

***Renunciemos
a falsas expectativas
y “desilusiones”***

Harvey Jackins



***Renunciemos
a falsas expectativas
y “desilusiones”***

por Harvey Jackins

Traducido por Francisco López Bustos

Copyright © 1999 by Rational Island Publishers. All rights reserved. No part of this pamphlet may be used or reproduced in any manner whatsoever without written permission except in the case of brief quotations embodied in critical articles or reviews.

For information write to:

*Rational Island Publishers
P.O. Box 2081, Main Office Station
Seattle, Washington 98111, U.S.A.*

*ISBN: 1-58429-044-7
\$2.00*

Spanish translation of "Give Up False Expectations and 'Disappointment'" which appeared in Present Time, July 1988; and in Start Over Every Morning by Harvey Jackins, Copyright © 1989 by Rational Island Publishers

RENUNCIEMOS A FALSAS EXPECTATIVAS Y “DESILUSIONES”

*Conferencia de Líderes Docentes Universitarios
5 de junio, 1988
Harvey Jackins*

He tenido ocasión de oír en conversaciones privadas y, ocasionalmente, en reuniones de preguntas abiertas algunas expectativas y desilusiones con el Proceso de Reevaluación, las que están obstruyendo la óptima utilización del mismo. Desearía aclarar esto nuevamente y, a la luz de nuestro creciente conocimiento, establecer qué cosas es Reevaluación y qué cosas no es.

Tales expectativas y desilusiones no están restringidas a gente en vuestras profesiones. Algunas de las cartas que recibo expresan sentimientos similares y toda la variedad de la gente que está involucrada en el Proceso de Reevaluación participa de esto en alguna medida. Oigo preguntar: “¿Dónde puedo encontrar buenos escuchas?” “¿Por qué no puede la Comunidad manejar bien mis problemas?” Hay muchas frases: “Estoy desilusionada con _____ (un líder).” “Yo esperaba que. . . .” “Reevaluación ofrece una imagen tan hermosa de la realidad pero luego no continúa a la

altura de la misma.” “¿Por qué los/las co-escuchas no actúan como lo describe la teoría?”

QUÉ COSAS NO ES REEVALUACIÓN

Estoy completamente seguro de que el Proceso de Reevaluación nunca podrá ser algunas de las cosas que se espera sea. La Comunidad de Reevaluación no es la familia perfecta que tu no pudiste llegar a tener en tu propia vida, por ejemplo. El Proceso de Reevaluación no es la madre que mereciste tener pero nunca tuviste. El Proceso de Reevaluación no es la religión que anhelaste al decepcionarte de las otras religiones, ni la iglesia que te dará inspiración y que también será poderosa y racional. El Proceso de Reevaluación no es el lugar donde vas para que alguien solucione tus problemas. El Proceso de Reevaluación no es una terapia o una fuente de terapia (aunque muchos/as terapeutas hacen un mejor trabajo con el conocimiento y prácticas que adquieren usando el proceso). Un/una co-escucha de Reevaluación no es el/la amante perfecto/a. Los/las co-escuchas no son un grupo de personas que siempre te comprenderá, siempre te dará apoyo y siempre te escuchará bajo cualquier circunstancia. El Proceso de Reevaluación no es esa gigantesca vaca lechera en el firmamento cuya generosa ubre derramará sobre ti torrentes de limpia, saludable y cálida leche emocional, llevándote tus pecados y tus patrones de angustia si tú solamente pudieses ordeñar-la con la suficiente fuerza (es decir, quejándote y proyectando expectativas y dramatizando tus patrones ante ella).

QUÉ COSAS ES

¿Puedo decir qué cosas es el Proceso de Reevaluación? Lo intentaré. Está cambiando todo el tiempo y es distinto de lo que era incluso hasta hace muy poco. El Proceso de Reevaluación es un conjunto de conocimientos útiles, importantes destellos de la realidad en áreas donde ésta estuvo en general oculta para todos/as los/las que crecimos dentro de estas sociedades y estas culturas. El Proceso de Reevaluación es también un conjunto de relaciones propuestas entre un grupo de gente que busca establecer mutuas alianzas para poder reemerger desde ese nudo de patrones y de irrealidad dentro de los cuales nacemos y que nos rodean al crecer.

