

OBLIGACIÓN: TRASCENDER

Creo estar curado de un cáncer, y estimo que la disposición de mi ánimo ha influido muy favorablemente en el resultado. Aunque parece pronto para echar las campanas al vuelo, los resultados de las pruebas a las que periódicamente me someto reafirman mi convicción y, en su virtud, deseo dar a conocer ciertos pormenores de mi experiencia confiado plenamente en que pueden beneficiar a otras personas. (Llegado a este punto, he tenido que dejar de escribir: un dolor intenso en el cuello, detrás de la oreja derecha, me ha sorprendido. Aunque conscientemente no había hecho movimiento alguno al que atribuirlo, he supuesto que era un calambre, y he apoyado la cabeza entre mis manos buscando alivio. “Relaja este músculo”; “segrega endorfinas”, se me ha ocurrido ordenarle a mi cerebro. Y enseguida, **por si acaso no era eso lo que me convenía**, he rectificado: **“Haz lo que tengas que hacer, pero alíviame”**. Y me ha aliviado. La sensación de alivio ha sido inmediata pero tan suave al principio que no estaba seguro de su realidad. A lo mejor, me habría aliviado de igual manera sin ordenar nada a nadie. De haber ocurrido así, nada de esto hubiera trascendido. De suerte que intercalo esta anotación por su oportunidad, pues de experiencias similares a ésta me proponía hablar):

- 1Hace dos años y medio, fui operado de una *adenopatía metastásica cervical de origen desconocido*. Con el tumor –que ya había sufrido rotura capsular–, me extirparon el músculo esternocleidomastoideo izquierdo en su totalidad y un montón de ganglios. (Casualmente, el dolor de hace un instante lo sentía en la parte alta del esternocleidomastoideo derecho. Justo en ese punto, pero del lado izquierdo, me noté aquel bultito insignificante e indoloro que resultó ser un *carcinoma epidermoide*. Tal casualidad me ha dado que pensar, pero no he querido atribuirle carácter premonitorio alguno. ¿Por qué temer las consecuencias de dar a conocer lo que considero una obligación? ¿No dijo Jesús: “*Nadie que ponga las manos en el arado y mire atrás estará preparado para el Reino de los Cielos*”?). Un mes después de la operación fui sometido a cuarenta y cinco sesiones de radioterapia. Perdí ocho kilos de peso.
- 2 Mi delgadez parecía preocupar más que nada a mi mujer. A la sazón, los controles hematológicos y bioquímicos que requería el postoperatorio evidenciaban, entre otras anomalías, exceso de glucosa pese a que yo procuraba respetar la dieta adecuada. Un día en que mi mujer insistía en que comiese un poco más, una de nuestras hijas adujo que la delgadez podía provenir de que mi páncreas no segregase suficiente insulina –hormona que permite asimilar los azúcares–, y prueba de ello era que tenía exceso de glucosa en la sangre. Me agradó su razonamiento, y secretamente le pedí a mi cerebro que le ordenase al páncreas que segregara suficiente insulina, y empecé a engordar. Y lo más destacable es que, desde entonces –hace más de un año–, mi nivel de glucosa es correcto, no respeto dieta alguna y conservo mi peso ideal.
- 3 Refiero estos detalles para evidenciar mi convicción de que **todo aquello que nuestro cerebro pueda organizar, nuestro cuerpo lo realizará**. Los científicos aseguran que, con más de diez mil millones de neuronas del córtex, el cerebro puede realizar como mínimo 10^{800} conexiones sinápticas –nada menos que un 10 seguido de ochocientos ceros–. Con tal capacidad de cálculo

lo, la cantidad de información que podemos adquirir en vida es inmensa, pero ridícula si la comparamos con la base de conocimientos heredada, casi toda inconsciente, seleccionada por evolución a lo largo de quinientos millones de años e incorporada en nuestros genes, sin la cual no habríamos podido asimilar nada. Y por último, repartidas por todo el cuerpo, tenemos numerosas huestes de células especializadas en el crecimiento y reparo de nuestro organismo que ejecutan fielmente los dictados del cerebro. Con tan maravilloso dispositivo, no es descabellado suponer, que muchas personas se habrán curado de algún tumor maligno sin saber que lo tenían y, en sentido negativo, que ciertas alteraciones más o menos graves de la salud derivan de ciertas influencias nocivas de nuestra mente.

