

Congreso SEDIBAC-
Barcelona, 23 y 24 de mayo de 2009

“CUANDO GANAR ES PERDER”

Claudia Stern

Justo estaba pensando qué tema abordar en la Conferencia de este año en el prestigioso y concurrido Congreso de Sedibac. Obviamente quería algo novedoso, con chispa, inteligente, interesante y que, además, causara buena impresión. Y justo sucedió algo, sincrónicamente, en un par de mis pacientes, que me dieron la clave para profundizar en el tema.

Pero me di cuenta cuando me disponía a escribir sobre esto, que no es solamente de los pacientes que estaba hablando, sino de LA PERSONA, del SER HUMANO, también del TERAPEUTA, de todos nosotros, ustedes, nuestros pacientes, yo misma.

El detonante fue una paciente, Claudia (es su verdadero nombre), a la que atiendo desde hace muchos años. Originalmente estaba en terapia con un psiquiatra y una psicóloga y el cardiólogo de su padre, otrora paciente mío y luego estudiante de florales, me la derivó para tratamiento floral.

Bastante rápidamente fue dada de alta por el psiquiatra y después de unos años pidió unificar la terapia floral y la psicoterapia conmigo. Sigo viéndola una vez por semana en esta doble función “psi-floral”.

Esta mujer, ahora de 44 años, estuvo casada con un muchacho que era como un hijo, al que ella mantenía, cuidaba y maternizaba. Después de un par de años de matrimonio se separan y ella comienza a tener parejas, todos ellos casados.

Su última y actual relación, la más importante, prolongada y constante, es un hombre apenas mayor que ella, padre de 4 hijos y casado con una mujer muy enferma del corazón, con pocas expectativas de sobrevivida, de la cual estaba “separado”, aunque dormía en la casa debido a que no podía dejarla abandonada. También se quedaba muchas veces por semana a dormir en casa de Claudia.

Pasa el tiempo, varios años, y esta mujer, que también se llama Claudia..., se estabiliza en su enfermedad y a pesar del mal pronóstico, sigue viva. Hasta hace unos días, cuando, dado que se sentía bastante bien, acompaña a dos de sus hijos a la farmacia en la esquina de su casa y, sin aviso previo, se muere.

Dos días después Claudia, mi paciente, tropieza en la calle, y de ese pequeño accidente sin sentido (¿?) resulta una fractura de tibia, con la siguiente cirugía, inmovilización y prohibición de pisar durante como dos meses o más... no lo sé por que todavía está en ese proceso.

Dado que tiene varias amigas que son psicólogas recoge interpretaciones diversas y sin costo alguno. “Tenías que parar”, “estabas haciendo demasiado, algo tenía que frenarte”, etc. etc.

Personalmente me disgustan esos psicologismos interpretativos de tipo diccionario. Son lo mismo que dar flores para los síntomas, con el modelo alopático, sin tomar en cuenta lo que realmente le sucede al paciente.

Claudia continúa con sus sesiones telefónicamente y el gran descubrimiento fue que se “quebró” frente a la libertad de su novio... ahora no hay nadie que se interponga... ¿y ahora qué?... Sus preguntas, entre muchas otras, son: ¿me tengo que convertir en la madre de sus 4 hijos...?, yo que siempre me negué a la maternidad. No quise ni quiero tener hijos. ¿Qué haré ahora? ¿Querrá que me case con él?...

Como todo esto está atravesado por la energía y ésta actúa como un imán, me trajo a la memoria otros casos como los que les voy a relatar sintéticamente a continuación.

Recuerdo uno bastante similar al anterior, el de una mujer, que enamorada de un señor casado, sigue con él, desesperada por lograr formalizar la relación y cuando finalmente lo consigue, algo sucede que la relación fracasa antes de concretarse lo que tanto tiempo se anhelara.

O de aquel médico que queriendo ser jefe de su servicio, esperara pacientemente que se produjera la vacante durante años, y al momento de jubilarse el que fuera el jefe, y de ser designado para ocupar su puesto, este médico comenzara a mostrarse indeciso, disminuyendo su rendimiento y finalmente enfermándose, lo que imposibilitó que pudiera tomar el cargo.

Otra muestra de lo mismo, que se puede observar con gran frecuencia es el de aquel profesional, en este caso un arquitecto sin trabajo, que después de mucho esfuerzo, finalmente consigue que le asignen una obra. Se pone feliz y diligentemente a hacer los planos y una vez finalizados éstos, al momento de presentarlos a su cliente, los deja olvidados en un taxi.

Una bailarina, por ejemplo, frente a conseguir finalmente una buena oportunidad para bailar, sale de su casa y “pobrecita” ¡se tuerce un tobillo!

