciencia de que el territorio emocional no es tierra de nadie, sino un espacio particular e inviolable. No dejarse invadir sin permiso del yo.
5. Rediseñar el estilo de vida para mitigar el SPA. Entrenarse para ser pausado, medido, caminar paso a paso y hacer una cosa cada vez.

NOVENO CÓDIGO DE LA INTELIGENCIA: *CÓDIGO DEL PLACER DE VIVIR*

Ricos miserables

No pocos hombres y mujeres con notables éxitos sociales, económicos e intelectuales naufragan en el océano de la emoción. No desarrollan bien el código de la inteligencia que cimienta el principio de la vida, la primavera de la vivencia y el encanto por la existencia. Viven como miserables ante una mesa repleta, como errantes en tierra extraña, como prisioneros en sociedades libres.

Intelectuales, con títulos académicos envidiables, cultura impecable y elocuencia inigualable, se vuelven irritables, tensos y depresivos. Empresarios, expertos en ganar dinero, hábiles para hacer negocios, se convierten en seres paupérrimos en el único lugar en que no es soportable vivir como mendigos: en el banco de la emoción. Celebridades e iconos de las sociedades modernas, se transforman en insatisfechos crónicos, pierden sus raíces y viven sin brillo emocional bajo la luz artificial de las cámaras fotográficas.

El que no desarrolla el Código del Placer se divorcia de la tranquilidad y se vuelve amante de la ansiedad; rompe el contacto con la alegría y hace un pacto secreto con la angustia. Se envicia con grandes acontecimientos, aplausos solemnes y reconocimientos exuberantes para experimentar unas migajas de placer. Se vuelve tímido para contemplar lo bello.

¿Qué es el Código del Placer?

El Código del Placer es el pináculo de la experiencia existencial de niños y adultos; es el oxígeno de la emoción de pensadores e iletrados, de pudientes y carentes.

Es el fundamento del sentido de la vida. Sin el Código del Placer, el trabajo pierde significado, las relaciones sociales pierden el encanto, los proyectos de vida se vuelven una fuente de tedio.

Es el motor de la motivación. Sin el Código del Placer, el ánimo se derrumba, la garra pierde la fuerza, el coraje se diluye en las arenas de las crisis.

Es el cimiento del buen humor. Sin el Código del Placer, la agitación domina la emoción, la irritación controla las reacciones y la impulsividad asfixia la flexibilidad.

Es el pilar central para la construcción de sueños. Sin el Código del Placer, el miedo

nos pone en una cárcel, los riesgos nos paralizan y la inseguridad destruye la creatividad.

Es el resorte propulsor del amor. Sin el Código del Placer, nuestro amor será condicional, las pequeñas frustraciones nos harán retroceder y nuestra entrega será siempre parcial.

Es fuente de relax. Sin el Código del Placer, nos envuelve la rigidez, nos domina el autocastigo y la crítica excesiva reemplaza la generosidad.

El que desarrolla el Código del Placer se enriquece sin poseer dinero; el que no lo desarrolla se empobrece, aun teniendo dinero en abundancia. El que lo desarrolla se embriaga de alegría sin tener grandes motivos; el que no lo desarrolla hace grandes exigencias para poder experimentarla. El que lo desarrolla se siente único en medio de la masa, conquista estatus sin hallarse bajo los reflectores de los medios; el que no lo desarrolla, aunque sea objeto del interés público, tiende a sentirse solo en medio de la multitud.

Los que surcan el territorio de la emoción y cultivan el Código del Placer de Vivir se deslumbran como eternos aprendices ante los misterios que los rodean, abren el abanico de su inteligencia para ser constructores de oportunidades y se convierten en caminantes de los insondables terrenos de su mente.

La gran paradoja

Esperábamos que en pleno siglo XXI tuviéramos la generación con las personas más felices de la historia. Al fin y al cabo, nunca tuvimos una industria del placer o del entretenimiento tan fuerte, diversificada y accesible. Los judíos tenían sus fiestas anuales, los griegos tenían las olimpiadas y sus escenarios, los romanos tenían el Coliseo, pero en las sociedades modernas tenemos la televisión, el cine, los deportes, la música, los videojuegos, los centros comerciales, los diarios, las revistas y los restaurantes.

A diario, todas las personas (incluso las menos acomodadas) disponen de un menú riquísimo de estímulos para excitar el territorio de la emoción: un menú por lo menos cien veces más abundante que en cualquier otra época. Pero ¿dónde se encuentran los niños felices, inventivos, que juegan sin cesar y que hacen de su existencia una gran aventura? ¿No son niños insatisfechos, que quieren siempre un juguete nuevo porque el anterior ya perdió la gracia? ¿Dónde están los adolescentes exultantes y soñadores? ¿No están insatisfechos con su cuerpo, con sus amigos y con su escuela? ¿No viven ansiosamente detrás de una prenda nueva o un nuevo teléfono móvil? ¿En qué espacio social se encuentran los adultos que emanan el encanto por la vida y sonríen sin disfraces?

El siglo XXI, que debería ser el siglo del placer, es el siglo del estrés, de la ansiedad de

los trastornos psíquicos. Es el siglo de la generación más triste y depresiva. ¿La retracción del Código del Placer de Vivir no nos perturba? Es asombroso comprobarlo. La humanidad tomó el camino errado. Invirtió mucho en el planeta físico, hasta el extremo de agotar los recursos, pero invirtió poco en el planeta psíquico. Conocemos ciudades distantes, países lejanos, pero rara vez salimos de los límites de nuestra mente. Vivimos en la superficie.

Según revelan algunas investigaciones, el 50 % de las personas —más de 3.400 millones de seres humanos— tarde o temprano desarrollarán una enfermedad psíquica. Es un número preocupante. Y si consideramos el Síndrome del Pensamiento Acelerado (SPA), que ya comenté, las cifras estadísticas aumentan aún más. Es raro encontrar a alguien que no sufra por lo menos alguno de estos síntomas: irritabilidad, pérdida de paciencia, mente agitada, sufrimiento anticipado, olvidos, déficit de concentración, dolores de cabeza, dolores musculares, taquicardia y una serie de otros síntomas psicosomáticos.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el 20 % de las personas —más de 1.300 millones— experimentarán, en los próximos años, la fase más extrema del dolor humano: la depresión. En el pasado era raro ver niños con cuadros depresivos; ahora es común observar a los pequeños de nuestra especie manifestar irritación exacerbada, alienación, aislamiento social o insatisfacción crónica. Deberían estar jugando, corriendo tras las mariposas, viajando en su imaginación, pero beben de la fuente de la ansiedad.

Al querer ofrecerles mucho, creamos un mundo artificial y colorido y los abarrotamos de actividades (deportes, idiomas, cursos de informática, televisión, videojuegos, internet, etcétera.). Les aceleramos el pensamiento, producimos el SPA en forma colectiva y, en consecuencia, bloqueamos el Código del Placer de Vivir. Tan dependientes de nuevos estímulos como del aire que respiran, necesitan muchas actividades para sentir escasos placeres. Por favor, sácales los zapatos a los niños, llévalos a caminar por la playa y el campo, estímúlos a entrar en contacto con la naturaleza, permíteles descubrir plantas y animales, libera su creatividad y déjalos respirar placeres más simples y penetrantes. Como expreso en el libro *O sembrador de ideas* (El sembrador de ideas), nuestro mundo está enfermo, y va formando personas enfermas para una sociedad enferma.

Para desarrollar el Código del Placer no basta con practicar un deporte, escuchar música, hacer compras, ver la televisión por cable o jugar a videojuegos. Además, el exceso de este menú castra la emoción. Es necesario un entrenamiento en que el yo deje a diario de ser víctima de su insensibilidad, de sus males y limitaciones, para volverse protagonista de su historia, promotor del arte de contemplar lo bello.

Para reforzar el Código del Placer de Vivir es preciso, asimismo, el desarrollo de otros códigos de la inteligencia. Es fundamental entrenar el yo como gestor de los pensamientos, como protector de la emoción, como un actor capaz de resiliencia frente a

las pérdidas y las frustraciones.

El menú del programa docente

Preocupado por la formación de los niños, adolescentes y universitarios, elaboré, a lo largo de más de diez años, el Programa Escuela de Inteligencia (www.escolainteligencia.com.br) para introducir en los programas docentes de los más diversos niveles escolares una clase semanal sobre los códigos de la inteligencia.

El objetivo es contribuir a formar seres humanos altruistas, creativos, capaces de resiliencia, constructores de relaciones sanas, que sepan pensar antes de reaccionar, exponer y no imponer sus ideas, y ponerse en el lugar de los demás. El objetivo es formar pensadores humanistas, en lugar de repetidores de informaciones que no los preparan para enfrentar sus desafíos, sus pérdidas y la competencia del sistema social estresante. En teoría, no habría necesidad de un programa como el de la Escuela de Inteligencia, pero el entrenamiento en estos códigos debería formar parte del menú educativo ofrecido a los alumnos de todas las escuelas clásicas. Sin embargo, por desgracia, de Oriente a Occidente, de los países ricos a los más pobres, tal entrenamiento suele estar ausente de los planes escolares. Los niños aprenden matemática numérica, pero no la matemática de la emoción; aprenden a hablar sobre átomos que nunca vieron, pero no saben hablar de sí mismos; aprenden a resolver problemas de física, pero no aprenden a lidiar con sus crisis y sus conflictos.

