

I. INTRODUCCIÓN

De la tierra, se dice, que es uno de los siete planetas que giran alrededor del sol y que a su vez tiene un satélite que gira alrededor de ella, llamado luna.

Aquí acaban los decires de nuestro planeta, y comienzan los decires sobre la naturaleza, la ecología, la biología, los minerales, los animales, el hombre, las plantas, considerándolos aislados e independientes unos de otros.

Durante los últimos quinientos años, el hombre fue abandonando paulatinamente la observación y la reflexión sobre lo que veía, oía, probaba, tocaba y sentía, hasta llegar a lo que hoy se conoce como ciencia.

El estudioso del pasado, se ha transformado en un técnico, en la actualidad la ciencia ya no es comprensión sino interrogatorios inquisitoriales. El científico se esfuerza en saber los pormenores de los misterios detrás de los microscopios, despreocupándose del conocimiento en totalidad y en su conjunto. El científico puede pasar largos años tras un microscopio y desconocer su propia vida, y esto no es debido a la excesiva sabiduría, ni a que los sabios sean despistados. La ciencia como deseo del conocimiento, se ha convertido en técnica de investigación, el científico no necesita más que introducirse en su parcela y aplicar esta técnica, de ahí el desconocimiento de lo que le rodea. Este comportamiento ha tenido su reflejo en todas las profesiones y el hombre total, ese gran sueño de los filósofos antiguos, ha degenerado en un hombre particular mal formado intelectualmente, sin visión de conjunto y

lo que es peor sin sentir la vida, aunque sin este sentimiento pretenda explicarla.

Creyéndose el hombre superior a lo que lo rodea, se aísla a sí mismo en sí mismo, rompiendo el ciclo cósmico de energía.

La tierra es un todo inseparable, lo que en él hay está cargado de energías variadas, ya que al ser materias no son otra cosa que energías transformadas.

De la misma manera que se denomina energía eólica a la producida por el viento, la hay mecánica, calorífica, solar, eléctrica, nuclear, ect. también en el espacio hay muy diferentes tipos de energía, que al fin y al cabo no son más que una sola.

Aislándose el hombre, no sabe catalizar los fluidos energéticos desprendidos de otras personas, de animales, de plantas, de minerales, del viento, de la tierra. Al no sentir la vida energética, principio vital y origen, no siente la naturaleza, no siente la vida que lo rodea, y como consecuencia es incapaz de sentirse a sí mismo, porque esta separación es artificial, es una negación de las transformaciones cósmicas, es apartarse del camino de la existencia y aceptar el camino negativo de la regresión hacia la no-existencia, de la no-vida.

El hombre no puede ni debe separarse de lo que lo rodea, como un brazo no debe separarse del cuerpo, ni un dedo de una mano ni ésta del brazo. Por seguir con el mismo ejemplo, el cuerpo humano representaría la tierra y cada órgano, cada miembro, cada músculo, cada nervio, cada célula sería una parte de la tierra. Un dedo dolorido de un pié, afecta a todo el cuerpo, en la misma manera que lo hace un dolor de cabeza. El cuerpo humano es un todo, y lo que en la tierra hay, también lo es, como también lo es el cosmos entero, ya que la tierra no puede

separarse de los demás cuerpos celestes que la rodean por muy lejanos que parezcan.

El hombre separado voluntariamente, y al no recibir ya la energía vital, tiene que auto-generarla, ni que decir tiene que este hecho acarreará muchísimos problemas de equilibrio energético orgánico, y con ellos enfermedades de todo tipo. La energía que el hombre desprende en estas condiciones será una energía enrarecida y de tan baja calidad que tenderá más a lo negativo que a lo positivo, utilizando un lenguaje religioso, tender más hacia el mal que hacia el bien, como fácilmente se comprueba.

Al ser una la tierra, no cabe la posibilidad de separarse de ella, los seres vivos en nada se diferencian unos de otros, el fluido vital originario es el mismo en todos ellos, sólo que en unas especies es más sutil, más depurado que en otras. El hombre es en este planeta la especie animal de fluido más sutil, pero también las plantas lo tienen, y unas plantas más que otras, al igual que unos hombres más que otros, los minerales también, y algunos de ellos con fluidos más sutiles, siendo muchos de estos minerales utilizados para curaciones, curaciones que el desconocimiento entiende por superstición, la religión por milagro y los que de esto entendemos, lo consideramos normal y corriente.

Las flores además de simbolismo literario, amoroso y esotérico, tienen sus propiedades específicas transmisoras de ciertas energías, como también lo tienen el humo de ciertas plantas al ser quemadas, procedimiento usado por infinidad de pueblos antiguos y actuales de las más diversas latitudes, los cristianos utilizan en sus oficios el incienso, en el nacimiento de Jesús de Nazaret, le es ofrecido incienso y mirra, los indios americanos piel roja, quemaban salvia y cedro.

En algunas zonas se quema el romero, en recuerdo de las propiedades antisépticas de su humo en las epidemias de peste. Los sahumerios tradicionales del pueblo de Galicia y Portugal se hacen con una combinación de ruda, romero, olivo, tallos de ajo, hierbabuena y celidonia.

Las aguas también tienen sus propiedades, además de las que le confieren los elementos químicos de su composición, están las propiedades radioactivas magnéticas. De ahí que popularmente haya fuentes conocidas como milagrosas y santas, y no anda muy descarriada su denominación, porque en los análisis no se descubre nada especial, sin embargo, la acción la tienen y los resultados se manifiestan.

Porque el planeta tierra es un todo, porque la naturaleza es un todo con la tierra, un todo con el hombre, con los minerales, plantas y todos ellos un todo con el cosmos entero. Todo debe marchar hacia adelante, lentamente, según sea la evolución del ser, pero todo va progresivamente hacia adelante, porque el tiempo no existe en el cosmos, de igual manera que tampoco existe el espacio, el tiempo existe en nuestros relojes, y el espacio en nuestros desplazamientos, no más, de igual modo que la vida es un concepto cultural y de educación, lo mismo que la idea de la muerte, que se contrapone a la idea de vida. En el cosmos no hay ni vida ni muerte, en el cosmos hay existencia eterna, un ser no puede vivir ni morir, existe porque es parte del fluido vital, que por razones todavía no desveladas, en un momento determinado se transforma en energía que se materializa (nacimiento-vida) y que en otro momento se desmaterializa (muerte-existencia), en un círculo depurador de su energía. Así entendido, el nacimiento es una especie de muerte de

la existencia para entrar en lo que conocemos por vida y la muerte el nacimiento que da entrada a la existencia cósmica. Este círculo es repetido una y otra vez, hasta que la energía alcanza un grado de sutilidad y depuración tal que no necesita ya materialización alguna.

En este proceso, lo que conocemos como vivir no tiene porque ser la fase más grata, parece ser que es lo contrario, que al ser el vivir materialización de la energía, el fluido vital no puede moverse tan libremente y es por decirlo de alguna manera, la fase de prueba, de experiencia por la que es necesario pasar.

Si nuestro comportamiento estuviese en armonía con lo que nos rodea, nuestra vida sería armónica, y los pesares, las enfermedades desaparecerían prácticamente en su totalidad, el hombre moriría apaciblemente de anciano, satisfecho de sí mismo y satisfecho de haber vivido. Que nuestro comportar no está en armonía con lo que nos rodea, que nuestra vida no es armónica, que vemos el momento de la muerte con terror, y que no estamos satisfechos de nosotros mismos, como lo prueban las numerosas enfermedades que nos aquejan, es fácil de ver.

Con la ruptura de la armonía, el hombre se aísla de sus semejantes, aislándose del hombre se aísla de sí mismo, convirtiéndose en un hombre que es y que no es, porque sus intenciones y actos no armonizan su interior con el exterior, perdiendo sus actitudes identidad consigo mismo, esta pérdida de identidad acarreará graves conflictos psíquicos, origen y causa de enfermedades en toda su amplitud de gamas, que debilitan el cuerpo humano sustrayéndole la salud y la vitalidad.

Cierto es que el hombre tiene en la sociedad actual todo en su contra para llevar una vida en armonía con la naturaleza. Como también es cierto que todo lo tiene en su contra para identificarse mental y

sentimentalmente con su exterior. El hombre actual sometido desde la infancia a una ininterrumpida información de datos, conceptos, normas sociales, normas de conductas y normas morales, así como una infinidad de verdades que no debe cuestionar nunca, formaran su carácter y su comportamiento futuro. La enseñanza juega su gran papel, la enseñanza no está pensada en el niño o en el joven; en última instancia, la enseñanza no está pensada en quien no sabe y desea conocer, la enseñanza está pensada por los estados para los estados mismos. La enseñanza así entendida no es otra cosa que un plan de estudios. Las asignaturas se reflejan en un libro de texto, el saber está en esos libros, y todo el saber se encuentra en el aula del colegio, haciéndosele creer al hombre desde niño, que fuera del aula lo que existe es ignorancia, lo que dentro de ella hay es sabiduría. Con el tiempo acaba creyéndolo, pero la naturaleza ante engaño semejante se rebela en él, y comienza a odiar la sabiduría y a gustar del mundo que no es ni soso, ni insulso, todo lo contrario, rico en experiencias y divertido. El joven acabará odiando también los libros, porque la lectura le recordará aquellos aburridos manuales de texto que debía aprenderse de memoria.

