

Libertad interna como indicador de Centro de Gravedad. SILO 1993. Madrid

Las referencias para dar una dirección mental. Hay quienes pueden seguir esa dirección con facilidad, mientras que otros lo hacen con dificultad, dándose encontronazos a cada paso.

También proponemos el tema del centro de gravedad interno o, presentado con otro lenguaje, hablamos de sentido de la vida, de humanizar. Esto aparentemente no tiene mucha gracia, no aparece chispeante, ni atractivo y la gente tiende a lanzarse a otras cosas más llamativas, dejándose atrapar psicológicamente.

El problema es que al des-centrarse, al salirse de enmarque, se produce sufrimiento en uno y en los demás.

Cuando vemos (cada vez menos) a la gente encantada con cosas del sistema, están fuera de sí, alteradas y no pueden oír, de modo que no nos queda otra posibilidad que esperar a que se desencanten, se des-ilusionen para poder escuchar nuestro punto de vista.

Contar con centro de gravedad propio, no parece tener atractivo y es algo que se aprende y se construye, no es algo que se da por sí sólo.

En efecto, al estar descentrado se produce sufrimiento y uno siente que “todo le pasa” y no sabe bien por qué. En cambio, cuando se cuenta con centro de gravedad, uno está libre y eso es extraordinario. Esa libertad interna es lo importante aunque no tenga tanto atractivo en apariencia. Ese centro de gravedad y esa libertad interna no acarrearán sufrimiento, ni a uno mismo, ni a los demás. La libertad interna es el indicador del centro de gravedad y la conducta válida hacia los demás es su correlato humano.

Esto nos lleva a ver el concepto de la existencia “en sí” y la existencia “para otros”. Hay quienes, al no disponer de centro de gravedad, siempre están dependiendo de los demás, de los valores externos, resultando huecos por dentro, llevados por el oleaje externo permanentemente, siendo arrastrados como hojas por el viento y moviéndose siempre con una mirada externa, en donde todo se ve plano, movido por hilos externos y sin profundidad.

Con la mirada interna todo se dimensiona.

Es importante comprender los mecanismos de la fascinación que producen la pérdida del centro de gravedad.

Uno puede fascinarse por poca cosa, por una hormiga, una piedra, y mucho más por las personas, equivocándose y produciendo sufrimiento.

Así, llegamos a ver, que el problema es que el ser humano sufre por pequeñeces, no por grandes acciones, y se frena todo. Además, al no poder sustentarse ese sufrimiento por nimiedades, mecánicamente se inventan “grandes problemas”, “enormes sacrificios”, “traumas dramáticos”, “tremendos inconvenientes”, etc. Todo

inconsistente. No es poca cosa el poder superar las fascinaciones y ver claro. Este sufrimiento por pequeñeces confunde mucho a la gente a la hora de hacer lo que realmente quiere y todo se frustra.

Uno ha de aclararse respecto de lo que realmente quiere y hacerlo coherentemente, sólo hay una condición: no perjudicar a nadie. Por eso distinguimos entre un sufrimiento padecido por las contradicciones internas y aquél provocado por quienes siguen los valores del sistema y quieren hacer sus caprichos a toda costa, sin tener en cuenta a los demás, sufriendo y haciendo sufrir por eso. A escala social, los trepadores del sistema hacen eso: sufren y hacen sufrir a todos con sus “tropismos”.

Unas de las pequeñeces frecuentes son los temores infundados, siendo el temor a la muerte el mayor, el mayor de ellos junto con el temor a la enfermedad y a la vejez. Sucede que, de todos modos, se envejece y se muere, para qué desaprovechar el corto período vital con fantasmas, si por el contrario, se debería aprovechar al máximo. Es curioso cómo los temores oscurecen y alteran con ilusiones, con algo que no pasa en realidad.

La soltura interna, psicológica, se logra aprendiendo a circular por los tiempos de conciencia sin cargas, sin pesos ni zonas oscuras, es decir, con libertad y sin sufrimiento y, también, con el diálogo a cierto nivel con otros que pueden ayudar a despejar problemas e ir aprendiendo respecto de aciertos y errores. No hay que temerle a los cientos de errores que se pueden cometer porque son errores pequeños y, si están en buena dirección, son “inversión de aprendizaje”. Ojalá uno pudiera cometer un error tremendo y aprender de golpe, pero, en general, se comenten errores pequeños, subsanables. El punto está en la carga mental que se le ponga a todo, en donde se oscila, entre el dramatismo gravísimo a la sin importancia cínica.