Veamos el caso del Código del Placer de Vivir. Se desarrolla de forma aleatoria, sin ser pulido, refinado ni orientado. Tenemos la ingenua creencia de que basta con tener una mente y una emoción para que el placer se desarrolle con facilidad en el proceso de formación de la personalidad. Es como creer que basta con arrojar ingredientes en una olla, sin prepararlos ni pesarlos, y ponerlos sobre el fuego para que surja un delicioso plato francés o chino. Craso error.

Sin embargo, en las sociedades modernas hacemos más o menos eso con el Código del Placer y con los demás códigos. Abarrotamos la corteza cerebral de los alumnos con millones de informaciones, creyendo que surgirán de manera espontánea la solidaridad, la generosidad, la creatividad, la flexibilidad o la conciencia crítica. Mi grito incansable en todos los países donde me publican es que tomamos el camino equivocado.

Nadie consigue el carné de conducir sin antes pasar por un serio entrenamiento para conocer los códigos de circulación, los primeros auxilios o las tácticas de conducción defensiva. Pero no ponemos el mismo cuidado para conducir el vehículo de la emoción, que es más complejo que un automóvil de acero y plástico. ¿Cómo tener una emoción estable, relajada y contemplativa si no nos entrenamos para manejarla?

Desde luego, muchos desarrollan una emoción rica y tranquila sin someterse a los límites de un entrenamiento educativo directivo. La desarrollan de manera intuitiva a lo largo de su vida. Pero si le enseñamos a alguien desde la más tierna infancia el arte de la observación, a contemplar lo bello, a refinar su mirada para deslumbrarse ante los fenómenos anónimos, a manejar herramientas para proteger su emoción y habilidades para pensar antes de reaccionar, tendrá más condiciones de desarrollar el Código del Placer, del altruismo, de la tolerancia, de la capacidad de pensar antes de reaccionar. No obstante, aunque pensantes, somos una especie que deshonra el arte de pensar. Valoramos lo colateral y despreciamos lo esencial.

¿Cómo desarrollar el Código del Placer de Vivir?

No hay magia ni técnicas inmediatistas para desarrollarlo. Los niños, los adultos y los ancianos deben perfeccionar a diario su paladar psíquico. Una persona alegre, motivada y de buen humor, si no cultiva el Código del Placer, podrá volverse depresiva, ansiosa y pesimista a lo largo de los percances y accidentes de la vida. Si se somete a un estrés intenso y continuo y a un régimen de actividades y preocupaciones agotadoras, el fenómeno RAM (Registro Automático de la Memoria) podrá plantar en la corteza cerebral una plataforma de ventanas que le robarán la tranquilidad y el buen humor, reflejo del desmoronamiento parcial de este cálido código.

A su vez, una persona triste, insegura y rígida puede entrenar su yo a lo largo de meses y años para gozar de la vida, soltarse, relajarse, ser libre, menos autocastigadora, menos gruñona, más contemplativa y más generosa, con los demás y consigo misma. En consecuencia, pude construir una plataforma de ventanas *light* que posibilitará el desarrollo sólido del Código del Placer de Vivir. Tengamos en cuenta que, en el universo psíquico, nada es inmutable, todo se transforma. A continuación hablaré de once herramientas que deben ejercitarse a lo largo de la vida para desarrollar el Código del Placer.

1. *Pulir el arte de contemplar lo bello: hacer mucho de poco.* El que hace poco de mucho es miserable, aunque sea millonario. Es preciso entrenarse para saber fotografiar con los ojos los detalles de las imágenes que nos rodean y transformarlos en un espectáculo: las flores de las plazas, la estética de las plantas, la arquitectura de las casas, la anatomía de las nubes o el atardecer.
2. *Dedicar tiempo* a lo que no produce lucro económico, pero sí lucro emocional. Ejercicios físicos, caminatas, andar descalzo por la tierra, preparar platos para las personas queridas, construir proyectos personales o, tener *hobbies*. El que se

- preocupa solo de las ganancias para el bolsillo es un verdugo de su placer de vivir.
3. *Prodigar energía para con lo que no realza la imagen social, pero enriquece el paisaje interior.* Contribuir al alivio del otro, colaborar con instituciones filantrópicas, hacer nuevas amistades, felicitar a las personas con especial atención, incluso a la gente que carece de relieve social. El que se preocupa en exceso por su imagen social se convierte en un ser humano superficial y artificial.
 4. *Entrar en capas más profundas de las relaciones sociales.* Penetrar en el mundo de los hijos, los alumnos, los amigos y la pareja. Conocer sus sueños, pesadillas, placeres, crisis, lágrimas, incluso las que nunca se lloraron. El que no cruza su mundo con el otro vive aislado.
 5. *Superar la necesidad neurótica de poder.* El orgullo y el egocentrismo no necesitan entrenamiento; se desarrollan de modo espontáneo en nuestro psiquismo. Pero el arte de la humildad, la sencillez y la generosidad sí necesitan entrenar a diario. Los que tienen la necesidad neurótica de poder, aun cuando lo consigan, hacen altas exigencias para ser felices, promueven la infelicidad de los demás y no están preparados para los ciclos de la vida. No saben que el éxito social no es eterno. De cualquier tipo que sea, rara vez dura más de cinco años.
 6. *Gestionar los pensamientos y la agitación mental para no perder la sensibilidad y, en consecuencia, no afectar la capacidad de ubicarse como un simple ser humano ante un mar de enigmas que rodea la existencia.* El que no gestiona sus pensamientos desarrolla una ansiedad crónica que envejece la emoción y disminuye el gusto por los pequeños estímulos de la rutina diaria.
 7. *Aquietar la mente y fijarse en el foco contemplativo.* Una mente cuyos pensamientos están fijos en preocupaciones y problemas no disfruta del foco contemplativo, no se entrega a la imagen y no penetra en profundidad en la sonrisa de un niño, en los gestos de un anciano, en la estética de un cuadro. El que no aquietta la mente tiene una experiencia emocional fugaz. Como ya he dicho, necesita muchos estímulos para disfrutar de míseros placeres.
 8. *Transformar el caos en oportunidad creativa, las pérdidas en crecimiento y los fracasos en importantes experiencias.* Muchos no entienden que las victorias y los fracasos, las risas y las lágrimas, los aplausos y los abucheos suelen formar parte de nuestra existencia.
 9. *Agradecer mucho y reclamar poco.* El arte de agradecer a los padres por la vida, a los hijos por la convivencia, a los alumnos por el privilegio de poder enseñarles, a los compañeros por trabajar juntos y al Autor de la vida por el espectáculo de la existencia agrega combustible al Código del Placer.
 10. *Proteger la emoción y entregarse sin miedo en las relaciones sociales.* Entregarse sin esperar la contrapartida de la retribución. Entender, como hemos

visto, que detrás de una persona que hiere hay una persona herida, y que la mayor venganza contra un enemigo no es odiarlo ni desearle el mal, sino perdonarlo y comprender su estupidez. Al perdonarlo, él morirá dentro de nosotros y desbloqueará el Código del Placer de Vivir.

11. *Repartir elogios y ahorrar críticas.* Las críticas deben hacerse, pero sin destructividad y, de ser posible, con delicadeza y generosidad. El que reparte elogios en abundancia cosecha copioso placer. Los padres y los profesores que elogian a los hijos y los alumnos conquistan el inhóspito territorio de la emoción. Los amantes que elogian a diario a la persona con la que eligieron vivir cultivan la primavera del amor. Los que no se someten a este entrenamiento transforman grandes romances en cáusticos desiertos.

¡Alerta! ¡Cuidado!

Si tu rutina es tediosa, si no soportas los domingos por la tarde, si necesitas grandes logros para sentir mínimas emociones, es probable que hayas dañado tu placer de vivir.

Si eres una máquina de trabajar, un especialista en llevar problemas a tu casa, si no respetas tus horas de sueño ni tus fines de semana, te comportas como enemigo número 1 del Código del Placer. Nadie puede causar tanto daño a tu emoción como tú mismo.

Si solo te preocupa ganar dinero, si corres ansioso tras el reconocimiento social y buscas en exceso saber qué piensan de ti los demás, es probable que tu musculatura esté libre, pero tu emoción, encarcelada. Si tus hijos, alumnos y amigos te irritan con facilidad, si te sientes contrariado con frecuencia, si no tienes paciencia para tolerar la ignorancia y la incoherencia de las personas con las que te relacionas, entonces estás preparado para vivir con máquinas, pero no con seres humanos. Vivir con humanos es el arte de la tolerancia. Los allegados siempre nos decepcionan.

Y ¿tú? Por supuesto que también frustras a los demás, aunque no lo percibas o no quieras percibirlo.

