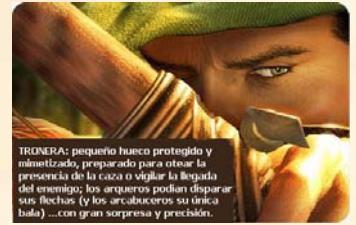




 Dr. F.J. Martínez



DT003

DESDE MI TRONERA*

¿Pueden los golpes y fracasos generar grandes bienes?

Tres reacciones básicas

Ante los tres fracasos citados el otro día (ver 'Desde mi tronera, 002: Tres fracasos' = 'DT002') caben tres tipos de reacciones básicas posibles:

□ **Reacción A, o Apoptótica:** En la 'reacción apoptótica' acusamos el 'golpe-fracaso' y, como consecuencia de él, nos desmoralizamos, **no aceptamos** la situación que nos ha deparado el destino, destruimos (y/o nos auto-destruimos) el 'cruel estado de cosas'; o, simplemente, nos abandonamos, dejamos que el corrosivo medio que nos rodea haga su labor, **nos derrumbamos**. Mediante diversas modalidades (algunas socialmente muy 'presentables') y velocidades muy diversas (que pueden durar decenios), a fin de cuentas venimos a hacernos un ovillo y echarnos a morir. El lema subyacente parece decir-

nos '*en este plan, el resto de la vida ya no merece la pena*'.

'Apoptosis' en griego significa 'caída de las hojas' y es un término que ha sido adoptado por la Biología y Patología modernas para nombrar una serie de eventos desorganizativos (a veces de muy larga

duración) que, desencadenados por ciertos estímulos, terminan matando al individuo y que parecen estar previamente programados. La manía (distorsión) de compararse es la gran generadora de este tipo de reacción, afortunadamente minoritaria.

Ejemplo de este tipo de reacción puede ser la del accidentado laboral que, ante la amputación de sus piernas, se desmoraliza y deprime y, al percibir la

REACCIONES BÁSICAS POSIBLES:

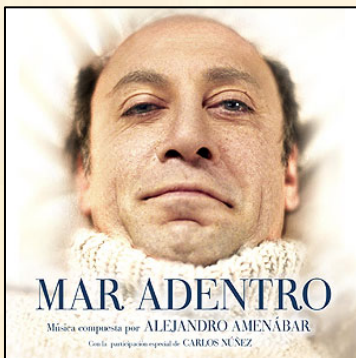
A) *Apoptótica*

B) *Adaptativa*

C) *Creadora*

'carga-que supone para los demás', solicita que le ayuden a morir y a acabar de una vez 'con todo esto que me indignifica', según su percepción, como el tan propagandeado caso de Ramón Sampedro (la película 'Mar adentro').

El ejemplo más conocido de este tipo de reacción son las depresiones y sus temibles secuelas, algunos trastornos de la alimentación (anorexia, bulimias, obesidades, etc), algunas necrosis de tejidos, leucemias, SIDA, accidentes vasculares cerebrales, etc. Ejemplos más extremos son el suicidio y ciertas conductas de riesgo, así como bastante de lo que ha sido llamado 'violencia de genero' que, además de destructiva, suele culminar con una auto-destrucción.



Cartelera de la película "Mar adentro" de Alejandro Amenábar (2004)

□ Reacción **B**, o **Adaptativa**: Acusamos el golpe y, como consecuencia de él, buscamos el mayor acomodo a 'lo que hay', en vista de que ha ocurrido. Ni destruimos, ni nos auto-destruimos. Tras el golpe-fracaso, nos **adaptamos-acomodamos**, aprovechando los resquicios de la nueva situación, intentamos

maximizar el placer de lo que queda aun por vivir; o, al menos, intentamos minimizar el dolor y la fatiga de seguir existiendo, con el 'bulto' que el Destino nos ha puesto encima, que **aceptamos** como un 'mal menor'. El lema subyacente parece *decirnos 'no hay más cera que la que arde' y 'a vivir, que son dos días'*. Los que la adoptan suelen llamarla '*reacción realista*', de la realidad que ellos perciben, claro está. Es la reacción estadísticamente más frecuente.

Ejemplo de este tipo de reacción puede ser la del accidentado laboral que, ante la amputación de sus piernas, simplemente deja de trabajar, acude a jugar la partida al mismo bar de siempre, chatea por Internet y, sin hacer mal a nadie, vive de pensionista hasta el final de sus días.