A esta altura si les preguntara qué ven en común en estos y en los del resumen que tienen en el programa y en otros muchos ejemplos que pudiera darles o que ustedes mismos pudieran recordar, ya queda bien expuesto que por distintos que sean los casos, coinciden en el hecho de que surge el fracaso en ellos al cumplirse el deseo, anulando el disfrute del éxito logrado.

Dicho de otro modo, si bien todas las personas buscamos tener éxito en la vida, no todas logramos disfrutarlo cuando llega.

A algunos individuos, el éxito les produce tanto temor que se “esmeran” en boicotearse la situación en el preciso momento en que ésta se está concretando.

Freud solía denominarlos “los que fracasan al triunfar”, dado que para estas personas pareciera que **ganar significa perder**. Lejos de disfrutar sus logros, sienten culpa, miedo, malestar y no se tranquilizan hasta que inutilizan todo lo que conquistaron.

Éxito y fracaso son dos caras de una misma moneda. Temer el éxito es ponerse en manos del fracaso, o en el mejor de los casos, quedarse en el estancamiento.

Una conducta frecuente es echar la culpa a los demás por lo que nos pasa en la vida, siguiendo un modelo que tiende a justificar el fracaso y buscar consuelo y afecto, como alguna vez habrá sucedido en la vida infantil, cuando las cosas no salieron como se deseaba.

Si uno va aprendiendo que cuando algo le sale mal, recibe caricias, inconscientemente fracasará para encontrarse con más caricias.

Esto me trae a la memoria una película que vi hace poco, en la que un varoncito de aproximadamente 13 años siempre llegaba último en cualquier tipo de competencia en la escuela y la madre lo consolaba diciéndole, no te preocupes, alguien tiene que ser primero y alguien tiene que ser último. Hasta que aparece el infaltable enamorado de la madre, que resulta ser entrenador y psicólogo deportivo y se atreve a deshacer ese tipo de mandato que el niño tenía incorporado y ahí comienza a cambiar su desempeño.

¿Qué es en realidad el fracaso o el éxito? El fracaso se compone simplemente de experiencias que no obtuvieron el resultado esperado, mientras que el éxito es una sucesión de hechos acertados que llevaron a alcanzar un objetivo prefijado deseado.

Etimológicamente “éxito” significa “salida apropiada para alcanzar determinados objetivos”. Probar y equivocarse forman parte del camino al éxito.

Es saludable pensar que el éxito no debería ser una meta en sí misma, sino más bien un **aprendizaje, una búsqueda constante de alternativas.**

En nuestra cultura se suele confundir con el reconocimiento, aunque la realidad nos demuestra que no siempre coinciden.

El éxito suele ser criticado y también asusta, porque se lo asocia a conductas ilícitas, confundiéndolo con exitismo. Y se lo relaciona con dinero o poder.

Suelen triunfar aquellas personas que se han preocupado por prestar atención a sus deseos y necesidades internas, superando el temor y la mirada burlona o de censura de los demás por ser original y distinto. Pero eso implica probar y probar es arriesgarse y arriesgarse involucra soltar viejos patrones de conducta, lo cual suele atemorizar aún al más osado y valiente de los individuos, originándose uno de los mayores obstáculos en la ruta hacia el éxito.

Pienso que algunas de las razones por las cuales atemoriza ser exitoso pueden ser:

1. miedo a ser criticado o a hacer el ridículo
2. miedo a tener luego que responsabilizarse de las cosas que se logran
3. miedo a quedar solo y/o perder el amor de los demás
4. temor a que luego sólo quede el vacío, nada más para esperar
5. miedo a “desafiar a los dioses” o dicho de otra manera superar a los progenitores, un equivalente de “matarlos” o ser “matado” por ellos
6. por angustia de dejar de ser hijo
7. a estar demasiado expuesto
8. por evasión al crecimiento
9. por temor a ser envidiado
10. miedo a los cambios.

El miedo, inseparable amigo y a la vez enemigo del hombre suele ser un buen pretexto para no seguir adelante.

Las personas exitosas se enfrentan al miedo y hacen de éste un aliado, de modo que cada decisión es vivida no sólo como riesgo sino también como estímulo, una invitación para seguir adelante, un compromiso para ser mejor.

¿Pero por qué razón hay personas con grandes condiciones que terminan renunciando a sus niveles de aspiración?

Es lógico pensar que lo que suele enfermar a las personas es la privación, la frustración, el fracaso, pero no es tan natural que lo haga el éxito.

De modo que quedamos sorprendidos, y hasta desconcertados, cuando descubrimos que hay también quien enferma precisamente cuando se le ha cumplido un deseo profunda y largamente acariciado. Parece entonces como si estos sujetos no pudieran soportar su felicidad, la de haber logrado el éxito.