Trampa del Código del Placer de Vivir

M. L. era un hombre brillante, ejecutivo sagaz, inventivo, innovador, y eficiente gestor y motivador de personas. Confiado en sí mismo, dejó la empresa y se arriesgó a volar solo. Y llegó lejos. Montó una empresa en el mundo digital. Después de atravesar los valles de las dificultades, transformó miles de dólares en millones, y millones en centenas de millones. Dio un salto ante las miradas sociales.

Se convirtió en un empresario envidiable, un gigante en el mundo de las finanzas, un héroe en el terreno de la innovación, pero, para su asombro, no entendía por qué se había convertido, al mismo tiempo, en un mendigo en el territorio de la emoción. Perdió el encanto por la vida, la gracia de la existencia. Le sobraba dinero en el banco, pero le faltaba alegría en el banco de la emoción. Le sobraba admiración social, pero le faltaba brillo en su psiquismo. Dejó sus raíces, casi nunca tenía tiempo para sus hijos, para ver a los amigos, para soñar con la mujer con la que había elegido vivir. Se abandonó; vivía solo en medio de la multitud.

No sabía que el éxito es más difícil de elaborar que el fracaso. No sabía que el riesgo del éxito es ser una máquina infatigable de trabajar. El éxito no elaborado puede afectar poco a poco la sensibilidad. He tratado a multimillonarios y celebridades, y por desgracia vi a personas excepcionales que vivían como andrajosos en palacios. Despreciaron el arte de la contemplación de lo bello, sofocaron el Código del Placer de Vivir.

Contemplar es diferente de admirar

El placer más intenso no es fruto de experiencias emocionales momentáneas, como asistir a un espectáculo, recibir un elogio o alcanzar el éxito en una prueba. Desde los puntos de vista psiquiátrico, psicológico, sociológico y filosófico, el placer más penetrante es el que echa raíces más profundas en el suelo de la emoción. Deriva del arte de contemplar lo bello. Contemplar es entregarse por completo a lo bello, mientras que admirar es entregarse en forma parcial, tener una experiencia fugaz, rápida y pasajera. Entre contemplar y admirar lo bello hay más misterios de los que imagina nuestra vana racionalidad.

Los sociópatas también admiran lo bello, pero cuando penetran en zonas traumáticas enterradas en su psiquis, la admiración da lugar a la rabia, el placer momentáneo es reemplazado por la violencia. Al no contemplar lo bello, no maduran su emoción, hieren a los demás y no les importan las consecuencias de sus comportamientos.

Es probable que un 99 % de las personas sepan admirar lo bello, pero apenas el 1 % saben contemplarlo. Admirar es pararse ante una flor y sentirla durante unos segundos. Contemplar es penetrar en su mundo y dejarse embargar por sus sutilezas. No es mantener rápidas charlas con las personas a las que queremos, sino penetrar en sus capas más profundas.

Contemplar la relación es tener coraje y madurez para hablar de nuestras lágrimas a fin de que nuestros hijos aprendan a llorar las suyas. Es tener osadía para preguntarle a quien amamos: «¿Cómo puedo contribuir para hacerte más feliz? ¿Dónde te fallé sin darme cuenta?».

Contemplar es estacionar el coche frente a las plazas por las que pasamos todos los días, y detenernos a encantarnos con las flores y sus formas. Es descubrir las cosas preciosas en el desierto del tedio. Es zambullirnos en las imágenes y las palabras. El que desprecia este código nunca será emocionalmente profundo y estable.

Como he dicho, no son los más cultos ni los más ricos, ni siquiera los más famosos, los que invierten en el placer de vivir, sino aquellos que transforman su historia en una aventura, liberan su creatividad para ser caminantes en busca de sí mismos. ¿Qué clase de inversor eres tú?

Un hombre que desarrolló el Código del Placer

Un hombre intrigante que vivió hace dos milenios fue capaz de interrumpir a la multitud en el auge del éxito para contemplar lo bello. Todos querían ver lo que veía ese hombre, desde los discípulos hasta los líderes sociales, pero nadie lo vislumbraba. Se oyeron prolongados suspiros contemplativos, hasta que él se volvió hacia el público y les advirtió de que los que buscan grandes sucesos, aplausos o reconocimientos no serán felices, pues el secreto del placer más noble se encuentra en las cosas simples y anónimas. ¿Cuántos notables líderes espirituales de las más diversas religiones, así como filósofos, psicólogos y médicos, cayeron en la depresión por despreciar los secretos de este código?

Sus palabras estaban cargadas de simbolismo psicológico: «Mirad los lirios de los campos; ved qué bellos son». ¿Quién era ese hombre que, saturado de fama y de problemas, dedicaba tiempo a las cosas diminutas? Era una mente brillante que desarrolló en plenitud el Código del Placer y los demás códigos de que aquí tratamos. Es lamentable que el hombre Jesús haya sido estudiado a lo largo de la historia solo desde el ángulo de la espiritualidad, de la religiosidad, pero no desde el foco de la psiquiatría, la psicología y la sociología.

¿Tú dedicas tiempo a las cosas simples? ¿Cómo sigue el cuadro que colgaste en la pared hace años? ¿Todavía te paras frente a él, lo observas y suspiras? Y ¿los muebles? Y ¿la arquitectura de tu vivienda? Y ¿los jardines de tu casa o del edificio donde vives? Y ¿los platos que tienes delante? ¿Tragas la comida o las masticas con placer, disfrutando de los sabores? ¿Admiras los colores y las formas de los alimentos? Y ¿tus hijos y alumnos? ¿Entras en las capas más profundas de su personalidad? ¿Conoces sus sueños y sus pesadillas, o crees conocerlos?

No es inútil reiterar que muchos se pierden en mil actividades. Tienen tiempo para todo, pero no para detenerse en «los lirios de los campos» ni para exaltar los pequeños estímulos que se despliegan a su alrededor. Dejaron sus raíces, olvidaron lo esencial. Son excelentes para la sociedad, pero están muy lejos de ser generosos consigo mismos.

Necesitan con desesperación mantener un romance con su propia historia.

Posibles consecuencias para el que descifra el Código del Placer de Vivir:

1. Se convierte en una persona de buen humor, flexible y generosa.
2. Se vuelve paciente y tolerante.
3. Es agradable, cautivador, alguien con quien a todos les gusta estar.
4. Educa, inspira, promueve y contribuye a la emoción y la inteligencia global de los otros.
5. Es un soñador, un ser humano apasionante, excitante y que transforma la vida en una eterna aventura.

Posibles consecuencias para el que no lo descifra:

1. Se vuelve una persona crónicamente insatisfecha.
2. Se transforma en un especialista en protestar, criticar, señalar fallos y, en consecuencia, se convierte en una persona con la que resulta difícil convivir.
3. Desarrolla pesimismo y humor depresivo.
4. Se vuelve una máquina de trabajar, un acumulador de actividades.
5. Ubica en segundo plano lo fundamental —su propia persona y las personas a las que ama—, y en primer plano lo colateral.

Descifrar el Código del Placer de Vivir: ejercicios

1. Refinar la mirada contemplativa y fijarse en su foco. Aprender a observar sin juzgar antes; apreciar sin anteponer prejuicios.
2. Aprender a administrar el intelecto y la emoción.
3. Dedicar tiempo a los sueños, al ocio, a los deportes y a la salud del cuerpo y la mente.
4. Jamás usar los fines de semana o el dormitorio de la casa como una extensión del trabajo. Entender que el éxito es más difícil que el fracaso.
5. Entender que ningún ser humano es digno del placer profundo y estable si desprecia sus raíces. Aprender a escribir, en los días más dramáticos de nuestra existencia, los capítulos más importantes de nuestra historia.

CONCLUSIÓN

LOS PROFESIONALES QUE DESCIFRARON LOS CÓDIGOS: LAS DIFERENCIAS ENTRE LOS PROFESIONALES BUENOS Y LOS EXCELENTES

La genialidad genética y la genialidad aprendida

Es preferible tener una memoria media, pero que busque desarrollar la intuición creativa, liberar la imaginación, el altruismo, la autocrítica y la gestión de la psiquis, que tener una corteza cerebral privilegiada y no saber qué hacer con la acumulación de datos archivados.

La genialidad aprendida, como ya he comentado, cimienta la madurez, la serenidad, la generosidad, la capacidad de observación, la deducción y la intuición. La genialidad genética solo acumula datos. Hay personas que son bibliotecas ambulantes, han obtenido varios títulos universitarios, pero no son creativas, no saben proteger su psiquis ni elaborar con sabiduría las intemperies de la vida. ¿Quién no flaquea en situaciones en las que debería ser fuerte? ¿Quién no retrocede o se debilita cuando lo hieren? ¿Quién no mengua su seguridad ante el dolor? No existen gigantes.

El sentido común dice que «los sufrimientos, los errores y las pérdidas hacen madurar espontáneamente a la gente». Pero en la práctica clínica esta teoría no es defendible. ¡No te engañes! La mayoría de la gente empeora sus niveles de tranquilidad y serenidad cuanto más sufre. El sufrimiento solo nos enriquece cuando lo elaboramos, en forma intuitiva o racional.