Este joven confuso, se convertirá en hombre, al que le han matado la curiosidad, al que han programado para tener rechazo a la lectura, al estudio y a la reflexión, lo han convertido en un ser embrutecido de anulado cerebro, magnífico ejemplar apto para el trabajo, que no se cuestionará absolutamente nada de sí mismo, de lo que hace ni de lo que le rodea. Un hombre así, es un ciudadano perfecto, que distribuirá el tiempo de su vida en trabajar, dormir y comer entre horas, porque la división de ocho horas para dormir, ocho para trabajar y ocho de tiempo libre, es uno de los muchos engaños que vivimos y que nos viven. Si a las

dieciséis horas de trabajo y de sueño, añadimos una hora diaria de tiempo higiénico (aseo, vestirse), dos horas de tiempo fisiológico (comer, baño), dos horas de desplazamiento al trabajo, quedan tres horas de tiempo real de ocio. Tres horas para el hombre y veintiuna para el trabajo, porque se duerme para el trabajo, se come para el trabajo y se vive para el trabajo. Tanto se vive para el trabajo, que durante las vacaciones, el hombre, deshabituado a pensar en él, deshabituado a dominar su tiempo, no sabe que hacer con él ni que hacer de él. Los que tienen medios realizan un viaje previamente programado por agencia, otros se tumban en las playas atormentando su cuerpo al sol, otros soportan estoicamente su desconcertante no saber que hacer, ante el televisor.

El trabajo es ideológicamente ensalzado por los estados para mayor facilidad de sus propósitos. En la antigua Mesopotamia, hoy la actual Irak, situada entre los ríos Tigris y Éufrates, y donde se situaba el bíblico Paraíso Terrenal, lugar de gran civilización, cuando en Europa no había más que hombres prehistóricos armados con hachas de piedra. Se concebía al trabajo como un gran bien, trabajar no era deshonor social, esta idea se fomentaba desde el estado, desde la religión y por los propios mitos. Al estar Mesopotamia sujeta a frecuentes inundaciones, para evitar catástrofes, construyeron canales que era necesario mantener limpios para cuando llegasen las lluvias y las aguas discurriesen por ellos. La extensión, la cantidad de canales y la envergadura de las obras, requería que fuese un trabajo colectivo, es decir, un trabajo realizado por quien hace las grandes obras, el pueblo.

En la Grecia de los primeros tiempos también se ensalzaba al trabajo. Homero cuenta que Ulises después de larga ausencia llega a Ítaca, encuentra su casa llena de forasteros que desean casarse con Penélope,

su esposa. Ulises para no ser reconocido se viste con malas ropas, se mezcla entre las gentes y observa lo que acontece en su propia casa. Uno de los que allí estaban tropieza con él, le insulta llamándole vago. Ulises responde: quisiera verte mañana al amanecer, tan pronto despunte el alba, ante campos de igual dimensión y con bueyes de igual fuerza, veríamos al final del día quién ha arado más.

En aquellos tiempos aún no se había realizado la división del trabajo, un hombre sabía hacer lo que popularmente se dice, de todo. En aquellos tiempos se vivía esencialmente de la agricultura, la ganadería y la pesca, actividades todas ellas necesarias y fundamentales. En aquellos tiempos el contacto era muy directo entre el señor y el criado, de manera que si había mala cosecha en la casa, el hambre afectaba por un igual; si el ganado sufría peste, la desgracia afectaba al dueño y al sirviente, porque ambos vivían bajo el mismo techo, carestía y abundancia era compartida por igual.

Lejos quedan ya esos tiempo, llamados la edad de oro, hoy un propietario es propietario y un trabajador es trabajador, si hay abundancia se beneficia el propietario, si hay pérdidas se perjudica el trabajador.

En la mitología bíblica, el trabajo es considerado como condena, como un castigo por transgredir una norma: “ganarás el pan con el sudor de tu frente”, le dicen a Adán.

Aquí da comienzo la ideología de la idea del trabajo, pues las clases que dominan la sociedad, la clase militar, que posee la fuerza y la habilidad para la guerra; la clase sacerdotal que domina ideológicamente con los temores de Dios o de Dioses, necesitan que alguien trabaje por ellos, y el pueblo es quién debe hacerlo y si no llegan

se traen esclavos capturados en las guerras, hechas con esta finalidad a los países limítrofes.

El trabajo desde este momento deja de ser orgullo para convertirse en humillación, en cosa de esclavos y del pueblo, y pasa a adquirir valor quién no trabaje ni nada haga. Y para que al pueblo no se le ocurriese pensar que no debía entregar el fruto de su actividad al estado, se le decía que Dios así lo había ordenado, que la Biblia era la palabra de Dios. Cuando de este libro si se exceptúa el nuevo testamento que refiere la vida de cristo, y algunas partes del antiguo, no es más que un libro lleno de atrocidades y horrores de tal magnitud, que si no se supiese que la mayor de las mentiras es poner en ella la palabra de Dios, el lector renegaría de muchas cosas.

No me limitaré sólo a esta disgresión histórica del trabajo, sino que analizaré algo más, ya que el trabajo ocupa, como hemos visto, gran parte de la vida del hombre. Siendo el trabajo por este motivo la mayor de sus preocupaciones, y como consecuencia, origen de multitud de enfermedades.

Nunca, por otra parte, he leído nada que analizase críticamente el trabajo, conozco libros que hablan de la historia del trabajo, incluso de historia de la clase trabajadora, pero no de una spicosociología crítica del trabajo. Este hecho me hace pensar que cuando algo falta, es porque algo se quiere ocultar. Lo poco crítico que hay sobre el tema, aunque de calidad extraordinaria, son libros del siglo XIX. Los estados actuales utilizan la idea de trabajo como ideología para su mantenimiento, frases como “trabajar es salud”, “al que trabaja Dios le ayuda”, “el éxito está en el trabajo”, “el que trabaja triunfa”, “trabajar es necesario”, “se crearon nuevos puestos de empleo”, “el país se levanta

con el trabajo", etc. se escuchan por doquier. A estas frases el sentimiento popular responde con evidente ironía, "si el trabajo es salud, viva la tuberculosis", o este curioso poema de principios de este siglo.

La Montaña de Caramelo

Una tarde, cuando el sol se ponía
y ardían los fuegos del bosque,
por el camino llegó un vagabundo,
y dijo: "Muchachos, aquí no me quedo;
me marcho hacia el lejano país
de las fuentes de cristal.
Venid conmigo, vayamos todos a ver
las Montañas de Caramelo.

Las Montañas de Caramelo,
dulce tierra donde las propinas crecen a la vera del camino,
donde se duerme a pierna suelta,
donde los trenes de carga circulan vacíos,
donde el sol brilla el día entero,
alumbrando a los pájaros, las abejas y los árboles del cigarrillo;
donde los petirrojos cantan junto a las fuentes de limonada.

Las Montañas de Caramelo,
donde los policías tienen patas de palo
y los perros, blandos dientes de goma;
donde las gallinas ponen huevos fritos,
y los árboles de los huertos rebosan de fruta,
y de heno los graneros.
¡Oh!, me voy al país sin nieve, lluvia ni vientos;
a las montañas de Caramelo.

En las montañas de Caramelo
hay un lago de sopa, y de whisky también,
tan grande, que podéis atravesarlo en canoa.

En las Montañas de Caramelo
nadie se cambia los calcetines;
por las peñas corren arroyos de licor
y los guardagujas os hacen reverencias.

En las Montañas de Caramelo
los calabozos son de hojalata:
apenas te encierran, a la calle otra vez.
No hay picos ni palas,
hachas ni azadas.

Me voy al país donde se duerme el día entero,
donde ahorcaron al maldito que inventó el trabajo.
Me voy a las Montañas de Caramelo y allí me quedare.

Pocas son las personas que en la actualidad conocen y han aprendido un oficio, casi todo trabajador, es un empleado cuya actividad en la empresa puede realizarla cualquier otro Individuo. Las modernas cadenas de montaje hacen del hombre una pieza más de ella, y las supermodernas cadenas de montaje ya han sustituido al hombre por robots.