Citando a Freud: “No es nada raro que el YO tolere un deseo mientras sólo existe en calidad de fantasía, oponiéndose, en cambio, decididamente a él en cuanto se acerca a su cumplimiento y amenaza convertirse en realidad. De ahí que se vean innumerables casos de individuos que después de luchar con tremenda energía por la consecución de un deseo se derrumban una vez alcanzado el éxito”.

Pensemos que la esencia del éxito consiste en haber llegado más lejos que el propio padre o maestro tal vez, siendo esto algo “prohibido”, de allí el intenso sentimiento de culpa y la necesidad de aplacarla. Las culpas siempre se pagan, de una u otra manera. Una persona exitosa, si se permite serlo, se siente **digna y merecedora** de sus logros, lo que hace que los pueda sostener, acrecentar y fundamentalmente disfrutar. De lo contrario, y tenemos ejemplos concretos en figuras conocidas (por ejemplo en el deporte se ve bastante, entre otras), termina perdiendo lastimosamente lo que con su talento pudiera haber conquistado, incluyendo a veces hasta a su salud.

Se suele creer que las personas exitosas son muy ambiciosas, egoístas, crueles, frías, calculadoras y habitualmente deshonestas. Con este “identi-kit” del exitoso, ¿quién querría serlo?. Pero no siempre es así, y lo cierto es que las más de las veces el **éxito asusta** porque implica asumir compromisos, crecer, dejar de ser “contenido” para “contener”. Es frecuente ver entre los estudiantes universitarios a aquellos que no terminan de recibirse, o que fracasan en la última materia, o aquellos que aún recibiendo, inmediatamente siguen buscando posgrados, otras carreras, cursos y más cursos, sin decidirse a trabajar y aplicar lo que aprendieron. Son los “estudiantes eternos”. Esto tiene que ver con el temor de dejar el papel de hijos y convertirse en “padres”, adultos, que en forma independiente deberán afrontar desafíos en la profesión y en la vida.

Esto no solamente ocurre con los estudiantes, sino con personas que ya formaron una posición y que por mantener cierta seguridad, por ejemplo en su trabajo, no se animan a progresar y lograr éxitos que por capacidad podrían tener, dejando su relación de dependencia para lanzarse por cuenta propia en algún emprendimiento interesante, despreciando la oportunidad con la excusa de no estar preparados o de que el lugar se encuentra muy lejos de su casa, etc.

El miedo al éxito se puede dar en cualquier área de nuestra vida, no sólo en cuanto a la ocupación, sino también en los afectos, en lo social, en la salud. En este último aspecto es usual que sanando de una enfermedad, se la promueva nuevamente o se tenga otra, si eso

hace que se encuentre apoyo de la gente que nos rodea y nos evite tener que tomar decisiones comprometidas.

Es cierto que no siempre se podrá tener éxito. El camino del exitoso también tiene fracasos. Esto no es una paradoja, sino que con perseverancia, cierta dosis de audacia, sentido de realidad, pero especialmente **“permiso”** para triunfar, se logrará a concretar las capacidades positivamente.

Lo importante a tener en cuenta es que no es necesario **“pagar”** con la salud o con los afectos los éxitos logrados personal o profesionalmente. Puede haber coexistencia armónica en todas las esferas, ya que el éxito no tiene sólo que ver con lo material, sino también con valorar y disfrutar lo que se tiene en vez de quejarse por lo que le falta. Es cumplir con un propósito trascendente en la vida.

No está de más recordar que cuando la Personalidad se desvía (o no está en sintonía) del camino trazado por el Alma, surge el conflicto (disarmonía en palabras de Edward Bach), y eso se cristalizará en enfermedad, sea somática, emocional, o en sufrimiento al fin.

El éxito puede entenderse tanto como camino, proceso, destino o meta. Y es loggable si se combinan conciencia, confianza, responsabilidad, voluntad y creatividad.

Muchas personas, sin embargo, a pesar de que saben que poseen ese potencial, frente a la opción del éxito, se sabotean, **sin darse cuenta la mayoría de las veces** (ese es el tema), con inacción, dispersión, inconstancia, falta de toma de decisiones, decisiones equivocadas, enfermedades, repetición de errores, etc., etc., terminando por frenar su propio progreso, pero, eso sí, tranquilizándose, porque la culpa viene de afuera.