- 4 En el prefacio del libro *“Neuro-comunicación”*, del Dr. Robert Masters, se cuenta que, “En un país escandinavo, un hombre había quedado encerrado por accidente en un vagón-refrigerador de un tren. Le encontraron muerto, con todos los síntomas clínicos de muerte por congelación, pero la refrigeración no estaba conectada. Sus imaginaciones del frío fueron mortales.” Es decir, que **el cerebro puede ser engañado**. Esto significa que, **sin darnos cuenta, nuestros pensamientos llegan a influir negativamente en nuestro cerebro hasta el punto de perturbar en algún aspecto su actividad rectora**.
- 5 Sabemos que mente y cerebro son cosas distintas. El cerebro, al igual que el cuerpo, es una cosa física; la mente, no. Y, sin embargo, interactúan. ¿Cómo? No lo sé. Lo que sabe todo el mundo es que una deprimente actitud mental produce funestos resultados en el cuerpo físico, y que un ánimo jubiloso, esperanzado u optimista lo beneficia. Al respecto, hace tiempo leí que la terapéutica mental **no es un efecto de la mente sobre la materia**, sino que: “Más bien es el resultado de la influencia de la mente “central”, cuyo instrumento es el cerebro, en la mente de todas las células que constituyen nuestro organismo.” Y para mí, esto es suficiente, puesto que las células son seres vivos y donde hay vida hay mente.
- 6 Nuestro sistema nervioso está encargado de las funciones vegetativas que contribuyen al equilibrio fisicoquímico de nuestro organismo. **Ese equilibrio o paz interior resulta básico para tener salud**. Así que **la salud es el estado natural del organismo humano**. Sin embargo, un pensamiento perverso o un mal deseo o nuestra arrogancia, celos, desconfianza, presentimientos funestos, miedos o temores destruyen esa paz interior, y entonces suena la alarma. Me refiero a la **emoción negativa** que despierta en nosotros, que no es otra cosa que **la reacción de nuestro cuerpo a la mente**. Es decir, cualquier estado mental morboso supone un cambio del influjo dominante de la “mente central” sobre la mente de las células, que altera nocivamente los humores del cuerpo. La tristeza, por ejemplo, causa un desequilibrio funcional y, por eso, es perjudicial. Es como si un grupo o colectividad de células relacionadas por un común esfuerzo colectivo se declarasen en huelga contrariadas por los cambios políticos del gobierno.
- 7 En cambio, los pensamientos de completa salud, bienestar, éxito, confianza, vigor y dicha mejoran nuestro estado de ánimo y despiertan **emociones positivas**, gracias a la paz y armonía interior que generan. **La alegría es saludable porque nuestro organismo funciona en perfecta armonía**.