Las oficinas están llenas de empleados cuya función puede hacerla cualquier otro. El trabajo se ha convertido en una actividad mecánica, monótona, cansina, agotadora más por lo aburrida que por el esfuerzo

requerido. Al trabajo se le ha deshumanizado y lo que es peor, despersonalizado, el hombre no tiene relación alguna con lo que ha elaborado, se limita a su parte, otro a la suya y al final sale el producto. El hombre así no siente orgullo de lo que hace, no se identifica con la obra que sale de sus manos, fiel expresión de su espíritu solidario con el mundo.

Un agricultor presume de su cosecha, de sus buenos frutos y de su vino, como el carpintero siente orgullo de su obra cuando dice -esto ya está listo-, como el albañil que contempla con brillo en los ojos la casa levantada pacientemente y que otro, que no él, habitará en ella, como el pescador viene contento y satisfecho cuando el mar ha sido generoso y ha llenado sus redes con pescado que matará el hambre, que es lo único que debe matarse, de muchas familias además de la suya.

Y sin embargo, que despreciados están estos trabajos. Este orgullo de lo hecho, esta satisfacción en el trabajo y en lo trabajado, son pocas las profesiones que ya lo conservan. Quitando al trabajo esta satisfacción personal, este acto solidario con la sociedad entera, este decir interiormente sin uno darse cuenta, pero que se dice, -esto es lo que yo se hacer y lo hago, disfrutadlo- quitando al trabajo esta satisfacción, ¿qué queda de él?, ¿la búsqueda de un salario? No basta ni justifica la entrega de una vida.

Al dejar de ser el trabajo la expansión del espíritu del hombre, al no identificarse el hombre con su obra, y al sentir que lo que hace no es realmente de utilidad alguna, al no sentir ni felicitación, ni aliento o agradecimiento de quién recibe el objeto que le ha llevado tiempo fabricar, su ánimo descenderá a límites insospechados, su tono vital bajará insensiblemente desembocando en desequilibrio emocional, psíquico y físico. Pero desconociendo las causas, lo achacará a otras

cosas, o a ninguna, o a todas, menos al trabajo, porque "el trabajo-dicen-, es salud y no mata a nadie".

El trabajo sin orgullo y sin satisfacción personal, hará que poco a poco, lentamente el hombre pierda sentido de su hacer y si su hacer es inútil, su vida es inútil y no tiene sentido. La sensación se prolonga alcanzando a su compañera, a sus hijos y a sus amigos. Está a un paso de la depresión y de ahí, a un paso, a un pequeño paso del abismo.

De un trabajo despersonalizado, el hombre ¿qué experiencia adquiere?, ¿en qué se enriquece su mente?, ¿cómo puede extender sus alas el espíritu creador que todos llevamos?, despersonalizando el trabajo el corazón se marchita y mustia al impedirle su exteriorización.

Donde encontrará las palabras para contar a sus hijos y nietos de lo que hizo durante toda su vida, y lo que es peor, donde encontrará dentro de sí el sentimiento de haber hecho algo por la humanidad, de haberla servido de alguna manera. Y cuando el peso de los años lo retiren a labores más leves, ¿cómo les enseñará que las manos son expresión del alma?, ¿cómo les transmitirá que el espíritu tiene canales secretos de expresión, que las manos es el final de estos conductos misteriosos capaces de fabricar, construir, curar y hasta de dar vida?

Con un trabajo despersonalizado, el hombre vivirá sin realizarse, una vida sin realización es una vida incompleta y vacía, un año será igual al siguiente, igual que un día le parecerá igual a otro día. En lugar de acumular experiencia y satisfacción de haber vivido un día más, acumulará tristeza y aburrimiento, su carácter se irá tornando cada vez más intolerante, más autoritario, su rostro se irá acartonando, borrándosele la sonrisa y la expresión de alegría natural que todo ser humano posee al nacer, como herencia divina. Su espíritu sin alegría, su

corazón no desarrollado en la generosidad, su mente embrutecida por la rutina y con su cuerpo gastado en un trabajo, sin conciencia de la explosión de su humanidad vital, se convertirá en un anciano insoportable, que en lugar de afecto inspirará hastío, en lugar de respeto risa, su compañía será rehuida en lugar de buscada. Porque su vida la ha vivido en el vacío, y de él ahora está repleto. Tan sólo una cosa hace que sea admitido por sus hijos, el interés por su dinero, o también el deber, que no el afecto. Ninguno de ellos emana del corazón.

Que contrario acontece cuando un anciano agricultor camina con sus nietos, les muestra un prado y les dice: "allí había un monte, talamos los árboles y lo labramos". Que infinidad de sensaciones y de imágenes le habrán surgido de repente; cuántos esfuerzos realizados, pero su cuerpo era vigoroso y joven, los niños pequeños, se trabajaba duro, pero ahí queda lo hecho. Qué cantidad de preguntas no surgirán de la boca de sus nietos que aún viviendo en la ciudad, desean saber como se planta, como se poda un árbol, como se hace el vino, o simplemente desean oír a un hombre lleno de sabiduría natural y con conocimiento de la vida, porqué hasta tan avanzada edad ha vivido.

Y el que ha sido albañil, puede olvidar acaso, el edificio que construyó hace treinta años, pasó frío y calor, recuerda cuando todo lo que hoy es una floreciente calle llena de comercios, no era más que un descampado. Su corazón tiene que vibrar por fuerza, el trabajo era duro, mal considerado, mal pagado, arriesgado, pero también un trabajo útil - esto lo construí yo-, se dirá, y una parte de sí está en ese edificio, y sabe que una parte suya vive allí, y si algún edificio que construyó es derribado, con pena lo siente, porque ese edificio es testimonio de parte de su vida.

La ideología creada sobre el trabajo, sustenta la economía de las naciones y sus gobiernos. Haciendo una diferencia entre economía nacional y economía familiar o economía individual; entre gobierno y pueblo. El poder económico es detentado, en los países de economía capitalista, por cincuenta familias, estas cincuenta familias de cada país, controlan y monopolizan las economías nacionales y la economía internacional. Este reducido grupo es propietario del 80% de la riqueza mundial, quedando el 20% restante para ser repartido entre la población, la desproporción es tan manifiestamente real como absurda, vista desde una óptica de humanismo económico.

Una manifestación de esta ideología, son las frases importadas y exportadas de Estados Unidos de Norte América, "es un triunfador", "es un perdedor", "luchar por el éxito", etc. Incitando al ciudadano al trabajo y a los negocios, con el fin de adquirir dinero en grandes cantidades, al precio que sea y al coste que sea, evidentemente este coste recayendo sobre el prójimo. Al no lograrlo, se es un "perdedor", calificación despectiva y humillante. Se incita a la lucha, al combate, a la guerra, al empleo de todas las armas que la legalidad y el mundo de los negocios y del trabajo pone a su alcance, todo vale, todo es válido, todo es aprovechable, la amistad no existe, ni puede existir cuando se está en lucha continua, el amigo de ayer es enemigo hoy, y el amigo de hoy mañana es mi enemigo. La amistad crea lazos personales, lazos de unión, de sentimientos, de fidelidad, la amistad crea lazos de solidaridad, de ayuda mutua, en definitiva lazos de amor. Y el amor es lo primero que debe extinguirse del corazón cuando se va en busca del éxito.

La ausencia de amor, la ausencia de sentimientos, deja el corazón frío, sin emociones y por tanto en plena libertad, en este caso en pleno

libertinaje para hacer lo que quiera sin remordimientos y sin mala conciencia (al menos en apariencia) porque el dinero, el éxito, el triunfo, se justifica a sí mismo.

Esta ideología del triunfador, del hombre de éxito, no representa más que la búsqueda del poder, y la palanca para conseguir el poder es el dinero, a menudo el poder se sienta sobre el fango y con frecuencia el fango se sienta sobre el poder.

La creencia en la figura del triunfador como hombre de poder, mina las mentes de la población creyendo que cualquiera de ellos puede llegar a ser un gran empresario. Un armador multimillonario partió de la nada, un importante banquero comenzó de botones en el banco, Napoleón comenzó desde soldado, Hitler era un simple cabo del ejército. Ejemplos que se repiten una y otra vez hasta la saciedad y que por si aún no llegasen, añaden, en la democracia cualquiera puede llegar a ser presidente.

Los ejemplos pueden haber sido ciertos, sin embargo, sólo puede haber un presidente, y el resto de los millones de habitantes no podrán serlo. Magnates de la industria y de las finanzas sólo puede haber un reducido número, los millones de habitantes restantes no podrán serlo.

Es sabido, que de familia adinerada salen hijos adinerados y con múltiples posibilidades, como igualmente es sabido que de familia que no es adinerada los hijos son como sus padres y con posibilidades sociales de triunfo muy menguadas. La excepción, claro está, para ambos casos, confirma la regla.