La baja autoestima, bloqueos internos, temores ocultos, miedo al castigo, a lo nuevo, a perder lo que ya se obtuvo, a ser envidiado, a no pasar “la prueba”, a que los demás se den cuenta de la propia falta de capacidad para alcanzar lo que se desea, etc. hacen que se encuentren miles de justificaciones y excusas para quedarse siempre en el mismo lugar. “Ser cola de león es mejor que cabeza de ratón”, “ser pobre pero honrado”, “los buenos lugares ya están ocupados” “no arriesgar es no fracasar”... son dichos populares que avalan esto.

Cada persona es responsable de su propia vida y es recomendable buscar en el propio interior y descubrir los fantasmas que nos atemorizan, nos frenan y comenzar a atravesarlos para superarlos y superarnos sin culpa y sin temor a la retaliación, sintiéndonos satisfechos pero fundamentalmente **merecedores** de nuestras realizaciones. Vivir es afrontar un problema tras otro. El modo en que cada uno de nosotros los encara establece la diferencia.

Muchos hablan de la buena y de la mala suerte cuando se refieren al éxito o al fracaso. La suerte se presenta cuando la preparación encuentra una ocasión, que puede aparecer en cualquier momento, y quien no está internamente y externamente preparado la pierde, aunque muchas veces este hecho le pase **inadvertido**. Tener éxito es conseguir lo que se desea y también la felicidad de apreciar lo que ya se ha conseguido.

Hay personas que no toleran estar felices, o que las cosas les vayan bien. Por paradójico que esto suene. Por lo tanto no es verosímil que las personas exitosas tengan que partir de una plataforma ventajosa para arrancar. Los golpes o crisis de la vida son oportunidades de cambio y todo comienza por el interior de cada uno.

Y nunca se puede conseguir algo si no se fantasea primero. Esas personas que dicen ¿“para qué me voy a ilusionar si es sólo una fantasía”? Si no lo pueden ni pensar, ¿cómo lo van a realizar?

Si lo que estamos haciendo no funciona, paremos, pensemos, analicemos y decidamos actuar de otra manera. Seguir actuando de la misma manera y esperar resultados diferentes es una muestra de necesidad. Si seguimos haciendo lo que hicimos siempre, continuaremos consiguiendo lo que obtuvimos siempre.

Recordar que la vida es como el eco: si no nos gusta lo que recibimos deberemos prestar más atención a aquello que emitimos. No descorazonarnos al fallar, ya que justamente el aprendizaje se construye a partir de los errores. Fallar implica aprender y hacerlo mejor la siguiente vez. Aquellas personas que no quieren fallar, tampoco se mueven para hacer.

El Dr. Lair Ribeiro dice en su libro *El éxito no llega por casualidad* “Concentrarnos en lo que no queremos en lugar de hacerlo en lo que deseamos, es como conducir un coche mirando por el espejo retrovisor”.

Los peores enemigos del éxito son el miedo y la prohibición de ser exitoso.

La gente exitosa se enfrenta al miedo y lo usa de aliado, de manera que cada decisión no sólo es un riesgo sino también un reto estimulante, una invitación para seguir adelante, un compromiso, la posibilidad de defender sus ideas y gracias a ellas, al esfuerzo y al tesón, a su lucha y a su pasión, evolucionan día a día. La rutina y el conservadorismo suelen ser enemigos de los logros y los cambios. Todos le tememos a los cambios, a lo nuevo, pero estos miedos son superables.

A esta altura de los acontecimientos, seguramente ustedes estarán esperando que diga qué flores se podrían indicar, pero... no... no tendrán éxito en eso... espero que lo que expuse haya sido lo suficientemente claro como para comprender que frente a estas situaciones cada uno necesitará flores diferentes ya que la fórmula es personal.



Hay un artículo de Ricardo Orozco que me gustó mucho y que dice “que se piense con el paciente y no sobre el paciente”. Y que en realidad lo que sana no es el terapeuta ni unas ni otras flores, sino el proceso por el cual la personalidad vuelve a alinearse con los dictados del Alma. En todo caso, yo agregaría que el terapeuta es un medio para ayudar al paciente a des-cubrir sus conflictos y con la ayuda de las esencias florales lograr su fin.

Lo que quise relatarles en esta exposición es que hay un patrón común en estos casos que se repite: miedos de diverso tipo, culpas, falta de merecimiento, de autovaloración, detención en la evolución... pero ustedes ya saben entonces cuales flores son las más usuales para estas emociones. Lo que más me importa destacar es que hay muchas personas que CUANDO GANAN, PIERDEN. Solamente hay que detectarlo, y no tomarlo como casualidad o mala suerte.

Detectarlo y trabajarlo desde lo floral y desde lo verbal.

Quisiera finalizar este trabajo con una cita de Borges que dice
“Felices los valientes,
los que aceptan con ánimo parejo
la derrota o las palmas”.

Muchas gracias