TODAVÍA IMPERFECTO

Es importante reconocer, no importa cuán incómodos/as nos haga sentir, que todos los seres humanos conocidos hasta el presente están todavía completamente cautivos dentro de una gran red de patrones, creencias irracionales, desinformación y falta de información, opresiones y patrones culturales, mezcla de conocimientos útiles y tonterías sin sentido que se repiten de generación en generación. Todos los seres humanos están aún atrapados dentro de esta enorme confusión generada por los patrones angustiosos, las sociedades opresivas, la desinformación y por accidentes en un período que abarca mucho tiempo. Es como si estuviésemos todavía hasta la nariz, o hasta los hombros o hasta la cintura dentro de este pegajoso barro.

Las relaciones de unos/unas con otros/as están constantemente salpicadas por el barro, o endurecidas

por el rígido andamiaje que construimos para intentar elevarnos por sobre ese barro. Todos los seres humanos continúan profundamente atrapados en esta confusión. Esto incluye a todos/as aquéllos/aquellas que oyeron acerca del Proceso de Reevaluación y que establecieron entre sí relaciones en algunas de las maneras que colectivamente hemos dado en llamar las Comunidades de Reevaluación.

Expresar nuestro desaliento con los demás porque aún no estamos libres de ese barro es muy comprensible pero poco productivo. Contribuye a mantenernos en la posición de no tomar iniciativas y de dramatizar la impotencia. Interfiere con nuestra percepción correcta de la situación que nos rodea y nos inhibe en la adopción de iniciativas que nos harán desarrollar más rápido en lugar de quejarnos una y otra vez dentro de nuestro pozo en el barro.

Todos/as los/las co-escuchas en la actualidad continúan estando contaminados/as por esta enorme confusión de patrones angustiosos, opresión y desinformación, igual que todos los otros seres humanos en este mundo. Algunos/as co-escuchas han usado los conocimientos del Proceso de Reevaluación para alejarse de este barro en algunas áreas pero el porcentaje de nuestra recuperación, aunque es mucho más alto que el de quienes no usaron estos conocimientos e información, sigue aún muy distante de estar completo. Cuando criticas a un/una líder de Reevaluación o te quejas de que él o ella no te ha proporcionado un re-emerger rápido y fácil le estás haciendo más difícil la vida a alguien que está abocado/a a una lucha por lo menos tan compleja como la tuya propia. Quizás esta persona ha realizado,

por lo menos en algunas áreas, más esfuerzo del que tú hiciste hasta ahora y por lo tanto merece tu admiración, apoyo y cooperación pero nunca tus expectativas irrazonables o tus desilusiones, críticas o quejas. Los/las más experimentados/as entre nosotros/nosotras estamos aún luchando dentro de este pozo. Si alguno/a entre nosotros/nosotras ha tomado sus decisiones y desahogó hasta el punto donde salpicamos menos barro y con menos violencia, y podemos respirar aire sin barro un poco más cada vez, la contribución principal que podemos hacer a los demás es indicarles que esto es posible, a través del ejemplo. Tales personas no producirán por arte de magia una interminable ayuda para arrancarte fuera de tu propio pozo sin que tú debas realizar el mismo esfuerzo que ellas realizaron.

AYUDA CÁLIDA

Es verdad que los/las co-escuchas “experimentados/as” (que todavía significa “no demasiado experimentado/a”) dedicarán con frecuencia considerables esfuerzos y energías para ser escuchas de una persona nueva en el Proceso de Reevaluación y ayudarla a tener un buen comienzo. Estos grandes y buenos pasos iniciales pueden ser muy inspiradores si se comprende que son demostraciones de lo que es posible y no un compromiso para seguir proveyendo tan generosa ayuda. Es necesario comprender que la expectativa es la devolución de una ayuda comparable, sea a quien la dio inicialmente o extendiéndola a gente nueva, o apoyar todo este proyecto de otras maneras para equilibrar y gratificar esa relación con la primer persona.