Que todos los hijos no tienen acceso a la universidad, esto es sabido, y solamente los pudientes asisten a ella. La excepción vuelve a confirmar la regla.

Es esta idea, semejante a aquella otra sobre el deporte, en el que todo se basa en competir, ganar, en vencer y derrotar, y después dicen "lo importante no es ganar, sino participar".

Y como el hombre, dicen, que fue hecho de barro y el barro es moldeable, a fuerza de películas, novelas, periódicos, radio, Internet, religión, lentamente la mente del hombre se va adaptando a las proporciones y deseos de quien todo lo posee y domina, porque la razón una vez anulada admite los mayores desatinos, lo absurdo como lógico, viendo blanco donde no hay más que negro y luz donde no hay más que oscuridad.

A todo ello contribuye la enseñanza, reforzando desde la edad más temprana, este proceso competitivo.

La enseñanza es una institución del estado, y el estado como dueño absoluto de ella la programa, es decir, elabora los planes de estudio, planes que cambia, varía o transforma a medida de las necesidades de la industria, aunque políticamente se las denomina necesidades de la nación. A su vez el estado ha formado según planes de estudios anteriores, a profesores y maestros a su imagen y semejanza, profesores que el estado contrata para realizar un trabajo según las directrices de los deseos estatales.

Reflexionar sobre la enseñanza, es de vital importancia, pues nos descubriría grandes falsedades deformadoras de nuestras creencias y comportamientos más naturales. Pero no es esa la intención de este escrito. Añadir, eso sí, que durante el período escolar se fomenta la competencia y la rivalidad en vez de fomentar en su lugar la solidaridad y la ayuda mutua. Los mecanismos son simples pero efectivos, al alumnado no se le permite que se ayuden entre sí en los ejercicios, y

mucho menos en los exámenes, que además es severamente castigado. ¿Qué hay más hermoso en este mundo, que la ayuda desinteresada de un semejante en los momentos difíciles?, ¿qué gesto más bello puede realizar el hombre que ayudar a otro en su necesidad, en su flaqueza, en la desgracia, en la enfermedad, ante la adversidad o ante la mala fortuna?

Desde la perspectiva de la edad y de la experiencia vivida que ella reporta, el hombre adulto y con un espíritu medianamente sensible, sabe que no hay gesto más engrandecedor para el alma del individuo que éste, y es en estos actos donde se ve la grandeza de corazón, siendo por estos hechos el patrón de medida y clasificador de nuestros semejantes, en buenas personas o malas personas, en hombres generosos o en hombres de ruindad mezquina.

El niño, el adolescente, así adiestrado, marcado a fuego con ese individualismo, "primero yo, después yo y los demás que se arreglen" crecerá hasta convertirse en un pequeño monstruo bípedo, especializado en la depredación de su propia especie.

En apariencia, esta ideología, este comportamiento, generará éxito, triunfo y poder adquisitivo, pero lo que realmente genera, debido al choque producido, por una parte, entre una civilización artificial y una ideología de enfrentamiento de lucha con el comportamiento solidario natural y ayuda mutua genética, es un desequilibrio emocional, psicológico y físico, origen de todas las enfermedades que padece la humanidad, mal endémico del que no se librará por mucho que la Investigación farmacológica y la asistencia médica avancen.

A la ideología embrutecedora del trabajo, debiera oponerse la actividad. La actividad considerada como el empleo de la energía del

hombre en hechos y realizaciones útiles para el individuo y la sociedad. La actividad así considerada, no estaría dividida como lo está la concepción del trabajo, en intelectual y física, sino que toda ella es y será una. El hombre activo, lo sería psíquica y físicamente, su aprender no tendría fin, su hacer no tendría límites. El hombre activo, tiene energía suficiente y sobrante en exceso para ello, esta energía el hombre debe expandirla de sí, necesita expulsarla en las más variopintas maneras. El placer del conocimiento no estaría reñido, como ahora lo está, con la aplicación práctica de estos conocimientos, el hombre activo elegiría uno, dos o cien oficios que aprender y todos ellos podría practicarlos según fuese su estado de ánimo o según la edad. Porque la vida es corta, mucho más de lo que comúnmente se cree, pero también es lo suficientemente extensa para que el hombre se realice y cumpla en este planeta la misión que ha venido a cumplir.

La escuela Summerhill que Neill llevó a cabo en 1921, se basaba en una acertada premisa desde la cual partía su educación, "prefiero un obrero feliz antes que un científico neurótico".

El hombre debe pensar en sí mismo y en el mundo que lo rodea, debe preocuparse en conocer este mundo porque cuanto más lo comprenda más se conocerá y comprenderá a sí mismo. El hombre debe elegir las actividades que más sean de su gusto, que mayor placer le causen, aunque económicamente sean menos remuneradas, a medio y a largo plazo este hombre cuyos ojos reflejarán alegría y su rostro indicará calma y paz. Alegría, calma y paz, tres cosas de las que carece en persistente hambruna el hombre y la sociedad de hoy.

Cuando se encuentra a una persona así, nos sentimos atraídos por ella, su mirada, sus palabras, sus gestos, su presencia, irradia un algo

especial, que nos calma y sosiega sin saber porqué. Esta atracción es debida a que este hombre ha sido y tenido un comportamiento natural y equilibrado. El hombre activo, tiene energía suficiente y sobrante en exceso para ello, esta energía el hombre debe expandirla de sí, necesita expulsarla en las más variopintas maneras. El placer del conocimiento no estaría reñido, como ahora lo está, con la aplicación práctica de estos conocimientos, el hombre activo elegiría uno, dos o cien oficios que aprender y todos ellos podría practicarlos según fuese su estado de ánimo o según la edad. Porque la vida es corta, mucho más de lo que comúnmente se cree, pero también es lo suficientemente extensa para que el hombre se realice y cumpla en este planeta la misión que ha venido a cumplir.

El hombre que quiere vivir en paz consigo mismo y con el mundo, que desee sentir la vida para que la vida penetrando en él se haga una sola y misma cosa, debe buscar la autenticidad en sus pensamientos, deseos, palabras y actos de todo tipo. Con este comportamiento, el hombre carecería de enfermedades, porque se convertiría en un hombre superior, cuya principal fuerza estaría basada en el amor universal y cuando llegase la hora de la muerte, la vería como algo natural, sin angustia alguna, porque ha vivido como un hombre y la muerte no representaría para él más que una nueva vida que debe recorrer expandiéndose por medio del amor y engrandecerse un poco más con las nuevas experiencias adquiridas.

Actualmente el hombre tiene todo en su contra para lograr una vida en armonía, el consumismo descabellado y el denominado nivel de vida occidental, o sociedad de bienestar, son entre otros, los más grandes impedimentos.

El mundo civilizado, desprovisto de categorías éticas, se ve empujado como sostén de su economía a una ideología de consumo y fabricación, el mundo civilizado debe producir de todo y consumirlo todo a su vez. Producción y consumo del que lo que menos importa es su utilidad. Este círculo vicioso no debe pararse bajo ningún concepto, de hacerlo las naciones capitalistas se hundirían económicamente antes de un mes.

La mayor parte de la población trabajadora de un país, lo hace en trabajos inútiles socialmente que a nadie benefician excepto al propietario de la industria. La política económica de los gobiernos se asienta en su absurda dinámica producción-consumo, en la creación de puestos de trabajo, para ello crea empresas de lo que sea y para lo que sea, sin tener en cuenta su utilidad, beneficio y bienestar espiritual y social de la población.

Este gran orden económico subrealista desde su partida, necesita ingentes masas de personal que realice funciones administrativas, de funcionariado, burocráticas y de seguridad. Trabajos todos ellos de nula rentabilidad en una sociedad armónica. El oficinista de ministerios, de bancos, de empresas, los empleados que se dan en llamar de empresas de servicios, no pescan, no siembran, no construyen edificios, ¿cual es su trabajo?, ¿qué hacen? A la primera pregunta no tengo respuesta ni la he obtenido Jamás de nadie a quien he preguntado, a la segunda pregunta la respuesta es obvia, cambian papeles de sitio o los envían por correspondencia a otro lugar que a su vez hace lo mismo, y así sucesivamente. Este orden económico-social es tan a las claras sin lógica, que para mantenerlo es necesario numerosas leyes, con numerosos abogados, fiscales, jueces, magistrados y procuradores; pero también hay prisiones, con numerosos carceleros, habiendo también numerosos

policías, guardias civiles y guardias de seguridad privados, ¿cual es su trabajo?, ¿qué hacen?, que cada cual reflexione y extraiga sus conclusiones.

¿Y el ministerio de la guerra con sus numerosos militares empleados?, ¿cual es su trabajo?, ¿qué hacen?, mi opinión y más ardiente deseo, es que ni trabajen ni se les ocurra hacer nada, absolutamente nada de nada. Por si acaso.