El sentido común dice que «el que no aprende con amor aprende con el dolor». El dolor enseña, pero no es un excelente maestro. El dolor se vuelve útil cuando nosotros nos convertimos en nuestro propio maestro, cuando penetramos en nuestro interior, reflexionamos, desarrollamos la conciencia crítica, dejamos de ser dioses y nos humanizamos. De lo contrario, el dolor produce zonas de conflicto, una plataforma de ventanas *killer*, y por lo tanto será inútil, cruel y destructivo. Aniquilará la búsqueda de la excelencia en sus amplios aspectos.

La búsqueda de la excelencia de la calidad de vida

A lo largo de más de veinticinco años me he encontrado en el consultorio con personas encantadoras, pero que, por desgracia, daban lo peor de sí a quienes más querían. En

ambientes socialmente extraños eran angelicales, pero al abrir la puerta de su casa abrían al mismo tiempo las ventanas enfermizas de su memoria, liberando los «fantasmas» de la impaciencia, la intolerancia y la irritabilidad.

No siempre los padres y los maestros liberan su imaginación y tratan de descifrar los códigos de la inteligencia para dar lo mejor de sí a sus hijos y alumnos. Rara vez un ejecutivo hace una profunda autocrítica para evaluar si su secretaria y sus asistentes disfrutaban de lo mejor de su personalidad. No se sueltan, no se relajan, no motivan, no juegan, no cautivan, aunque tengan potencial para sorprender. A veces damos lo peor de nosotros, incluso a nosotros mismos. No buscamos la excelencia de la calidad de vida.

J. V. trabajó arduamente para convertirse en un gran empresario. Y lo consiguió. Se volvió muy rico, pero ya no tenía tiempo, no solo para sus familiares, sino tampoco para sí mismo. Se abandonó en medio de un mar de compromisos.

Poseía una casa en la playa, pero casi nunca iba a descansar. Tenía una hacienda hermosísima y le gustaba criar ganado, pero no disponía de tiempo para lo que le agradaba. Se hallaba en condiciones de viajar a cualquier lugar del mundo en primera clase, pero no tenía tiempo para ese lujo. Viajaba solo por trabajo.

Entre pensar y ser un pensador hay más misterios de los que imagina nuestra frágil y joven psicología.

A. CURY, en *El vendedor de sueños II*.

La revolución de los anónimos

Pero un día rompió su ritmo alucinante. Fue a descansar a una cama de hospital, con infarto agudo de miocardio. A las puertas de la muerte, descubrió que había sido mezquino consigo mismo, un rico miserable. Por fortuna, se le dio una segunda oportunidad, la de empezar otra vez. Muchos trabajan y trabajan sin parar. Cuanto más capital acumulan, más necesitan trabajar, para mantener el estatus y pagar a sus empleados. Nunca disfrutaban de su éxito. Viven un eterno cansancio en una existencia brevísima.

Si viviéramos mil años, valdría la pena gastar cien años trabajando como locos, pero si vivimos ochenta años de media, es una locura trabajar sin parar. Planear el placer, los sueños y los proyectos es fundamental. Pero despreciamos la búsqueda de la excelencia de la calidad de vida.

Buscar la excelencia afectiva, intelectual, social y profesional debería ser la meta de todo ser humano. Buscarla no es vivir la paranoia de ser el número uno. No es desear obsesivamente ser el mejor para ser el centro de las atenciones sociales, sino dar lo mejor que tenemos para nutrirnos a nosotros mismos y a nuestra empresa, escuela y familia. El que no busca la excelencia vive en las redes del individualismo. Piensa mucho más en sí

mismo que en los otros.

Al buscar la excelencia en los demás, debemos entender que no hay personas carentes de inteligencia, sino personas que no aprendieron a descifrar los códigos que liberan su potencial intelectual. No hay personas mentalmente mediocres, sino mentalmente inertes, conformistas, paralizadas por el miedo a atreverse. Buscar la excelencia es entrenar nuestro intelecto para sacar a la superficie el oro que se esconde en el terreno accidentado de nuestras dificultades y limitaciones.

Los maestros son cocineros del conocimiento que preparan con cariño el alimento para un público sin apetito.

Nunca los alumnos han estado tan alienados.

A. CURY, en *Projeto Escola de Inteligência*

(Proyecto Escuela de Inteligencia)

El ADN de los profesionales excelentes

Los códigos de la inteligencia pueden aplicarse para que un científico, estudiante, padre, madre, hijo, profesor o amante dé un salto cualitativo. Pero en este último capítulo los aplicaré a la búsqueda de la excelencia profesional. Los principios aquí comentados pueden aplicarse a diversas áreas de nuestra vida.

Un profesional excelente no es un líder, sino un líder que aprendió; no es un gestor nato, sino un gestor construido. El ADN de un profesional excelente se esculpe en el terreno de la educación, se elabora en el suelo de los conflictos, se forja al calor de los desafíos y se modela en el terreno de las fragilidades.

Antes, ser un buen profesional, cualquiera que fuera su profesión, bastaba para tener seguridad, obtener privilegios y alcanzar metas. Hoy, las sociedades capitalistas atraviesan transformaciones tan rápidas y agresivas que no basta con ser bueno; es necesario alcanzar la excelencia, incluso para gozar de salud psíquica.

Antes una gran empresa tardaba dos o tres generaciones en desaparecer, cerrar, cambiar de manos o quebrar. Hoy basta con unos años o meses para ir a la bancarrota. Los buenos profesionales son atropellados en un mercado por lo demás competitivo; solo los excelentes sobreviven.

Pero ¿qué es ser un excelente profesional? ¡Qué gran teoría! ¿Cuáles son las diferencias entre un buen profesional y uno excelente? ¡Otra gran teoría! Un profesional excelente descifra los códigos de la inteligencia y desarrolla por lo menos cuatro hábitos multifocales principales.

No es el que más trabaja, sino el que más piensa. No es el que resulta previsible, sino

el que sorprende. No es el que repite comportamientos, sino el que se reinventa. No es el que endurece la mente, sino el que libera la imaginación. ¿Las empresas y las universidades son terrenos de cultivo de profesionales excelentes? En mi opinión, no. Son excepciones.

Primer hábito

Los buenos profesionales hacen todo lo que les piden, mientras que los profesionales excelentes sorprenden, hacen más de lo que les solicitan.

Un buen profesional ejecuta las tareas que le solicitan, mientras que un profesional excelente descifra el Código de la Intuición Creativa y hace mucho más de lo que le piden. Un buen profesional es correcto, ético y responsable, pero no se da, no se entrega, no hace nada más allá de aquello para lo que lo han contratado. Un profesional excelente hace cosas que superan sus obligaciones.

Un buen profesional vive en la cárcel de la rutina, no tiene flexibilidad y solo logra caminar si tiene un mapa. Tiene miedo de fallar, de que lo critiquen y de probar nuevas actitudes. Un profesional excelente tiene iniciativa, es osado, creativo, innovador y perspicaz. Un buen profesional respeta el programa; uno excelente abre las ventanas de su mente y va más allá de las fronteras. Un buen profesional descubre lo obvio; uno excelente deja fluir el raciocinio y descubre lo nuevo. Un buen profesional prefiere la seguridad de los terrenos conocidos; uno excelente prefiere la inseguridad de terrenos inexplorados.

Un buen profesional desempeña papeles comunes, mientras que un profesional excelente pertenece al grupo de los diferentes, aunque sea sociable. Lo que mueve a un trabajador excelente a ser diferente no es el deseo de ubicarse por encima de sus pares, sino su código altruista, su deseo de servir y de contribuir. Si alguien le pide a un profesional excelente que busque determinadas informaciones, él trata de conseguir más datos de los que le solicitaron. Si le piden que repare una grieta en la pared, intentará también arreglar otras que no se han detectado. Si alguien le pide que encuentre una alternativa para un problema equis, estudia el máximo de posibilidades. Si le piden agua, como descifró el Código del Carisma, también ofrece un café.

Un buen profesional ejecuta lo previsible; uno excelente hace lo imprevisible. Un buen profesional pasa inadvertido; uno excelente, por muy simple que sea su trabajo, jamás dejará de sobresalir. Cautiva, atrae e influye.

Los principios de un profesional excelente pueden y deben elaborarse tanto en el intelecto del ordenanza de una empresa como en la mente del ejecutivo que la dirige.

Profesores, alumnos, médicos y terapeutas darían un salto profesional si los aplicaran. Son universales.

Segundo hábito

Los buenos profesionales corrigen errores, mientras que los profesionales excelentes los previenen.

Los buenos profesionales hacen lo que pueden para reparar los daños causados por un accidente; los profesionales brillantes hacen lo que pueden para evitar que ocurra. Los nuevos tiempos exigen un liderazgo especializado en prevenir crisis, no en corregirlas.

Los buenos profesionales apagan el fuego, mientras que los excelentes previenen el incendio. Los buenos profesionales tratan los síntomas, mientras que los profesionales excelentes previenen las enfermedades. Los buenos profesionales tienen un raciocinio lógico-lineal; los excelentes tienen un raciocinio esquemático e histórico-social.