No importa qué detallada sea la mirada que echemos dentro de las Comunidades de Reevaluación, en la actualidad no encontramos a nadie (incluido yo mismo) que esté "a la altura" de la descripción de lo que los seres humanos pueden ser realmente, si bien hemos podido ver lo suficiente como para estar inspirados/as por esa descripción. Necesitamos mantener claras estas descripciones y objetivos sin fingir que sean una realidad ya alcanzada.

Se les ha dicho a los/las instructores/as de Reevaluación que deben enseñar el sistema con fidelidad y rigor pero *a su manera*. Les recordamos que el modo como se les enseñó Reevaluación no es *el* modo como debería enseñarse porque, por necesidad, el/la instructor/a que ellos/ellas tuvieron les enseñó no solamente la valiosa información que constituye el Proceso de Reevaluación sino también, por lo menos por el ejemplo, algunos de sus propios patrones angustiosos. Si el/la nuevo/a instructor/a imita estos patrones y, sin darse cuenta, agrega los propios la información para nuevos/as estudiantes se diluye y distorsiona aún más.

No existe todavía ninguna persona dentro de las Comunidades de Reevaluación que pueda ser un modelo completo para uno/una excepto uno/una mismo/a. Si usamos el compromiso de frontera, "A partir de este momento el verdadero Juan López, y esto significa . . ." una y otra vez descubriremos que, en tanto fluye el desahogo, en nuestra mente se forma una imagen de uno/una mismo/a como un ser humano completo, y es esta imagen la que puedes seguir.

Existen muchos/as co-escuchas que pueden ser modelos para el resto de nosotros/nosotras, pero siempre de maneras limitadas. Yo personalmente los atesoro y conocerlos/las me causa gran placer (siempre que yo no caiga en los patrones contra los cuales estoy advirtiéndolo aquí, tanto de desilusionarme o de colocar sobre ellos/ellas expectativas irrazonables).

ALGUNAS IDEAS

Lo que *tenemos* en el Proceso de Reevaluación es extremadamente valioso. Veamos algunas de estas importantes ideas, unos pocos ejemplos. (1) Existe una diferencia cualitativa entre la persona y el patrón angustioso, y el patrón es un fenómeno parasitario que puede ser separado de la persona real. (2) Toda la gente es buena excepto cuando sus patrones les impulsan a actuar de otra manera. (3) Debe alentarse toda forma de desahogo en lugar de reprimirlo. (4) Los sentimientos no son una buena guía para la acción. La lógica sí lo es. (5) "Si se toma en cuenta la situación completa todo ser humano, en todo momento de su vida, hizo siempre lo mejor que él pudo hacer y no merece ni culpa ni reproche de nadie, incluido él mismo. Esto en especial es verdadero/a de ti." (6) Existe por lo menos una solución elegante para cualquier problema real.

Poseemos formas organizativas que hemos encontrado útiles para mantenernos fuera del comportamiento angustioso y "enlodado" cuando estamos juntos/as: la sesión, el grupo de apoyo, la clase, el grupo de interés común, el taller, el grupo de "pensar-y-escuchar," el grupo de líderes wygelios/as. Todos ellos son muy útiles, pero es necesario tener

determinación, tomar una decisión real y trabajar para hacerlos funcionar plenamente por nuestro propio interés. Si no estamos alerta y no nos manejamos con responsabilidad entre nosotros/nosotras los patrones angustiosos volverán sigilosamente y las formas organizativas no funcionarán. Si permitimos que nuestro comportamiento angustioso obstruya nuestras relaciones con otros/as co-escuchas, cuando lo que deseamos es cooperar con los demás para el beneficio común, nos estamos dañando a nosotros/nosotras mismos/as pero también le estamos dificultando la tarea a otros/as co-escuchas.