En todo este contexto el auténtico significado del nivel de vida, no es otro que poder adquisitivo, el poder adquisitivo se encuentra unido al consumo, de ahí que el nivel de vida sea poder de consumo. La sociedad actual está afectada por un gran mal que día a día se agrava, este mal no es otro que el consumismo, este mal afecta sobre todo al habitante de la ciudad, aunque su contagio se extiende cada vez más a la población rural. Consumir, es un ansia Irreprimible de comprar y de poseer todo lo que se expone a la venta, aunque se posea un objeto, se desea, empujado por el síndrome de abstinencia a comprar el mismo objeto modernizado; son casos frecuentísimos, cambiar de batidora, porque el modelo que se posee sólo tiene dos velocidades y acaba de salir al mercado uno que tiene tres, el deseo de cambiar el automóvil por otro que acaba de salir al mercado, adquirir productos cosméticos, higiénicos, detergentes, productos alimenticios recién anunciados en los medios de comunicación, o vestir a la impuesta y siempre cambiante moda. No teniendo inclinación a las citas, no puedo reprimir el mencionar al culto fraile orensano Benito Feijoo que en el siglo XVIII escribía a tal propósito -"la moda no se la juzga buena por nueva, sino por ser moda".

Si la adicción de consumir, si el denominado nivel de vida, hiciese más fácil la vida de la humanidad y contribuyese a hacer feliz al hombre y a las naciones, sería algo loable, pero no siendo así, como toda adicción debe ser rechazable por el individuo con toda su energía, energía que debe emplear a fondo, al encontrarse rodeado de numerosas tentaciones e infinitos spots publicitarios realizados por psicólogos especializados en publicidad de masas.

Enfrentarse al vértigo del consumo, renunciar al artificial nivel de vida, implica un acto de voluntad, un acto de rebeldía en el hombre, una toma de conciencia de sí mismo. En poco tiempo el que esto haga, comenzará a sentirse un hombre nuevo, distinto, redescubriendo en su interior emociones ocultas, adquiriendo del mundo una enriquecedora visión que hasta ese momento le era desconocida. Este hombre no será fácilmente comprendido, porque la tontería identifica las maneras sencillas con cosas de poco valor.

El comportamiento del hombre en lugar de tender hacia la armonía, tiende a alejarse de ella, este comportamiento en desarmonía con la naturaleza se manifiesta en las relaciones con sus semejantes y en mayor evidencia con los más próximos. El hombre está educado para vivir en familia y la familia en condiciones tales no es otra cosa que la reproducción en pequeña escala de la sociedad o también la sociedad una reproducción a gran escala de la familia.

La familia debiera estar formada, antes que por el matrimonio legal y el matrimonio eclesiástico, por el amor, por el amor incondicional, generoso y desinteresado (que cada uno reflexione detenidamente y compruebe en sus actos y sobre todo en sus pensamientos, si su amor es incondicional, generoso y además carente de interés.

Las relaciones familiares con un amor tal, desterraría al instante las discusiones y las tensiones que entre sus componentes con demasiada frecuencia existen. Los hijos serían tratados con dulzura y con infinito cariño, el tiempo dedicado a ellos sabría poco a sus padres, cuyo deseo sería, si pudieran, parar el tiempo para permanecer más tiempo a su lado, jugando con ellos mientras son niños, disfrutando de su adorable ingenuidad cuando son jóvenes y de su compañía cuando fuesen adultos. La única educación ha sido y será siempre el amor, la mejor forma de hacerlo es dedicando tiempo y ejemplo.

El amor entre los cónyuges crea esta armonía familiar, armonía familiar que nada ni nadie podrá turbar mientras el amor incondicional y desinteresado exista. ¿Qué lejos se encuentran de esta armonía los ambientes familiares?, las tensiones originadas producen a medio plazo desarreglos psíquicos y nerviosos que abren las puertas a toda la amplísima gama de enfermedades, dando comienzo el eterno peregrinar a consultorios médicos y salas de operaciones.

El aglutinante de la familia es hoy día la televisión y el ordenador, ante ellos desaparece el diálogo y el contacto humano, es una forma estatal de paliar el aburrimiento familiar, paliativo ideológico-comercial que generan en breve plazo enormes males.

Los hijos son considerados en la mentalidad actual como cargas económicas y lastres amorosos, ¡si no fuera por los hijos! suele oírse frecuentemente. Y, tan cierto es esto, que los padres desean que sus hijos trabajen independizándose económicamente de ellos, o que sus hijas a través del matrimonio salgan de sus casas. De ahí la tan escuchada frase, mis hijos ya están colocados. Por su parte, los hijos desean ardientemente

huir del incómodo hogar familiar, trabajando en lo primero que se le presente o casándose a edades tempranas.

Contra lo que pudiera pensarse, se dedica menos tiempo a los hijos ahora que antes, dedicándose más tiempo a los hijos en el medio rural que en la ciudad.

La ausencia de televisión creaba otras situaciones imposibles de crearse hoy día, en el campo por otra parte, el hijo tiene mayor contacto humano con sus padres. Ver trabajar a sus padres, crea deseo de imitarles y ayudarles, incluso la reprimenda por trastadas juveniles, son realizadas por los padres con severidad pero con regocijo interno, porque la sabiduría campesina sabe que debe hacerse de niño lo que no debe hacerse de mayor.

Acaso no deja el campesino en la vendimia, algunos racimos dispersos sin recoger en la viña, algunos frutos sin recoger en el árbol. Es el rebusco. Una vez vendimiado los niños hacen el rebusco, que no es otra cosa que su vendimia, es decir una fiesta con uno o dos racimos cada niño que toma de un viñedo que no es de su familia. Evitando de esta manera posibles destrozos por parte de los niños antes de la vendimia.

Nada me entristece más, que oír frases despectivas sobre los jóvenes drogadictos, no me refiero a quien fuma derivados del cannabis, como la marihuana o hachís, ya que esta es una droga blanda como lo puede ser el tabaco o el café, drogas también.

Tampoco me refiero al consumo de alcohol que por ser tan extendida y de consumo generalizado en todas las edades es una enfermedad de comportamiento social.

Tampoco me refiero al consumo de los numerosos fármacos médicos, calmantes y estimulantes con los que viven adictos gran parte de la población.

Tampoco me refiero a aquellos que ocasionalmente han consumido alguna de las drogas psicodélicas ó alucinógenos del tipo LSD.

Tampoco me refiero al consumidor de cocaína, que por ser droga estimulante muy cara, y consumida por clases sociales pudientes, altos ejecutivos, empresarios, artistas, músicos de renombre, políticos y profesionales bien remunerados económicamente.

La denominación drogadicto se ha centrado en el consumidor de heroína, el muchacho de la tan manipulada figura de la jeringuilla.

Estos muchachos, son el chivo expiatorio junto con el terrorismo, de todos los males políticos y económicos de la nación. De convertirlos en chivos expiatorios se ha encargado el estado y los medios de comunicación, con un oculto propósito, desviar la atención hacia ellos para que nadie se fije en las verdaderas causas y origen perpetuante de los males.

En el siglo XIX los ingleses dominaban China, para controlarla plantaron opio en ese país y drogaron a la población con el fin de impedir que se rebelara, ello dio motivo a la llamada guerra del opio. No fueron los chinos quienes exportaron el consumo del opio, fueron los ingleses quienes lo hicieron con fines estatales y comerciales. Por esa época el trabajador inglés consumía opio que se vendía embalado en bolsitas, el alcohol era demasiado caro, había que aletargar y adormecer al trabajador.

Los árabes fuman hachís, pero no consumen alcohol, un clima cálido como el suyo, no permite, además de que la religión se lo tenga

prohibido, el consumo de estas bebidas. El hachís es una droga de quietud que no estimula a la acción. Por esa razón, en una cultura de acción como la occidental este consumo no está potenciado. Es el alcohol, estimulante, que junto con el café y la coca-cola hacen funcionar a la población aunque se encuentre cansada, con falta de sueño y semienferma.

La heroína, es una droga cuyo consumo origina alta dependencia de ella, con síndromes de abstinencia realmente duros de pasar. Es la droga de los marginados, de los muchachos cuyas familias malviven en las periferias de las ciudades industriales, se dirigen a ella en la adolescencia y a veces mucho antes, lo cierto es que no tienen muchos más caminos por el que dirigirse. La heroína cada vez más se ha extendido a otras familias, que al contrario de las anteriores, tienen medios económicos, pero solamente en el poder económico se diferencian.

Son muchas las causas por las que un muchacho puede ser heroinómano y otras tantas por las que puede ser inducido a inyectarse heroína por primera vez. Pero sobre todas las causas habidas y por haber, creo firmemente en una de ellas, esta causa y no es por coincidencia es la misma que empuja a los jóvenes a otras muchas cosas, incluyendo el suicidio.