Corregir errores genera aplausos públicos; prevenirlos no siempre genera brillo social, pero produce un reconocimiento insustituible y anónimo: el de la propia conciencia. Los profesionales especializados en medicina preventiva rara vez son valorados socialmente, pero ¿y si no existieran las vacunas?

Un buen profesional desconoce el arte de la duda; sus verdades son incuestionables; es un dios en busca de siervos; mientras que un profesional excelente sabe que es un ser humano imperfecto que vive en un ambiente imperfecto. Es un líder que busca pensadores. Maneja el arte de la duda con maestría y humildad. Pregunta de continuo: «¿Qué puede salir mal?», «¿Qué errores he cometido sin darme cuenta?», «¿Qué es lo que no estoy viendo?». Tratar de encontrar soluciones para una empresa con graves dificultades financieras es un logro, pero evitar que llegue a esa situación constituye un hito más elevado. Tratar de vender productos y servicios cuando la empresa está en decadencia es la actitud de los buenos ejecutivos, pero liberar la intuición creativa para innovar, reciclar y reinventarse cuando la empresa se halla en la cima es una actitud propia de los profesionales excelentes.

Tercer hábito

Los buenos profesionales ejecutan órdenes, mientras que los profesionales excelentes piensan por la empresa.

Los buenos profesionales desean primero ser gestores de su empresa, mientras que los profesionales excelentes anhelan ser primero gestores de su mente. Saben que nadie puede ser un líder brillante en el escenario social si no es antes un gran líder en el escenario psíquico.

Los buenos profesionales obedecen las órdenes, mientras que los profesionales excelentes piensan por la empresa. Los que obedecen órdenes solo ven la crisis después de ocurrida, pero los que piensan por la empresa perciben sus señales sutiles antes de que surja.

Los buenos profesionales son gastadores compulsivos, mientras que los excelentes son ahorradores compulsivos, pero nunca dejan de invertir en sus sueños y ocio. Los buenos profesionales viven el presente; los excelentes planean el futuro.

Los buenos profesionales piensan que piensan, pero en el fondo repiten las ideas, mientras que los excelentes las construyen. Los buenos profesionales hacen propaganda de sus obras, mientras que los profesionales excelentes esperan que los demás las reconozcan.

Los buenos profesionales son víctimas del SPA, viven agitados, ansiosos, sufren por anticipado, sufren ataques de nervios en la empresa, mientras que los profesionales excelentes, aunque tengan el SPA, rediseñan su estilo de vida, no descargan su ansiedad en sus compañeros y tratan de descifrar el código de protección de la emoción.

Saben que un líder enfermo formará liderados enfermos, que un líder ansioso creará un ambiente psicótico en su empresa.

Flexibilidad, autocrítica, gestión psíquica y sensibilidad para anticiparse a los problemas, son códigos fundamentales para el que quiera alcanzar la excelencia profesional. Las crisis comienzan a concebirse en la cima del éxito. La gestación de los fracasos se inicia bajo los aplausos del podio.

Cuarto hábito

Los buenos profesionales son individualistas, mientras que los excelentes trabajan en equipo y luchan por el cerebro del grupo.

Los buenos profesionales viven aislados, mientras que los profesionales excelentes viven interactuando. Los buenos profesionales valoran la fuerza del individuo; los profesionales brillantes valoran la fuerza del grupo. Los buenos profesionales luchan por la figuración, mientras que los profesionales excelentes luchan por el éxito del equipo.

Los profesionales excepcionales saben que trabajar en equipo significa algo más que estar juntos: es entrecruzar mentes. Saben que es algo más que sentarse uno frente al

otro y emitir opiniones, sino dejar fluir el pensamiento, construir una mesa de ideas, trazar objetivos y definir focos.

Los buenos profesionales son ingenuos, desconocen las trampas de su mente y las de sus compañeros, mientras que los profesionales excelentes tienen conciencia de que todos los integrantes del equipo, incluso ellos mismos, encierran fantasmas alojados en su inconsciente: los fantasmas del ego, de las vanidades, de los paradigmas rígidos, de la hipersensibilidad, de los celos y de la necesidad neurótica de hacer prevalecer las propias ideas.

Sabe que hasta la timidez es una forma sutil de disfrazar nuestro orgullo, el orgullo de no quedar expuesto, de preservarse, de no poner en duda nuestras opiniones. Sabe asimismo que, por más democráticos que seamos, todos llevamos en nuestro inconsciente un pequeño dictador, incluso cuando izamos la bandera de la humildad.

Por eso son facilitadores del debate, exaltan la participación de los integrantes, valoran las respuestas que no se aprovechan, estimulan la democracia de las ideas, promueven el Código del Altruismo y lo cargan de combustible, y liman el relieve de las vanidades.

Quinto hábito

Los buenos profesionales usan el poder del miedo y las presiones, mientras que los excelentes usan el poder del elogio.

Los buenos profesionales están preparados para exigir, presionar y castigar, pero los profesionales excelentes están preparados para alentar, estimular y apostar a su equipo. Saben que el que presiona y castiga a sus pares sabe lidiar con números, pero no con seres humanos. No sufren la necesidad neurótica de tener siempre la razón o ser el centro de atención.

Los profesionales excelentes conocen el funcionamiento de la mente, saben que lo que determina el impacto de sus palabras no es su tono de voz, sino la imagen que construyen en el inconsciente colectivo de las personas. Si la imagen es excelente, las pequeñas palabras bastan; si la imagen es mala, ni los gritos serán suficientes.

Saben que el poder del elogio es mucho más eficiente que el poder del miedo y las presiones. Tienen plena conciencia de que tanto para corregir a sus liderados como para motivarlos deben, en primer lugar, conquistar el territorio de la emoción, y después el de la razón. Viven este pensamiento: «el que no sabe elogiar no es digno de recibir elogios». Saben que sus empleados no son sus siervos, sino sus compañeros. Los cautivan, y empapan de carisma todos los sectores en que trabajan y actúan.

Los excelentes profesionales saben que el liderazgo y el carisma no dependen de la cultura lógica y académica. Hay personas cultísimas que resultan insoportables, mientras que hay personas sencillas que son intensamente atractivas.

Hoy en día se están formando muchos universitarios que no aprenden a descifrar mínimamente los códigos de la inteligencia. Salen preparados para convivir con máquinas y animales, pero no con personas ni con sus conflictos.

Solo hacen lo trivial, solo realizan lo esperado. No sorprenden, no cautivan, no fascinan y no motivan. No entienden que aprender a pensar y sorprender vale más que muchos diplomas.

VENDER LOS SUEÑOS DE LOS CÓDIGOS DE LA INTELIGENCIA EN UNA SOCIEDAD QUE DEJÓ DE SOÑAR

Una historia fascinante dentro de cada ser humano

Para finalizar este libro interpretaré, a la luz de los códigos de la inteligencia, algunos fenómenos psíquicos y sociales de dos novelas que escribí y que removieron las raíces de mi ser, pues revelan mi crítica al sistema social y mi pensamiento acerca de hacia dónde avanza la humanidad. Esos libros son *O futuro da hu manidade* (El futuro de la humanidad) y *El vendedor de sueños*.

O futuro da humanidade empieza su historia en una cátedra de anatomía donde los alumnos de Medicina se hallan perplejos, en su primer día de clase, ante los cuerpos desnudos que disecarán. ¿Quiénes estaban muertos: los cadáveres o los alumnos que los disecarían? En algunos aspectos, ambos.

Los cadáveres cerraron sus ojos a la vida y los alumnos silenciaron su capacidad de cuestionar los misterios que marcan la existencia. No cuestionaban la identidad y la historia de aquellos seres anónimos. En ese aspecto, estaban tan muertos como ellos.

Por fortuna un alumno, Marco Polo, se sintió inquieto, perturbado con el ambiente. El ilustre profesor, jefe del departamento, estaba dando una clase brillante sobre técnicas de disección de músculos, arterias y nervios. Sin poder contenerse, Marco Polo levantó una mano para hacer una pregunta. Pero al profesor no le gustaba que lo interrumpieran durante su exposición. Insatisfecho, hizo una excepción y, con arrogancia, permitió hablar al alumno.

Marco Polo planteó una pregunta fatal: «¿Cómo se llaman las personas que vamos a disecar?». Al profesor le incomodó la pregunta. Respondió de mal humor, afirmando que las personas que estaban en la clase de anatomía no tenían nombre.

Angustiado, de nuevo el alumno cuestionó: «Pero, profesor, ¿estos seres humanos no tuvieron historia, no soñaron, no amaron ni lloraron?». Irritado, el profesor respondió que eran mendigos encontrados por ahí, psicóticos sin familia, sin nada.

El alumno retrucó: «¿Cómo voy a examinar sus músculos, nervios y vasos sanguíneos sin conocer los capítulos básicos de su pasado?». El profesor rechazó el atrevimiento de Marco Polo frente a sus compañeros. No descifró el Código del Debate de Ideas, pues no admitía que alguien pensara diferente de él. Formaba parte de un cuerpo docente cuyo programa cumplía con el objetivo de formar médicos que repiten

informaciones, en lugar de pensar. Médicos que diagnostican enfermedades, pero no ven al enfermo; que saben aprobar exámenes, pero no liberar su intuición creativa, su sensibilidad, su *insight*.

