

## Agotamiento

La existencia de una inteligencia somato sensorial previa a la que trabaja con abstracciones es un echo probado, un niño tiene una inteligencia primigenia aun antes de poder decir palabra alguna, aunque solo hablará cuando tenga capacidad de realizar abstracciones y a partir de ahí trabajar con ambas inteligencias.

La inteligencia primera no nos abandonará nunca, y en ocasiones es la responsable de procesos de agotamiento que no tienen ninguna otra explicación, trabajos ingratos pero que al mismo tiempo no son agotadores, y que por otro lado dejan apenas sin carga energética con la que sobrevivir, nuestra inteligencia original pugna, siente y expresa que el tiempo no debería sufrirse de esa forma aunque la inteligencia abstracta, única que hemos entrenado mantengas que si. Ha establecido compromisos prácticamente ineludibles que la inteligencia SS (somato sensorial) no alcanzará nunca a aceptar-comprender. Quizás la única forma de interferir en el proceso de desvitalizarse que supone ese agotamiento sea estar preparando un medio de escape, que esa inteligencia sepa que estoy intentándolo de verdad y pidiéndole al mismo tiempo colaboración en el proceso, solicitando que no me sumerja en la inconsciencia del agotamiento, ya que de hay no saldrá libre ni una inteligencia ni otra. Y no hay forma de engañar a esa inteligencia primigenia.

El deseo de notoriedad en cuanto que busca trascender, es un deseo de multiplicarse, de dejar descendencia aún cuando sea de orden intelectual, la búsqueda de perpetuación por otros medios, la necesidad de reputación es algo que le sucede a la inteligencia abstracta pero que no cautiva a la somato sensorial. El esfuerzo contra el agotamiento debe realizarse de forma que la energía que se consume sea liberadora de energías vitales, es decir el trabajo a realizar debe ser creativo, grato, ameno, interesante, atractivo, en el sentido de que a de atrapar la atención cautiva y favorecer la posibilidad de verdadera atención, el único trabajo capaz de reunir estos requisitos es el de aquel que contribuya a la propia liberación, liberación económica, intelectual y física. El mundo de la inteligencia abstracta queda bloqueado cuando alguien pretende transmitirte sus sufrimientos, sus dolores y procura que seas copartícipe de experiencias sensoriales que para nada nos interesan (en el sentido de que la identificación emocional no permite mejorar la relación, sino que la dificulta), porque no nos concierne sentir lo que nuestros órganos sensoriales no están organizados para sentir, el dolor imaginario o no, extracorpóreo. Los vampiros son aquellos que sorben la energía de los demás, la auto vampirización consiste en extraer energía física para desarrollar acciones que no recargarán el cuerpo sino que lo desvitalizarán, el trasvase de energía emocional a centros físico o intelectuales o viceversa, es pérdida de energía por transformación innecesaria. Y es tan común.

Al igual que hay problemas que solo pueden solucionarse desde una lógica matemática, semántica o emocional, hay experiencias en la vida que sólo se pueden experimentar en su plenitud siendo un niño, un joven o un adulto, sin embargo en pocas ocasiones los adultos conservan la plasticidad de volverse como niños y disfrutar de las experiencias sin el juicio permanente acerca de lo correcto o erróneo de cada situación. Crecer no significa hacerlo matando lo que fuimos sino integrar sus valores y cualidades en una estructura viva, el desarrollo depende de la experiencia y se ratifica en la acción.

El juego es una característica de la juventud, por eso en ocasiones resulta tan atractivo, todo parece olvidarse y el juego rejuvenece, un adulto bien reseco, enroscado en su adultez apenas juega, y casi nunca se divierte profundamente, una parte se divierte frente a otra que juzga siempre áspera.

Es imprescindible mantener vivo el ser niño, el joven que hay en nosotros, son parte de una dimensión apenas conocida, en ese espacio interior ninguna realidad constituida merma la libertad de explorar con la imaginación, con la conciencia, cualquier realidad alternativa. Es en este período de la vida donde surge el amor, el amor y el juego

estarán siempre relacionados. Una vez que el mundo se organiza coherentemente en el interior el niño parece perder su dimensión de libertad, de creatividad superior, de energía limpia e inagotable. La existencia de un mundo exterior estructurado, completo, relacionado y análogo al del interior, limita la experiencia, todo tiene que ser coherente con estos mundos integrados, y la realidad es muy superior. Siendo como es apenas un caos permanente, una libertad sin fin que quedará atrapada en las cadenas del nuevo orden mental, un orden útil que al mismo tiempo impone una limitación al desorden perpetuo, a la experiencia de la libertad.

Llegado este momento solo el amor es capaz de preservar el resto de conciencia íntegro que pueda quedar, solo él puede con su inmensa alegría, con su sentimiento de júbilo y libertad revitalizar la experiencia y colmar de energía cada día, y así de nuevo vivir la aventura de jugar la vida con seriedad, calma y deleite. Solo el amor despierta un interés verdadero, un deseo intenso, un ánimo vital, poderoso, es el fuego que no deja tibio. La tibieza con su dulce moderación, con su formalidad cotidiana, su pulcra rectitud, nos deja desvalidos como una locomotora sin vapor. La vida no es tibia. La juventud no es tibia, solo la frescura de una conciencia de juventud nos libra del mundo único, de la única verdad. ¿Cuál es el proceso que separa lo que parece ser de lo que efectivamente soy?. Puedo reconocer la apariencia porque en el mundo imaginario no hay suficiente energía, no hay nada para el ser real, ni siquiera para prender la mecha de las emociones reales, hay que sobrevivir con simulacros de emociones fingidas, no hay energía.

El trabajo de relajación es muy especial, aún tenemos un ligero control sobre los pensamientos, es posible todavía orientar la atención hacia diversos lugares del cuerpo, es posible reaprender a dirigir esa energía poderosa que es la atención, y asimilar lo que ocurre, y volver cada día a ello como una tarea noble, digna de realizarse, con toda su resistencia, venciendo con calma la intransigencia interior, el deseo mecánico de no hacer nada. Hay energía en la relajación, con una particularidad y es que en estado de calma esa energía se puede ir, como siempre, hacia el exterior o puede proyectarse sobre el mundo interior. Es posible aprender a dirigir la energía hacia cualquiera de los dos mundos que conocemos, y es en esa capacidad donde radica la posibilidad de cambio, una pequeña encrucijada entre dos mundos se abre en el instante que decido atender a la relajación. No es un cruce que separa, es justo un punto en que confluyen posibilidades, y es en la capacidad de elección en donde radican la libertad y la inteligencia.

Artículo obtenido en [eFisioterapia.net](http://eFisioterapia.net)