Cuando se habla despectivamente del joven drogadicto, siempre respondo: ¡no nacieron así!. Y cuando se me responde, que tuvieron de todo, yo vuelvo a responder: de casi todo, les faltó una cosa.

Estos jóvenes han vivido con sus padres, en familia, ahí y no en las malas compañías fuera de su casa es donde hay que buscar las causas, y donde hay que buscar culpas y culpables si culpas y culpables fuese necesario buscar.

Dentro de la familia es donde han vivido, dentro de ella se han educado, si a esos muchachos se le hubiese dedicado el tiempo que todo niño y todo joven necesita, afecto y el cariño que todos los padres deben proporcionar a sus hijos, de seguro que estarían en sus brazos y no en los de la heroína. La falta de dedicación y la falta de amor es la causa de este gran mal.

De nada sirve darle a los hijos todo lo demás, si se les niega lo esencial, cariño, afecto y tiempo.

He tenido contacto con drogadictos, lo que no he querido tener, ha sido contacto con sus padres ni con su egoísmo, cuando los tuve, nunca conseguí que se dieran cuenta de que ellos no son el centro del mundo, de que el mundo no existe porque ellos existan.

A veces, de padres honrados y de buenas costumbres, salen hijos que no lo son, y viceversa. Estos hechos me hicieron reflexionar largamente, llegando a la conclusión que hay personas honradas y de buenas costumbre porque la ley les prohíbe ser de otro modo, es decir, son honrados por fuera no siéndolo en su interior, del mismo modo que hay personas que no son honradas socialmente porque la vida ha sido difícil, pero en su interior son honradas. Estos falsos comportamientos familiares, los niños los perciben, aunque no lo razonan, ven y sienten que el comportamiento de sus padres no corresponde con su sentimiento interior, perciben que no hay autenticidad, sino falsedad, evidentemente eligen la parte que más destaca familiarmente, que no es otra que el lado malo, ya que en la familia, en el hogar se baja la guardia y cada cual se comporta sin fingimiento tal como es. Por este mismo motivo, de padres cuyo comportamiento es reprochable, sus hijos no tienen porqué

parecerseles, si en su interior deseaban y estaba en su intención ser de otra manera.

Con todo, el amor todo lo allana, todo lo facilita, siendo el amor fuente emanante y conservador de vida.

Que nadie piense que es fácil, viendo estas condiciones, abandonar el consumo de heroína. Además del síndrome de abstinencia, es necesario volver a recuperar la voluntad y fortalecerla hasta el máximo para que un drogadicto se decida y se mantenga en el propósito. Pero además es necesario que cambie de hábitos, de compañía, y por sí fuese poco hay que eliminar las causas ocultas que lo motivaron y que nadie quiere desvelar. ¿Qué padres se admitirían como causantes, o al menos que admitiesen que ellos podrían haber sido parte en estas causas?.

Pues aún sin variar nada de estas condiciones, los drogadictos que he tratado, en un supremo esfuerzo de voluntad, sólo comparada en esfuerzo a la voluntad divina, lo han logrado. Ellos lo han logrado, porque la heroína es tan destructiva, tan aniquiladora de la voluntad, que aquél que haya sido capaz de dejarla, puede conquistar el mundo si se lo propusiese. Porque cuando un hombre renace como el Ave-Fénix de sus propias cenizas, es que vuelva a nacer pero esta vez creándose a sí mismo.

También añadiré que la heroína es tan terrorífica, que aún después de haberla abandonado, pasados los años, su presencia sigue ahí, tentando diariamente, cada hora, cada segundo. Y para que se comprenda mejor a estos muchachos pondré un ejemplo, imagínense que después de varios años se encuentra usted con una persona que le corresponde en sentimiento, y de la que está usted profundamente enamorado y poseído de una loca e irresistible pasión. Esa misma

sensación la tiene todavía al cabo de varios años un muchacho que haya abandonado la heroína. Medite el lector sobre mis palabras y atrévase a ser juez.

El concepto de enfermedad, que antaño se tenía, ha variado. La mayor parte de las enfermedades existentes son producto del medio en el que se vive, de hecho debe hablarse de enfermedades sociales o de civilización en la medida que se desarrollan y son producidas por las costumbres, hábitos y alimentación imperantes en ese medio.

El cáncer es una enfermedad social, se ha comprobado que las causas que lo originan, son en su mayor parte externas al individuo, infinidad de productos que el hombre utiliza y con los que convive diariamente son en mayor o menor medida cancerígenos, lo es el amianto, el PVC, el vidrio, el cloro, el mercurio, la televisión, el tabaco, insecticidas, abonos químicos. Ciertamente es también, que según sean los organismos, según si la persona ha tenido una vida equilibrada, el cáncer afectará a unos y a otros no.

Como enfermedad social, también deben mencionarse los sentimientos, las emociones, las situaciones traumáticas, las represiones internas y los deseos no realizados. El cáncer puede concebirse en este caso como una forma de defensa de nuestra mente, de nuestros más íntimos sentimientos, pero que socialmente no ha sido permitido realizarlos. En un momento dado esta defensa se hace tan poderosa que genera su propio organismo autónomo, que al no poder convivir con el cuerpo realiza un golpe de estado, adueñándose del organismo que lo albergaba pero eliminando con ello la tensión que lo había creado.

El sida, que está de moda, clasificada entre las enfermedades de transmisión sexual, en la misma medida que lo pueden estar la hepatitis y

la tuberculosis. No es propiamente una enfermedad, es un síndrome de inmunodeficiencia, al dejar al organismo sin defensas éste es proclive a enfermedades, enfermedades que en condiciones normales el cuerpo respondería con la activación de sus defensas orgánicas, la carencia de ellas convierte a estas enfermedades en fatales para el individuo afectado.

Es el sida otra enfermedad de civilización, sus causas tienen origen en el modo de vida y en la investigación bacteriológica actual.

Laboratorios militares americanos realizaban investigaciones secretas en Alemania y en Estados Unidos con cepas artificiales de este virus. Hicieron pruebas con presidiarios con la promesa de reducción de penas. Como también realizaron pruebas pagadas, con indigentes y personas de la calle, sometidos todos ellos a regulares controles. El problema surgió porque el sida podía estar en un organismo años aletargado hasta que se manifestara en una enfermedad. Por esta causa pasó desapercibido. Los presidiarios salieron en libertad, por su baja extracción social, la heroína es una de sus drogas de consumo y con el intercambio de jeringuillas se multiplicó la enfermedad.

La población indigente o necesitada que se prestó a las pruebas, al igual que los presidiarios se ofertaban en la prostitución masculina como manera de obtener ingresos.

De ahí que las primeras víctimas sugieran entre los heroinómanos y homosexuales. Nombres de artistas que pasarán a la historia del cine, como grandes galanes, se vieron afectados, como afectados se vieron posteriormente, desde artistas encumbrados a deportistas, políticos y financieros. La homosexualidad al principio se estigmatizó, pero no

tuvieron más remedio que aceptarla y asumirla, al comprobar que también estaban afectadas las parejas heterosexuales.

Lo más parecido al sida en la antigüedad, fue la sífilis que diezmaba a la población europea y después a la americana con la exportación que de ella hicieron conquistadores, colonos y marineros. La sífilis, gallico o mal de Dios como se la denominó por deteriorar el cuerpo y dejar el alma intacta, no tiene hoy problema alguna su curación, aunque nuevas cepas comienzan a hacerse cada vez más resistentes a los tratamientos.

Las enfermedades coronarias son otras enfermedades de civilización, por mencionar las de desenlace fatal, pero muchísimas otras si bien no tan fatales, no por ello dejan de revestir gravedad y a menudo aspectos dramáticos.

Las enfermedades mentales, nerviosas y el llamado stress, con excepción de cuando obedecen a taras físicas hereditarias, son enfermedades de civilización.

No quiero tocar el tema de la locura que al parecer tan sólo unos pocos la padecen, cuando en realidad a nadie se le oculta que este es un mundo de locos y por locos gobernado. Erasmo de Rotterdam escribió el libro "El elogio de la estulticia", que es locura y estupidez, donde puso de manifiesto donde ésta más se manifiesta.

No obstante decir, que la mente es una paradoja, y llamar loco a alguien es cuestión simplemente de perspectiva, se llama loco a aquél que no se comporta según las normas morales y sociales imperantes en el momento.