Mofándose de él, el profesor replicó con aspereza: «Mire, muchacho, ¡si quiere ser un policía que investiga la vida de la gente, ha elegido la profesión equivocada!». Todos los compañeros se rieron de Marco Polo. Humillado, empezó a entender que el que piensa de manera diferente debe pagar un precio. Para sobrevivir a esa y otras situaciones estresantes tendría que aprender a descifrar el código de protección de la emoción. Sería un gran desafío como estudiante de Medicina y futuro psiquiatra.

Además de burlarse de Marco Polo, el profesor lanzó un reto: «Si duda de mí, vaya a la secretaría y averigüe si estos cuerpos tienen historia. Y si encuentra alguna interesante, tendremos el placer de oírla».

Una vez más los compañeros de Marco Polo se rieron del alumno que creía que detrás del cuerpo de un miserable había un mundo que descubrir. Para los alumnos y los profesores de anatomía, los cadáveres eran apenas cuerpos, sin vida, sin identidad, sin pasado.

Muertos vivos

Abatido, salió de la clase de anatomía. Pero en lugar de sumirse en el sentimiento de vergüenza y humillación, Marco Polo descifró el Código del yo como gestor del intelecto. Decidió luchar. Aceptó el desafío. Usó su caos como oportunidad creativa.

Pero la lucha resultó ardua, difícil, espinosa y peligrosa. No lograba encontrar ninguna información sobre los hombres y mujeres que debían diseccionar. Tras mucha insistencia, casi desalentado, encontró en la plaza central a un mendigo de nombre Falcão, un enfermo mental fascinante e inteligentísimo.

El mendigo había sido un brillante profesor de filosofía. Pero quedó mutilado por una psicosis. De las cimas más altas de la gloria cayó a los valles más profundos del rechazo, el desprecio, el escarnio y la deshonra. Su universidad lo excluyó, así como la familia y los amigos. Quedó sin rumbo, sin dirección, sin bienes, y se marchó dejando atrás un pasado hecho pedazos.

Se convirtió en mendigo. Y como tal comenzó a descifrar los códigos de la autocrítica, de la capacidad de soportar las crisis, del altruismo y de la creatividad. El filósofo de la universidad se volvió un filósofo de las calles, más sabio, inspirador, lúcido, provocativo y crítico social.

El mayor desafío de Marco Polo era conquistarlo. Durante la construcción de la inusitada amistad, el mendigo cautivó al estudiante y le reveló un mundo fascinante. Se

convirtieron en un dúo de vagabundos. Tiempo después llegó el gran día. De manera inesperada, llevó a Falcão a la clase de anatomía. Todos quedaron impresionados con la presencia del moribundo, que olía mal y estaba cubierto de andrajos. El profesor se dispuso a expulsar al alumno y al intruso.

Pero de pronto empezó un espectáculo de humanismo e inteligencia. El mendigo comenzó a revelar la identidad de los cadáveres. Todos quedaron perplejos. Tenían historias riquísimas, que conmovían hasta las lágrimas. De repente el mendigo reveló la identidad del último de los cuerpos. El profesor se puso rojo, se le quebró la voz, parecía sofocado, hasta al fin, sin que nadie lo entendiera, estalló en llanto. El último cadáver era alguien muy íntimo y querido para él, alguien a quien hacía años que no veía.

Atónito, se dio cuenta del gravísimo error que había cometido. Era un profesor muy respetado, graduado en la Universidad de Harvard, sabía diseccionar cuerpos, pero no sabía penetrar en las entrañas del alma humana, ni en la suya ni en las de los amigos e hijos. No estaba cualificado para formar pensadores. Necesitaba salir del pensamiento lineal y ver la existencia desde múltiples ángulos. Necesitaba volver a ser un pequeño alumno para aprender a descifrar los códigos de la inteligencia.

He citado unos pocos fenómenos de *O futuro da humanidade* para mostrar que los cuerpos de la clase de anatomía son las figuras del ser humano moderno. Así como aquellos cuerpos anónimos parecían no tener historia, cada vez más nuestra historia se encuentra disminuida, asfixiada y negada. Nos convertimos en un número más en la multitud, en un número más de tarjeta de crédito. En una sociedad superficial, apenas algunos famosos parecen tener historias dignas de interés. En realidad, todos tenemos una historia compleja, saturada de retrocesos y avances, de aventuras y pérdidas. Pero ¿a quién le importa? ¿A quién le cautiva o interesa la película existencial de los anónimos? No somos muertos vivos. No podemos aceptar ser nada más que un consumidor en el mercado, perder las bases de nuestra identidad.

El futuro de la humanidad no será deslumbrante si no tomamos el guion de nuestra historia en nuestras propias manos y aprendemos a ser actores y actrices principales. Nos dirigirán los demás y nos controlarán las circunstancias.

Agente de las propias pérdidas

En el libro *El vendedor de sueños*, un doctor en Sociología está en lo alto de un edificio, en la cima de la desesperación, con la intención de matarse. Era arrogante, agresivo, ególatra e individualista. Un sujeto insoportable, incluso ante sus propios ojos. Sufrió una secuencia de pérdidas causadas por él mismo. Perdió al hijo, a la esposa, el prestigio, la influencia, el poder político, el dinero, el sentido de la vida y la disposición existencial.

No descifró el Código de la Resiliencia. Las pérdidas lo llevaron a empeorar y no lo transformaron en una persona más flexible, medida y serena; por el contrario, se volvió insoportable. Como no era generoso con los demás, cuando se deprimió fue implacable consigo mismo. Se sentenció a muerte.

Ni la policía ni los bomberos conseguían rescatarlo de lo alto del edificio. Cuando se acercaban, él amenazaba con tirarse. También llamaron a un famoso psiquiatra para cumplir con la difícil tarea. Utilizó diversas técnicas, sin éxito. Dio consejos, y nada. El hombre estaba decidido a morir.

Al pie del edificio, una multitud desesperada aguardaba el desenlace dramático de la escena. Entonces surgió un hombre misterioso, cuyo origen nadie conocía, ni su historia académica, ni su nombre ni su familia. Era un anónimo como los cuerpos de la clase de anatomía de la obra anterior.

El forastero pasó todas las vallas y subió a la cima del edificio. Allí enfrentó la guerra del prejuicio. Al verle el abrigo gastado y el pelo desaliñado, el jefe de policía y el psiquiatra le prohibieron el paso.

Pero él dijo que lo habían llamado. En un abrir y cerrar de ojos, uno enfrentó al otro, preguntándose quién lo había convocado. En ese ínterin, el «vendedor de sueños» penetró con rapidez en la zona de peligro donde se hallaba el suicida. Aprensivos, no lograban retirarlo del lugar.

Al verlo, el suicida gritó: «¡Me voy a matar!». La multitud, ante su reacción, sintió escalofríos. Mientras tanto, en lugar de prestar atención al drama del suicida, el enigmático hombre se sentó en el parapeto del edificio, a tres metros de distancia del desdichado. De pronto desarrolló un sándwich y se puso a comerlo con placer. El suicida quedó atónito. Se sintió insultado.

Perturbado, gritó de nuevo al intruso que iba a matarse, y se dispuso a saltar. En ese momento el misterioso hombre soltó una bomba emocional inesperada. Miró con firmeza al suicida y le dijo sin pestañear: «¡Por favor, no me arruines la cena!». El suicida quedó conmocionado, casi se cayó del edificio, pero de asombro. De repente pensó: «¡Este sujeto está más loco que yo!».

Usando los códigos de la inteligencia para interpretar la escena, podemos entender que el andrajoso conquistó primero la emoción, y después la razón del suicida. Lo retiró de la mazmorra de su ventana *killer*, abrió el abanico de su pensamiento no con teorías ni con consejos vacíos, sino con reacciones sorprendentes. La emoción no se conquista con lo trivial, sino con lo inesperado.

Así termina el primer capítulo y comienza la trama de esta novela. Con su provocativa inteligencia, el enigmático hombre, cada vez que abría la boca, socavaba al arrogante intelectual.

Comprar el sueño de una «coma»

El «vendedor de sueños» penetró en el núcleo de su egocentrismo y lo bombardeó con el arte de la duda: ¿qué es la existencia? ¿Qué es la muerte? ¿Qué es el escenario del tiempo? ¿La muerte es el fin de ese escenario o el comienzo de una obra inextinguible? Cuando queremos morir, ¿tenemos conciencia de la muerte o todo pensamiento sobre la muerte no deja de ser un homenaje a la vida?

El suicida, que siempre fue un dios y cuando pensó en matarse continuaba siendo un dios controlado por verdades absolutas y por un pensamiento lineal, fue desmoronándose poco a poco.