RESPONSABILIDAD EN PRIMERA PERSONA DEL SINGULAR

Nuestro propio re-emergir, la recuperación de nuestra verdadera naturaleza y nuestro verdadero funcionamiento son principalmente una responsabilidad individual. El proceso funciona mucho mejor si nos mostramos cooperativos/as, pero se necesita una cooperación responsable. El grado de dependencia que con cierta utilidad podemos tener de otra persona está muy limitado por lo que permiten las normas sobre cómo ser buen/a participante en una sesión. Cualquier comportamiento poco responsable se origina en los patrones angustiosos y está destinado a no funcionar.

Los patrones angustiosos provienen de por lo menos tres tipos de herida: (1) Accidentes: nos herimos en un accidente y, si no tenemos la oportunidad de desahogarlo profundamente, nos deja un patrón rígido de sentimientos y comportamiento irracional. (2) Contagio: cuando niños/as, asustados/as o heridos/as por el comportamiento rígido de padres, maestros/as,

líderes religiosos/as, policías o empleados/as adquirimos una grabación angustiada que incluye el comportamiento angustiado de quien perpetró la herida. Se nos reestimula para actuar el papel de quien perpetró la grabación, en lugar de actuar nuestro papel de víctima en la misma grabación, como una manera "más cómoda" de soportarla y así herir a otros/as más adelante. (3) Oposición: la sociedad opresiva nos instala sistemáticamente heridas, temores, abusos en un esfuerzo para encasillarnos en los rígidos roles que exige su propia naturaleza rígida y opresiva.

Poseemos muchas buenas ideas sobre cómo vincularnos entre nosotros/nosotras de maneras que hagan el mejor uso de nuestro comportamiento solidario y cooperativo. Podemos utilizarlas y ayudarnos mutuamente para emerger del lodo, en lugar de hundir al/a la otro/a, o buscar aventajar al/a la otro/a o salpicar lodo en el rostro de los demás. Algunas de estas nuevas ideas están descritas en nuestras *Guías*. Éstas no son reglas rígidas, ni una "constitución" o "reglamentos." No son más que un resumen de lo que comprobamos que funcionará bien en nuestras relaciones como "miembros de la Comunidad."

LAS PUBLICACIONES

También poseemos una imagen rigurosa y cuidadosamente depurada del Proceso de Reevaluación y de cómo puede ser una persona que ha comenzado a emerger. Está en nuestras publicaciones. Uno/una se puede hacer una idea clara de cómo puede funcionar una persona en proceso de emerger leyendo los quince libros, los más de cien números de publicaciones periódicas, más de treinta cuadernos y alrededor de

cuarenta videocasetes y audiocasetes que tenemos a nuestra disposición. La palabra escrita y la imagen grabada pueden examinarse y editarse repetidas veces. Utilizar este proceso con gran cuidado contribuyó a producir una idea operativa y confiable de "cómo es un/a co-escucha."

Todo este material impreso necesita de una utilización mucho más sistemática, de una asimilación más persistente. Debido a su carácter de contradecir los patrones angustiosos, la literatura del Proceso de Reevaluación no solamente debe leerse, escucharse y mirarse sino también re-leerse, re-escucharse y re-mirarse.

También necesita de una distribución mucho más sistemática, *incluso a quienes no son co-escuchas*. El fracaso de la mayoría de los/las co-escuchas en vender habitualmente suscripciones de *Present Time* a sus amigos/as constituye una ridícula debilidad en el trabajo realizado hasta ahora (pero se puede corregir).

Es también necesario publicar más material con más frecuencia. Necesitamos encontrar los medios de traducir mucho más material a los veintidós idiomas a los cuales ya se ha comenzado a verter parte de nuestra literatura, y también a los otros seiscientos a los cuales aún no se comenzó.

Para quienes hablan inglés el material impreso y los video y audiocasetes ya constituyen un tesoro con el cual se puede realizar una persistente aplicación para gran beneficio de quien lo haga. Aquí están los modelos de la esencia del Proceso de Reevaluación, de lo que el Proceso de Reevaluación puede ser, de cómo

funciona el Proceso de Reevaluación cuando se la aplica sistemáticamente.