Si alguien tiene otro código de valores, otra creencia sobre la intencionalidad de los actos, u otra creencia sobre la utilidad de las cosas, locos serían los otros y no él. Pondré un ejemplo parafraseando al

chino Lu Hsun que plasmó muy acertadamente en uno de sus libros. A una persona su familia lo alimenta y cuida cuando está enferma, viene el médico, lo saluda, le habla con afecto, le receta medicinas, trata de animarlo, le sugiere que haga ejercicio, habla con su familia desenfadadamente, hasta se ríe porque es el médico con el que les une amistad. Hasta aquí todo es perfecto, que más se puede pedir de un comportamiento familiar para con uno de sus miembros. Ahora veamos lo que pensaba esa persona de todo esto con una lógica asombrosa y tan irrefutable como la otra.

Se me alimenta para que engorde, me quieren cebar por esto insisten que coma preparándome buenos platos. Me cuidan con el fin de que mi salud no decaiga, que mi cuerpo esté saludable para que siga engordando y no adelgace ni pierda el peso ya adquirido. El médico es como ellos, por eso viene, disimula, me habla afectuosamente, pero yo sé que sus palabras están llenas de hipocresía, acaso no le vi sonreírse con mí hermano?, ;no habló unos instantes en voz baja con mi padre?. Me receta medicamentos para que recobre la salud y siga comiendo, temen que pueda morirme antes de tiempo. intenta alegrarme y me anima a que haga ejercicio, pero yo lo sé todo, conozco sus intenciones, quieren que haga ejercicio para que esté musculoso, quieren que coma para que esté bien cebado, cuando me maten mi cuerpo les será más sabroso en su festín, pero están equivocados, no comeré absolutamente nada y no les dejaré cumplir sus propósitos.

Las enfermedades nerviosas son el auténtico mal de nuestro siglo. A ellas contribuye la vida sedentaria, los ambientes cerrados, la poca ventilación, el aire poco oxigenado, la calefacción, el trabajo monótono

y sin alicientes, la falta de ejercicio, los ruidos, la ausencia de distracciones naturales, la vida ajetreada, la alimentación deficiente, además debe añadirse, el tabaco, el alcohol, el café, el té, la falta de descanso y sobre todo una vida infeliz.

El cuerpo humano tiene un admirable sistema nervioso, que debe cuidarse y como todo lo bueno hasta mimarse, porque el sistema nervioso aunque soporta situaciones extremas, es desequilibrado también con facilidad. Un sistema nervioso desequilibrado desequilibra a su vez las funciones orgánicas, y el cuerpo sufre desarreglos de todo tipo, incluyendo el espíritu y lo que el hombre tiene de mayor valor, la voluntad.

El cansancio mental y el cansancio físico son los primeros síntomas del mal funcionamiento, le sucede el dormir mal, el terrible insomnio, la desgana, la excitación o la depresión, la angustia, al considerar que la vida no tiene sentido, se ha llegado a la pérdida de las ganas de vivir.

El ser humano debiera conocer su cuerpo, debiera escucharlo atendiendo a sus avisos, hacerle caso; en lugar de escucharlo, bien sea por imperativos externos, bien por hacerse el sordo, lo sigue forzando. Si tiene sueño, en lugar de dormir, toma estimulantes, está agotado y sigue trabajando, en lugar de llevar una vida tranquila, la busca ajetreada.

El cuerpo sabe lo que necesita y lo que necesita lo pide con insistencia una y otra vez, un conductor conoce de su automóvil ciertos ruidos que obedecen a deficiencias y que de no poner remedio originarán averías, es razonable atajar esos males, ;Por qué no se hace lo mismo con el cuerpo?, ;será acaso porque el automóvil ha costado dinero y el cuerpo ha sido gratis?, ¿hasta ese punto ha llegado la avaricia humana?, quiero creer que no, aunque la evidencia muestre lo contrario.

Otro de los grandes males para los nervios es la vida nocturna, el ciclo natural, es vivir con la luz y descansar con la oscuridad. Ciertamente es que hay animales que son nocturnos, pero duermen de día. La vida nocturna, con locales cerrados, de atmósfera asfixiante y llena de humo, con el alcohol ingerido, el alto volumen de la música y el desarreglo del sueño, minan en poco tiempo el sistema nervioso, que se convertirá en un habitual círculo vicioso de salgo porque no logro dormir.

La televisión, ese objeto de apariencia inofensiva, es uno de los mayores males de nuestra sociedad y se tiene en el propio hogar. Alguien lo definió un día, desde el punto de vista de control ideológico, como tener un policía en casa. Pero desde la óptica dañina para los nervios, con su emisión prolongada, quita tiempo para el ejercicio, para la tertulia familiar, para el amor y en última instancia roba descaradamente horas al sueño.

El hombre adulto debe dormir diariamente, como mínimo ocho horas, los niños diez horas como mínimo, mi opinión es que debe dormirse todo lo que el cuerpo pida, cuando lo pide es que lo necesita.

Hay personas con tan poco sentido común, que justifican su falta de sueño, con el absurdo de que durmiendo se pierde la mitad de la vida. Lo cierto, todos lo sabemos, que durmiendo bien y descansando bien, despiertos se vive con mayor intensidad y con mayor energía.

El cuerpo humano posee una energía especial, denominada energía de adaptación, con ella el hombre puede afrontar las situaciones más extremas. Esta energía de potencia asombrosa, permite al hombre mantenerse en tensión durante largos períodos de tiempo, aumentando los niveles de rendimiento orgánicos, evitando el derrumbamiento en

situaciones que de hacerlo pudiesen ser fatales, es la energía que va más allá del esfuerzo consciente.

Científicamente no se conoce demasiado bien, sin embargo así se la denomina, es una especie de energía vital, herencia cósmica que todo ser vivo es portador desde su nacimiento, esta energía de adaptación es el mejor don con que la naturaleza ha podido dotar al hombre, un hermoso regalo de la divinidad para superar los malos trances y pasar airoso las dificultades de esta vida. Por ello, el hombre debiera conservar lo más posible esta energía, cuidarla y reservarla para cuando fuese necesario su empleo.

El nacimiento, aterrizaje y entrada en este loco mundo, supone según los psicoanalistas un trauma, el trauma del nacimiento, aquí es donde por primera vez, antes de nada hace su aparición esta energía, adaptando al aspirante a hombre, a una nueva temperatura, a una nueva forma de respirar, de comer, de moverse y de percibir un nuevo entorno totalmente desconocido y del que nada sabe.

Ante situaciones nuevas, ante situaciones desconocidas y en las que el hombre tiene que moverse, esta energía aparece sin darnos cuenta, una y otra vez.

Cuando se pierde un ser muy querido y cercano, el desconsuelo puede llegar a extremos tales, que la muerte podría ser la consecuencia de este dolor espiritual, sin embargo esta energía eleva el organismo y el espíritu a un grado tan alto sus defensas, que el trance, a pesar del sufrimiento, es superado permitiendo que la vida del hombre siga su curso.

Un naufrago en situación extrema, es capaz de mantenerse con vida, aún cuando fisiológicamente es imposible que pudiese estarlo, de nuevo

es la energía de adaptación. Ante una situación de terror extremo, el hombre reacciona enfrentándose a él, otra vez es la energía de adaptación quién lo coloca a la altura de las circunstancias.

Un dolor persistente que se torna crónico, el hombre se acostumbra a soportarlo y a vivir con él, otra vez es la energía de adaptación. Ante situaciones límite, es la energía de adaptación quien le ayuda a soportarlas y superarlas.

El hombre antiguo conocía esta energía, la respetaba, cuidaba y honraba como la más preciada de sus posesiones, sin ella se sabía indefenso, a merced de cualquier eventualidad que con ella habría superado, sin ella, impotente recibiría todo su peso hasta no poder levantar sus párpados.

La energía de adaptación es limitada, cada vez que se emplea, una parte de ella se pierde y no vuelve a recuperarse jamás, de tener siempre una alta energía de adaptación seríamos como dioses, y no somos más que hombres.

El hombre de hoy, sabio en tantas cosas, pero tan ignorante en las de sí mismo, derrocha esta energía preciosa en situaciones estúpidas y banales con encono admirable, no sabiendo yo que admirar más, si la estupidez de la situación o la estupidez de su encono.

Ciertos trabajos exigen del hombre el empleo constante de esta energía y el hombre inconscientemente la entrega, creyendo que es su fortaleza orgánica. La entrega por un salario elevado, que por muy elevado que este pudiese ser, jamás llegaría a compensar ni una milésima parte de un átomo de ella, si de átomos estuviese compuesta.

Esta energía donada al hombre para aumentar su capacidad de vivir, es comprada por empresarios y gobiernos a precios reducidísimos que

emplean para sus fines, los primeros para empresariar y los segundos para gobernar.

El hombre en su ignorancia de sí mismo, la vende con alegría, pareciéndose en esta venta al campesino que vende un ternero en el mercado, sólo que en este caso, es él el ternero.