Morin señala que el enfrentamiento con un mundo de individuos autorrealizables para una «sociedad de individuos» pasa por una reflexión profunda del sufrimiento humano y de las diferencias impuestas a una multitud de desvalidos (Morin, 1996). Hay una multitud de desvalidos que no tiene acceso a bienes de consumo, casi no tiene perspectiva de ascenso social y está subempleada. Pero, para el protagonista del libro *El vendedor de sueños*, hay una multitud de desvalidos mucho mayor, que abarca todas las clases sociales.

Para ese personaje, los habitantes de las ciudades modernas tenían casas, cabañas, apartamentos, mansiones, pero no encontraron la mayor de todas las moradas: la morada dentro de uno mismo. Eran forasteros en su propio ser.

El suicida, un notable intelectual de la sociología que conocía la biografía de muchos personajes de la historia, nunca penetró en las capas más profundas de su psiquismo. Era un extraño para sí mismo. No conocía las áreas más secretas de su propia biografía. Sin que se diera cuenta, el vendedor de sueños comenzó a venderle uno de sus grandes sueños: una coma. ¿Una coma? Sí, una coma, para que él continuara escribiendo su historia, a pesar de sus pérdidas, fallos, traiciones, frustraciones, angustias y sentimientos de culpa y rabia.

Todos necesitamos comprar comas en la escritura de nuestra existencia. *La vida es un texto grande y complejo, que necesita muchas comas para escribirse, aunque esas comas asuman en algún momento el formato de lágrimas.*

Después de rescatar al suicida, el vendedor de sueños marchó por la gran ciudad proclamando a los cuatro vientos que la humanidad se había convertido en un gran hospital psiquiátrico. Lo normal era ser tenso, ansioso, inquieto, hiperpensante, emocionalmente fluctuante, tener bajo nivel de satisfacción, tener la sensación de andar por la cuerda floja, padecer síntomas psicósomáticos, enterrar los sueños, etcétera. Lo anormal era ser tranquilo, relajado, sereno, humanizarse, rescatar los proyectos personales y conversar con las flores.

Este es un retrato crudo, en mi opinión, de las sociedades modernas. Lo normal se ha vuelto anormal. La regla se ha convertido en excepción. Nos enfermamos colectivamente en la era de los móviles y los ordenadores, en medio de fantásticos saltos tecnológicos.

Tras denunciar el manicomio global, el misterioso personaje comenzó a causar tumultos y confusiones. Por donde pasaba, llamaba a personas admirables que vivían al margen de la sociedad, como alcohólicos, enfermos mentales y modelos bulímicas, para vender sueños en una sociedad ansiosa por consumir productos y servicios, en lugar de reflexión, ideas y conocimiento. ¿Sería él el más psicótico de los seres o un sabio incomprendido? ¿Un impostor o un pensador mucho más adelantado a su tiempo? Ciertamente, era un extraño en el esquema social. A veces muy amado, a veces muy odiado. En algunos momentos aplaudido, en otros abucheado. Pero nada impedía su proyecto.

Mi gran sueño

Mientras escribía mi primer volumen de *El vendedor de sueños*, un libro tan crítico con el sistema social, jamás imaginé que fuera a convertirse en la novela más leída del país en el período en que escribo estos textos. No escribo en función del éxito, sino por la pasión por las ideas, por la pasión por la vida. Mis libros gritan para mostrar que necesitamos aprender a ser protagonistas de nuestra historia psíquica, dentro de lo que es posible.

Me haría muy feliz si no vendiera ningún ejemplar en ninguno de los cincuenta países donde se publican mis libros: significaría que los niños, los adolescentes y los adultos aprenden de forma sistemática en el pequeño cosmos de la casa, el aula y la empresa, el Código del yo como gestor psíquico, los códigos de la autocrítica, de la resiliencia, del debate, del altruismo, del carisma y de la intuición creativa.

Miles o tal vez millones de personas podrían expandir los horizontes de su inteligencia, pulir sus habilidades, prevenir la depresión, la anorexia nerviosa, el síndrome del pánico y una serie de otros trastornos. Podríamos también resolver con más eficiencia los conflictos sociales.

Tendríamos más probabilidades de formar mentes brillantes, los pensadores que construirán la sociedad del futuro, una sociedad donde blancos y negros, palestinos y judíos, occidentales y orientales lucharían ansiosamente por la familia humana y menos por sus feudos. Una sociedad donde el ser humano liberaría las múltiples formas de raciocinio y las personas se convertirían en agentes de un nuevo tiempo. ¿Utopía? ¿Sueño? Tal vez. Pero sin sueños nuestras emociones no tienen rocío y nuestros intelectos no tienen semillas: son estériles.

Seríamos una humanidad con más probabilidades de trasladar las palabras felicidad,

tolerancia, afectividad, sabiduría, tranquilidad, salud psíquica y justicia social de las páginas de los diccionarios a las páginas de nuestra personalidad. Tendríamos menos necesidad de psiquiatras, psicólogos clínicos, socioterapeutas, jueces, fiscales, soldados, prisiones, ejércitos y armas. Tendríamos más educadores, jardineros, poetas, filósofos, escultores, pintores y pensadores. Nuestras sonrisas serían menos formales y más sinceras. Seríamos una sociedad más lírica y más alegre, tendríamos más abrazos y menos exclusiones.

Una sociedad que no estimula la interiorización, que ama los reflectores de los medios, que valora solo a quien sube al podio, que elogia en exceso a los premiados, ¿puede ser sana? No, ¡porque apenas una pequeñísima minoría alcanza esas alturas! Esta sociedad bloquea la capacidad de descifrar y aplicar los códigos de la inteligencia, las herramientas más nobles de la psiquis. Debemos alentar y aplaudir el coraje de debatir de aquellos que nunca fueron premiados. Y enseñar, a nosotros mismos y a ellos, que el gran premio es la vida.

Ante ese premio insondable, sueño con que podamos superar las trampas de la mente y explorar el infinito mundo psíquico y conocernos cada vez más, a nosotros mismos, esos seres complejos y bellísimos y, al mismo tiempo, imperfectos y complicados.

Y, sobre todo, en este brevísimo escenario de la existencia, donde en un instante somos jóvenes y en otro ancianos, sueño que podamos ser «vendedores de sueños» en una sociedad consumista que dejó de soñar y pensar críticamente...

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Adler, A., *Menschenkenntnis (1927)*, Gotinga, Vandenhoeck & Ruprecht, 2007-2010.
- Adorno, T. W., *Erziehung zur Mündigkeit. Vorträge und Gespräche mit Hellmut Becker 1959-1969*, Fráncfort, Suhrkamp, 1972 [trad. cast.: *Educación para la emancipación: conferencias y conversaciones con Hellmut Becker (1959-1969)*, Madrid, Morata, 1998].
- Chauí, M., *Convite à filosofia*, São Paulo, Ática, 2000.
- Costa, N. C. A., *Ensaio sobre os fundamentos da lógica*, São Paulo, Edusp, 1975.
- Cury, A., *Pais brilhantes, professores fascinantes*, Río de Janeiro, Sextante, 2003 (trad. cast.: *Padres brillantes, maestros fascinantes*, Barcelona Zenith, 2007).
- , *Doze semanas para mudar uma vida*, São Paulo, Academia de Inteligência, 2004 (trad. cast.: *Cambia tu vida. Desarrolla tu inteligencia y enriquece tu sensibilidad*, Zenith, 2008).
- , *A Inteligência Multifocal*, São Paulo, Cultrix, 1999.
- , *O mestre dos mestres*, São Paulo, Academia de Inteligência, 2000 (trad. cast.: *El maestro de los maestros*, Madrid, Plural Singular, 2004).
- Descartes, R., *Discours de la méthode*, Leiden, Ian Maire, 1637 (trad. cast.: *Discurso del método. Meditaciones metafísicas*, Barcelona, Austral-Espasa, 1999).
- Duarte, A., *A dimensão política da filosofia kantiana segundo Hannah Arendt*, en Arendt, H., «*Lições sobre a filosofia política de Kant*», Río de Janeiro, Relume Dumará, 1993.
- Feuerstein, R., *Instrumental Enrichment. An Intervention Program for Cognitive Modifiability*, Baltimore, University Park Press, 1980 (trad. cast.: Feuerstein, R., y Hoffman, Mildred B., *Programa de enriquecimiento instrumental*, Madrid, Bruño, 1995).
- Foucault, M., *Maladie mentale et psychologie*, Presses Universitaires de France, París, 1954 (trad. cast.: *Enfermedad mental y personalidad*, Barcelona, Paidós Ibérica, 1984).
- Frankl, V. E., *Der Wille zum Sinn. Ausgewählte Vorträge über Logotherapie*, Berna Huber, Bern 1972–1997 (trad. cast.: *La voluntad de sentido: conferencias escogidas sobre logoterapia*, Barcelona, Herder, 2014).
- Freire, P., *Pedagogia dos sonhos possíveis*, São Paulo, Unesp, 2005.
- Freud, S., *Obras completas*, Madrid, Editorial Biblioteca Nueva, 1972.
- Fromm, E., *Análise do homem*, Río de Janeiro, Zahar, 1960 (trad. cast.: *El corazón del*