- 8 Con todo lo hasta aquí apuntado, antes que excitar la atención del lector, me he propuesto exponer los razonamientos de mi fe. Una fe entrefundida y armonizada con la razón, aunque a veces la trasciende bajo influjos intuitivos o espirituales que la transforman en confiada expectación de determinados logros. Es decir, creo firmemente que toda causa, más pronto o más tarde, produce su particular efecto. Para mí, esta ley es la más fundamental de todas. Pero, además, creo que hay Algo que me beneficia y ayuda cuando me esfuerzo con buen ánimo un poco más de lo debido en pos de un propósito, todo lo cual, además de la mejora o incremento derivados del mayor esfuerzo, me infunde una sensación espiritual de complacencia por añadidura. Ambos efectos, resultado real y complacencia experimental, han incrementado mi confianza y mi fe y, por ello, se han vitalizado o vigorizado las dinámicas fuerzas de mi voluntad, convertidas en aliento de vida. Y, sobre todo, creo en el inmenso poder de la mente y en que sólo ella es creadora, aunque también puede errar, por lo que después diré. Y, finalmente, creo que todo mi cuerpo (cerebro incluido), no crea, sólo fabrica, y, como recurso de aprendizaje al servicio de la mente que es, si actúa equivocadamente es porque está respondiendo a un pensamiento falso.
- 9 Sin duda alguna, estas creencias otorgan a mis pensamientos mucha importancia. Quiero decir que, cuando la enfermedad es por error de la mente, la responsabilidad es del ego que piensa, no del cuerpo que reacciona, y, por ello, es en la mente donde ha de tener lugar su corrección. **La mente no puede tener lo que no elige ser.** Más claro: para curarnos, necesitamos cambiar de mentalidad. Yo puedo tener miedo y, en el mejor de los casos, entender que tener miedo es algo natural. Ahora bien, a partir del momento que sé que el miedo genera incertidumbre e indecisión en mi mente y que el miedo no es otra cosa que un pensamiento, tendré que intentar rechazarlo como sea para que no encadene a mi espíritu en la confusión mental que el miedo genera. Por supuesto, me refiero al estado de miedo psicológico (preocupación, ansiedad, nervios, desconfianza, etc.), miedo a algo que podría ocurrir, y no a un peligro real inmediato o que ya está ocurriendo.
- 10 "Mujer, **ten confianza**, tu fe te ha sanado", dijo Jesús de Nazaret. Y lo saco a relucir al suponer que la confianza puede ser el mejor antídoto para el miedo, ya que mantiene **abiertos los canales de influencia benéfica de nuestro Poder mental**, canales que, con la misma facilidad, se cierran de golpe cuando en nuestra mente aparece la duda, la desconfianza o el miedo.
- 11 Estoy convencido de que el ego es el principal perturbador de una mente recta. A mi edad, distingo perfectamente su voz cuando me tienta a que aproveche ciertas oportunidades para impresionar favorablemente a otros egos sobre mis cualidades. Ahora soy mucho más consciente de mis caídas en ese error, y escucho otra voz más profunda que me dicta que no debo hacerlo. Es como si en mí existiesen dos "yoes" alternándose en el dominio de mi mente. A mi ego, debería estarle agradecido en algunos aspectos, porque recuerdo que se evaluaba a sí mismo en función de otros egos, y me daba a entender que el hombre era el creador de sí mismo y que me correspondía mostrarme más trabajador, habilidoso, inteligente, simpático, atractivo, sobresaliente en todo y admirado por todos para triunfar. Ahora, la otra voz cobra cada vez más fuerza en mí y me dicta que no por gratitud debo guardarle al ego lealtad, por-

que, si bien él nunca podrá impedir que Dios resplandezca sobre mí, sí puede impedirme que yo deje que Dios resplandezca a través de mí.

- 12 Así que, me apresuro a decir que nuestro ego es el Adán que todos llevamos dentro, un Adán en su aspecto inquisitivo, el de después de la caída. Aquella metafórica caída todavía se reproduce hoy día. En vez de hojas de parra con las que cubrir nuestras vergüenzas, nosotros recurrimos a estrategias, diplomacia, argucias, apariencias, tácticas, mentiras y disimulos. Confiados en las falsas percepciones del ego, optamos por constituir una personalidad degenerada, espuria, sin importarnos para nada el contenido espiritual de nuestra mente. Así hemos progresado, siendo competitivos en vez de amorosos. Y aunque el ego no puede oponerse a las leyes de Dios, sí puede interpretarlas de acuerdo con lo que desea y, al igual que la alegórica Serpiente, también ha conseguido que nos sintamos culpables, pues no percibe el pecado como falta de amor, sino como acto de agresión a Dios. Tal sentimiento de culpa produce disensión de pensamientos, absolutamente necesaria para la supervivencia del ego, dado que, **mientras no consideremos que Dios no puede ser agredido y que el pecado es una insuficiencia de amor, no intentaremos remediar la situación.**
- 13 Actualmente, no recuerdo haber tenido un sólo arrepentimiento que no imputase a mi ego. Pero antes, me identificaba con él, creía que el ego y yo éramos uno, hasta que **comprendí que todo cuanto aceptaba mi mente se volvía real para mí.** De manera que decidí desahuciarlo de mi ámbito mental y, al momento, experimenté el significado de la expiación, el deshacimiento de mis errores, la restitución de la integridad de mi mente, hasta ese momento dividida. Fue como si, finalmente, Adán, tras reunir su voluntad con la de su Creador, volviese a su estado originario. Y me sentí ecuánime, confiado y lleno de paz interior, como si, vuelta hacia su Origen, mi mente retornase a su verdadera función. Es decir, una vez **ella sana**, puesta de nuevo al servicio del Espíritu, **sana mi cuerpo.** Así es mi realidad actual, gracias a Dios.

Matías Mengual