El ejemplo más gráfico es el del ejecutivo, moderna profesión que nada tiene que ver con la de su antecesor, el verdugo. El ejecutivo desarrolla una energía extra, y cuando se dice extra, se quiere decir extraordinaria, que es energía a mayores de la que le producen los cinco cafés mañaneros y los cinco de la tarde. Este ejecutivo que algunos para definir su superactividad, le dicen ejecutivo agresivo, al llegar a la cuarentena, le sucede un fenómeno que le deja boquiabierto.

La supervitalidad, la energía extra, y la mismísima energía normal, se le desaparece como por arte de magia, ni cafés, ni estimulantes farmacéuticos, ni nada de nada consiguen levantar su ánimo. Se encuentran agotados, exhaustos, y el envejecimiento que debiera llegar a los sesenta años lo tienen en anticipo a los cuarenta, curiosamente el primer número de la cifra es una silla invertida, tal vez para que se sienten.

Mínimamente desequilibrado el sistema nervioso, aparece lo que todo el mundo conoce como stress. El stress es debido a la vida que se hace y al trabajo que se realiza. En el primer caso, quien haya vivido como debe vivirse, es decir, sin molestar ni enfadar a quienes lo rodean y en consecuencia sin molestarse ni enfadarse, desterrando de sí mismo el malhumor y ahuyentándolo de quienes lo rodean, permaneciendo alegre en lugar de triste, riendo en lugar de permanecer serio ante las tonterías ajenas y propias, jamás padecerá el stress, a lo sumo el "scuatro", que es un estado de sonrisa permanente. Tampoco será atacado de

stress e invulnerable a este y otros muchísimos males, quién intentando ser feliz, intenta que los demás lo sean. Ante todo, la sinceridad de la persona juega un importantísimo papel para todas las enfermedades nerviosas.

El stress en tiempos cortos, es favorable y necesario. Ante una situación de riesgo o peligro se produce stress, con esta energía extra que el cuerpo produce solventamos este contratiempo, que bien pudiera ser, un accidente, un incendio o un ataque. Pero permanecer durante largo tiempo bajo esta tensión, porque se llega tarde al trabajo, por la espera en un tráfico de caravana o por los cientos de cotidianas situaciones diarias. Necesariamente no hay organismo que pueda permanecer equilibrado ni capaz de soportarlo.

Algo que es necesario para la supervivencia, descontrolado se convierte en un mal terrible.

Infinidad de matrimonios se han unido por intereses que no tienen porque ser exclusivamente económicos, en lugar de unirse por el afecto y el amor. Este no reconocimiento, la ocultación de este engaño hacia el otro y hacia si mismo mina lentamente el sistema nervioso hasta resquebrajarlo en mil pedazos. Y es que la mente humana, el espíritu humano, no admite el engaño, lo soporta con penosidad y esfuerzo deteriorándose cada vez más hasta que una vez reventado ya no hay nada que hacer, ni con ayuda de la medicina, ni con la bienintencionada ayuda de uno mismo.

Un hecho, un acto, un pensamiento, un deseo, realizado en contra de la verdad interior de uno mismo, afectará irremisiblemente su curación, el restañar esta brecha, supone el empleo de un tiempo varios cientos de veces superior al que motivó esta herida espiritual. A pesar de ello, todo el mundo se cree auténtico, sincero con los demás y con uno

mismo, todo el mundo se cree igualmente, sino perfecto, casi perfecto, siendo los demás los insinceros, los hipócritas y los imperfectos, en una palabra, los demás son los malos y ellos los buenos, sin gran problema el individuo se monta su película que visualiza varias veces al día durante toda su vida.

En el segundo caso, son causas externas lo que motivan el stress, el ajetreo, el estar continuamente pendiente de horarios, el movimiento continuo siempre contra reloj, la preocupación constante y la tensión permanente, llevan irremisiblemente al stress. Esta tensión creada diariamente en estos tipos de trabajo, o en estas formas de trabajar, angustian el espíritu humano de tal forma que empieza por enfermar y acaba donde tiene que acabar si no lo abandona a tiempo.

La falsa concepción y la falsa disculpa de que el trabajo debe realizarse de esa manera y no de otra, o que la vida obliga a ello, no es más que una disculpa autoengañososa del individuo. Ningún trabajo debe realizarse nunca de esa manera, el individuo debe trabajar, por un salario a cambio de su trabajo no a cambio de su vida, por otro lado, la vida obliga a vivir no a morir, este cometido solamente lo tiene la muerte, que por otra parte no es de rostro horrendo como los artistas la pintan, sino de rostro hermoso aunque severo.

Quienes esto piensan o esto dicen, son personas por lo general ambiciosas y tan vacías de sentimiento y corazón, que en él ni sangre tienen, sangre buena se entiende, porque de la otra les sobra.

Este auto-engaño, esta entrega al trabajo obedece a un afán desmedido acumulador de dinero, de pertenencias y de consumir todo lo que artificialmente se le ofrezca en el gran bazar social. Son a menudo personas con traumas y frustraciones antiguas acompañadas de un

magnífico complejo de inferioridad. Complejo que intentan superar eligiendo el mal camino del poder y la prepotencia económica.

Sentirse superior a quienes le rodean, supone para estas personas elevarse a si mismos, falsa elevación es y artificial suposición, ya que el individuo en nada ha cambiado interiormente, sólo en apariencia ha habido cambio.

En otros casos, el hombre busca estos trabajos como una salida a la infelicidad de su vida, representando una especie de refugio al que acude por desesperación, identificando la vida con el trabajo, viviendo para trabajar. Estas personas huyen de la vida por temor, la responsabilidad y la ocupación del trabajo lo absorben de tal modo que la vida es borrada definitivamente, dejando de ella nada más que un leve reflejo, caricatura de la auténtica vida.

Son personas que no aman la vida y no amando la vida ésta es negada, suelen ser también autoritarios, odiando todo lo que respire jovialidad, alegría, altruismo y generosidad. Impondrían sus creencias y su comportamiento a toda la humanidad, no soportan la idea de la felicidad porque ellos siendo incapaces de tenerla, nadie debe tenerla consigo, han negado la vida dentro de sí, dejando un vacío en el que campea a sus anchas el resentimiento.

Las relaciones matrimoniales son de vital importancia en todo comportamiento pero en este caso es de primerísimo orden. Un individuo, hombre o mujer, con relaciones emocionales equilibradas no estaría dispuesto a permitir que nada ni nadie perturbase su estado, muy al contrario, estaría dispuesto a aceptar todo lo que pudiese perpetuarlo e incrementarlo.

Dime lo que buscas y te diré de lo que careces, dice el refrán popular; dime lo que haces y te diré como eres, dice una máxima filosófica. Hablando de filosofía, Agustín de Hipona al que después de muerto, la iglesia le puso un San delante, decía "Ama y haz lo que quieras". Frase esta de total libertad, porque amando puede el hombre hacer lo que quiera, pero debe amar, amar en ese sentido al que anteriormente nos hemos referido, y todas las acciones que de él salgan serán necesariamente acciones llenas de amor, cargadas de buenos deseos.

Pero si no se ama, agrego yo, nada se haga, porque todo lo que se hiciese estará falto de amor, y donde éste falta, la frialdad de sentimientos y el odio soterrado, son el móvil de estas acciones.

Alejandro Domínguez Araújo

EL UNIVERSO HUMANO

Derechos de Propiedad Intelectual e Industrial.

Los contenidos de este libro “**El universo humano**” se encuentran protegidos por derechos de propiedad intelectual e industrial.

Con el número de asiento registral **000308/91** esta obra se haya registrada en el Registro de la Propiedad Intelectual.

Únicamente se podrá descargar material contenido en las páginas, blog o canales oficiales de © **NUEVAS TENTATIVAS** y siempre para uso personal y no comercial, siempre que se respeten todos los derechos de autor, de marcas y otros derechos de propiedad.

La titularidad de los derechos de propiedad intelectual sobre la propia página Web, sus contenidos, su diseño gráfico, el código fuente en lenguaje HTML y los códigos Javascript corresponde, salvo indicación en contrario, a © **NUEVAS TENTATIVAS**; por lo que cualquier utilización no autorizada de los mismos, mediante su reproducción, distribución, comercialización o transformación para fines distintos del uso personal y privado, supone una vulneración de tales derechos.

Asimismo, el usuario reconoce que las marcas, nombres comerciales o signos distintivos contenidos en el presente libro son titularidad, salvo indicación en contrario, de © **NUEVAS TENTATIVAS**, sin que pueda entenderse que el uso o acceso al Portal Oficial de Nuevas tentativas y/o a los servicios atribuya al usuario derecho alguno sobre las citadas marcas, nombres comerciales o signos distintivos. Toda utilización no autorizada de los mismos implica la contravención de dichos derechos.