- hombre: su potencia para bien y para mal*, Ciudad de México, Fondo de Cultura Económica, 2010).
- Gardner, H., *Multiple Intelligences: The Theory in Practice*, Nueva York, Basic Books, 1993 (trad. cast.: *Inteligencias múltiples. La teoría en la práctica*, Barcelona, Paidós, 1995, 2011).
- Goleman, D., *Inteligência emocional*, Río de Janeiro, Objetiva, 1995 (trad. cast.: *Inteligencia emocional*. Barcelona, Kairós, 1996).
- Hall, L., *Teorias da personalidade*, São Paulo, EPU, 1973.
- Heidegger, M., *Conferências e escritos filosóficos*, São Paulo, Abril Cultural, 1989.
- Husserl, L. E., *La filosofía como ciencia estricta*, Buenos Aires, Nova, 1980.
- Jung, C. G., *Über die Entwicklung der Persönlichkeit*, Zúrich, Walter, 1994 (1961) (trad. cast.: *Sobre el desarrollo de la personalidad*, Madrid, Trotta, 2010).
- Kaplan, H. I.; Sadock, B. J.; y Grebb, J. A., *Synopsis of Psychiatry*, Baltimore, Williams & Wilkins, 1994 (trad. cast.: *Compendio de psiquiatría*, Barcelona, Salvat, 1985).
- Kierkegaard, S. A., *Forførerens Dagbog*, Copenhagen, 1844 (trad. cast.: *Diario de un seductor*, Madrid, Alianza, 2014).
- Lipman, M., *O pensar na educação*, Petrópolis, Vozes, 1995.
- Masten, A. S., «Ordinary Magic: Resilience Process in Development», *American Psychologist*, 56 (3), 2001.
- , y Garmezy, N., «Risk, Vulnerability and Protective Factors in Developing Psychopathology», en Lahey, B. B., y Kazdin, A., *Advances in Clinical Child Psychology*, 8, Nueva York, Plenum Press, 1985.
- Morin, E., *L'Homme et la mort*, París, Le Seuil, 1951 (trad. cast.: *El hombre y la muerte*, Barcelona, Kairós, 1996. 1.^a ed.: 1974).
- , *Les Sept savoirs nécessaires à l'éducation du futur*, París, Le Seuil, 2000 (trad. cast.: *Los siete saberes necesarios para la educación del futuro*, Buenos Aires, Nueva Visión, 2001).
- Muchail, S. T., «Heidegger e os Pré-Socráticos», en *Temas Fundamentais de Fenomenologia*, Centro de Estudios Fenomenológicos de São Paulo, São Paulo, Moraes, 1984.
- Nachmanovitch, S., *Free Play: Improvisation in Life and Art*, Londres, Penguin Tarcher, 1990 (trad. cast.: *Free Play. La improvisación en la vida y en el arte*, Buenos Aires, Paidós, 2004).
- Piaget, J., *Biologie et connaissance*, París, La Pléiade, 1967 (trad. cast.: *Biología y conocimiento*, Madrid, Siglo XXI, 2012).
- Pinker, S., *How the Mind Works*, Nueva York, W. W. Norton & Company, 1997 (trad. cast.: *Cómo funciona la mente*, Barcelona, Destino, 2001).
- Sartre, J.-P., *L'être et le néant*, París, Gallimard, 1943 (trad. cast.: *El ser y la nada*,

- Alianza, 1989).
- Steiner, C., *Achieving Emotional Literacy*. Nueva York, Avon Books, 1997 (trad. cast.: *La educación emocional*, Madrid, Punto de Lectura, 2002).
- Sternberg, R. J., *Beyond IQ: A triarchic theory of human intelligence*, Nueva York, Cambridge University Press, 1997 (trad. cast.: *Mas allá del cociente intelectual*, Bilbao, Desclée de Brouwer, 1990).
- Yunes, M. A. M., *A questão triplamente controvertida da resiliência em famílias de baixa renda*, tesis de Doctorado, Pontificia Universidad Católica de São Paulo, São Paulo, 2001.
- , y Szymanski, H., «Resiliência: noção, conceitos afins e considerações críticas» , en Tavares, J., (org.), *Resiliência e educação*, São Paulo, Cortez, 2001.

ESCUELA DE INTELIGENCIA

El Instituto Academia de Inteligencia invita a directores de escuelas, coordinadores pedagógicos, profesores y padres a conocer el proyecto «Escuela de Inteligencia», desarrollado por el doctor Augusto Cury hace más de diez años. Nobles objetivos orientan este proyecto:

- a) Estimular las funciones más importantes de la inteligencia de los alumnos: pensar antes de reaccionar, ponerse el lugar de los otros, elaborar las pérdidas y frustraciones, liberar la creatividad, proteger la emoción, gestionar pensamientos, desarrollar la conciencia crítica, elaborar sueños y proyectos de vida, y adquirir resiliencia ante las intemperies sociales.
- b) Estimular el entrenamiento del carácter: perseverancia, honestidad, espíritu emprendedor, debate de ideas, disciplina, liderazgo, capacidad de recomenzar, educación para el tránsito y educación para el consumo.
- c) Suministrar herramientas para prevenir trastornos psíquicos: inseguridad, fobia, ansiedad, agresividad, complejo de inferioridad, sentimiento de culpa, falta de transparencia y abuso de drogas.
- d) Enriquecer las relaciones interpersonales mediante el diálogo, la educación para la paz, la crítica contra la discriminación, la tolerancia, el altruismo, la compasión y la solidaridad.

El proyecto se enriquece con material de apoyo pedagógico, entrenamiento de profesores-facilitadores y acompañamiento. A pesar de su profundidad, cautiva a alumnos y profesores, al tener una aplicación pedagógica simple e inspiradora. Debe insertarse en el plan docente con una clase semanal. La Escuela de Inteligencia es tal vez uno de los escasos proyectos mundiales que tienen como meta preparar a los alumnos para ser pensadores y no repetidores de ideas, al educarlos para enfrentar los desafíos de la vida y equiparlos para que sean autores de su propia historia.

Para más información, ingrese en los sitios web: <www.escolainteligencia.com.br> y <www.portalinteligencia.com.br>, o envíe un mensaje de correo electrónico a: <escoladeinteligencia@uol.com.br>.

NOTA

[*] Nombre estadounidense que se adoptaría en todo el mundo.

El código de la inteligencia

Augusto Cury

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal)

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita reproducir algún fragmento de esta obra. Puede contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47

Título original: *O código da inteligência e a excelência emocional*

Diseño de la cubierta: Departamento de Arte y Diseño, Área Editorial del Grupo Planeta
Fotografía de la cubierta: © Getty Images

© Augusto Cury, 2010

Traducción de R. C.
Colaboración en la traducción: Daniel Gigena

© Editorial Planeta, S. A., 2016
Zenith es un sello editorial de Editorial Planeta, S.A.
Avda. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)
www.zenitheditorial.com
www.planetadelibros.com

Primera edición en libro electrónico (epub): junio de 2016

ISBN: 978-84-08-15829-5 (epub)

Conversión a libro electrónico: Àtona - Víctor Igual, S.L.
www.victorigual.com

Índice

Para...	6
Nota del autor	8
Prefacio	10
Introducción. Entrenar el intelecto para descifrar los códigos de la inteligencia	13
Primera parte: INTELIGENCIA MULTIFOCAL	17
1. La definición de inteligencia: el Homo sapiens, un ser que va más allá de los límites de la lógica	19
2. ¿En qué escuela se enseña a descifrar los códigos?	26
3. No hay magia para descifrar el código	31
4. Los códigos son universales	36
5. Los códigos que Einstein no descifró	41
Segunda parte: LAS CUATRO TRAMPAS DE LA MENTE	46
6. Primera trampa de la mente humana: el conformismo	48
7. Segunda trampa de la mente humana: la autocompasión	54
8. Tercera trampa de la mente humana: el miedo a reconocer los errores	60
9. Cuarta trampa de la mente humana: el miedo a correr riesgos	66
Tercera parte: LOS CÓDIGOS DE LA INTELIGENCIA	72
10. Primer código de la inteligencia: Código del yo como gestor del intelecto	74
11. Segundo código de la inteligencia: Código de la Autocrítica: pensar en las consecuencias de los comportamientos	104
12. Tercer código de la inteligencia: Código de la Psicoadaptación o de la Resiliencia: la capacidad de sobrevivir a las vicisitudes de la existencia	114
13. Cuarto código de la inteligencia: Código del Altruismo: la capacidad de ponerse en el lugar de los otros	127
14. Quinto código de la inteligencia: Código del debate de Ideas	139
15. Sexto código de la inteligencia: Código del Carisma	148
16. Séptimo código de la inteligencia: Código de la Intuición Creativa	158
17. Octavo código de la inteligencia: Código del yo como gestor de la emoción	182
18. Noveno código de la inteligencia: Código del Placer de Vivir	194
Conclusión	206
19. Los profesionales que descifraron los códigos: las diferencias entre los	

profesionales buenos y los excelentes	
20. Vender los sueños de los códigos de la inteligencia en una sociedad que dejó de soñar	217
Referencias bibliográficas	225
Escuela de inteligencia	229
Nota	231
Créditos	233