Aquí están las respuestas a vuestras desilusiones con los desprolijos fracasos y debilidades de aquéllos/as de nosotros/nosotras que han intentado desempeñar un papel de liderazgo en las Comunidades hasta ahora. Perdonen nuestros fracasos. No pierdan tiempo reprochándonos. Adopten estas ideas que *tenemos* disponibles y comiencen a ser modelo para nosotros/nosotras.

Renuncien a la expectativa comprensible, pero completamente irreal, que tengan del Proceso de Reevaluación o de los/las "co-escuchas." Adopten estas valiosas ideas *que tenemos y existen*, una de las cuales es la total libertad de decisión y otra, el poder total para que el universo nos responda del modo que nosotros/nosotras deseamos, y sean un modelo *para mí*. Sean un modelo para el resto del mundo, que está deseoso de huir de esa ciénaga de patrones angustiosos, confusión y opresión hacia la que se desvió.

*Publicado en Present Time,
No. 72, julio de 1988,
Traducido por Francisco López Bustos, 09 diciembre 1988,
Buenos Aires*

TAMBIÉN PUBLICADO POR RATIONAL ISLAND EDITORES

Guías para las Comunidades de Co-escuchas de Reevaluación
(Guidelines for the Re-evaluation Counseling Communities)
\$2 (U.S.) ISBN 0-913937-01-0

El lado humano de los seres humanos
(The Human Side of Human Beings)
\$4 (U.S.) ISBN 0-911214-27-5

Manual elemental del escucha para clases elementales del Proceso de Reevaluación (Fundamentals Manual)
\$6 (U.S.) ISBN 0-911214-83-6

La situación humana
(The Human Situation)
\$7 (U.S.) ISBN 0-911214-29-1

Como dar a los niños una ventaja emocional
(How to Give Children an Emotional Head Start)
por Marjon Riekerk
\$2 (U.S.) ISBN 0-913937-37-1

Como pueden los padres ser escuchas de sus hijos
(How Parents Can Counsel Their Children)
por Tim Jackins
\$4 (U.S.) ISBN 0-913937-74-6

Primer taller latinoamericano: Preguntas y demostraciones
(Transcript of the first Latin American workshop)
por Harvey Jackins
\$5 (U.S.) ISBN 0-913937-70-3

Acomodando la discapacidad
(Accommodating Disability)
por Marsha Saxton
\$2 (U.S.) ISBN 0-913937-72-X

Qué está mal en el sistema de "salud mental" y qué puede hacerse acerca de ello
(What's Wrong with the "Mental Health" System and What Can Be Done About It)
\$3 (U.S.) ISBN 1-885357-01-X

El gozo del liderazgo
(The Enjoyment of Leadership)
\$3 (U.S.) ISBN 0-913937-97-5

Pensando logicamente sobre una sociedad futura
(Logical Thinking About A Future Society)
\$3 (U.S.) ISBN 1-885357-12-5

Competición—Una actividad inhumana
(Competition—An Inhuman Activity)
por Perry Saidman
\$3 (U.S.) ISBN 1-885357-13-3

Introducción a la Co-escucha
(An Introduction to Co-Counseling)
por Dan Nickerson
\$1 (U.S.) ISBN 1-885357-17-6

Como empezar el "Proceso de Reevaluación"
(How to Begin "Re-evaluation Counseling")
\$1 (U.S.) ISBN 1-885357-50-8

Trabajando sobre las memorias sexuales tempranas
(Counseling on Early Sexual Memories)
por Joan Karp
\$3 (U.S.) ISBN 1-885357-63-X

Ordenar de:

RATIONAL ISLAND PUBLISHERS
PO BOX 2081, MAIN OFFICE STATION
SEATTLE, WASHINGTON 98111, USA
FAX (206) 284-8429; E-MAIL <IRCC@RC.ORG>