□ Reacción **C**, o **Creadora**: Acusamos el golpe y, como consecuencia de él, nos re-armamos, descubrimos salidas que antes no estaban dibujadas en el mapa, creamos recursos que antes no existían y que sirven, para nosotros y para muchos otros, no sólo para resolver el problema de raíz, sino muchos otros que no se habían previsto. La situación que nos ha deparado el destino nos sirve de acicate, de punto de partida para una situación sorprendentemente nueva y fecunda en cuanto a avances y frutos. El

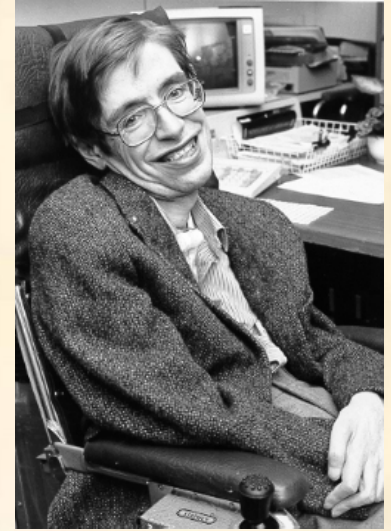
lema subyacente parece decirnos 'se me tiene que ocurrir algo, he de hacer algo para salir de esta situación'. Los que adoptan este tipo de reacción suelen hablar de ella como "*el gran bien por el que aquel 'mal' me vino*".

La Reacción Creadora no ha sido observada nunca en minerales, vegetales ni animales como **individuos**, aunque 'el árbol de la vida' (la FILOGENIA), en su creación de nuevas especies, parece disponer de este tipo de reacción. Sin embargo, los seres humanos individuales, en ciertas circunstancias y '**climas**' **culturales**, sí son capaces de este tipo de admirable reacción, aunque no es muy frecuente su ocurrencia.

Ejemplo de este tipo de reacción puede ser la del accidentado laboral que, ante la amputación de sus piernas, se readapta como asesor fiscal, coge fama y clientela, saca a su familia adelante, genera dos puestos de trabajo y actúa como estímulo emulador que sus hijos no olvidarán jamás.

O como el caso de Steven Hawking, afectado Esclerosis Lateral Amiotrófica

(ELA) desde los 21 años, una grave degeneración de las motoneuronas que provoca una progresiva paralización de los músculos que intervienen en la movilidad, habla, deglución y respiración ...lo que, tras perder a su primera novia, no le ha impedido tener tres hijos y un



El científico Steven Hawking

nieto, idear una sofisticada silla de ruedas que le mueve y habla por él, revolucionar creadoramente la Física Cosmológica y, lo más importante: darnos un inolvidable ejemplo a los que estamos infinitamente mejor que el.

Pueden darse ante fracasos-frustraciones muy diversos, de cualquier tipo: quizás haya tantos tipos de 'respuestas ante el fracaso' como hombres distintos hay. Pero estas tres categorías básicas de 'respuestas' son paradigmas universales fundamentales a los que se pueden reducir todos ellos. Los tres

LEMAS SUBYACENTES EN LAS DIFERENTES REACCIONES

Apoptótica ⇒ en este plan, el resto de la vida ya no merece la pena.

Adaptativa ⇒ no hay más cera que la que arde y a vivir, que son dos días

Creadora ⇒ se me tiene que ocurrir algo, he de hacer algo para salir de esta situación

'paradigmas reactivos' son muy **humanos** y **legítimos**, tienen cada uno su tipo de '**inteligencia biológica**' y **utilidad** y no seré yo quien juzgue o condene uno u otro, pues no soy Dios. Pero sus resultados creativos son muy distintos, tanto para el individuo afectado como para su familia e incluso, a veces, para los de la

cultura o especie a la que el individuo pertenece: conviene que meditemos sobre ellos y sobre el 'quid' de su diferencia; y es lo que haremos en los próximos artículos, si es que no me da el *siroco* por otros temas. Hasta entonces, amigos.

** **Tronera:** pequeño hueco protegido y mimetizado, preparado para otear la presencia de la caza o vigilar la llegada del enemigo; los arqueros podrían disparar sus flechas (y los arcabuceros su única bala)... con gran sorpresa y precisión.*

© **Franciso Javier Martínez Ruiz** [marcla@medicina-natural.com]: Septiembre del 2006

(Agradezco la colaboración de María Jesús Clavera en la inspiración de este artículo).