



CONFERENCIA

# la LÓGICA del SÍNTOMA

Introducción a la Descodificación del Estrés Biológico y Transgeneracional

*del impacto de nuestros lejanos orígenes animales  
y prehistóricos sobre nuestra vida y nuestra salud :  
otra mirada sobre nuestras enfermedades, nuestros  
bloques o nuestras dificultades existenciales en general*

por LAURENT DAILLIE

¡ Pretender que un síntoma es lógico puede parecer una locura ! Estoy totalmente de acuerdo, tanto que incluso yo también dudé la primera vez que oí hablar de esta teoría. E incluso aunque a día de hoy no tengo la mínima duda al respecto, a veces me sigue sorprendiendo la pertinencia de este enfoque cuando constato lo que puede aportar a ciertas personas.

## Desde el Inicio de los Tiempos a la Psicología

Desde que el Hombre es *sapiens*, intenta comprender la causa de su sufrimiento. Al principio de la Humanidad solamente se dio cuenta de que no se sentía bien o que sufría, tal y como lo haría un animal enfermo. Entonces, pensó que detrás de la enfermedad existía una intervención Divina para ponerle a prueba o como castigo por un error cometido.

Después, de forma empírica en un principio y cada vez más científicamente, el Hombre descubrió que ciertas cosas son tóxicas y otras son indispensables para su salud ; comprendió que uno puede enfermarse a causa de un desequilibrio energético ; descubrió que los agentes patógenos invisibles le podían infectar gravemente; e incluso que la enfermedad puede tener como causa un desorden genético. Y luego, finalmente, descubrió que el síntoma también puede ser psicología y puede tener el origen en dificultades existenciales o en un drama ocurrido en la vida.

## De la Psicología a la Descodificación Biológica

Aunque todos estos remarcables descubrimientos pueden explicar sin duda alguna muchas cosas, hay otras que no tienen respuesta. Muy a menudo es en este momento que nuestros médicos (*y lo digo con respeto*) contemplan la posibilidad de que el origen del síntoma pueda ser psicología, sin poder decir mucho más.

Porque incluso cuando podemos encontrar la relación inequívoca entre un contexto particular o un hecho ocurrido en nuestra vida y un síntoma físico o psíquico aparecido poco tiempo después, esta simple constatación no permite explicar ni el cómo ni el por qué, y aún menos explicar la relación entre un evento particular y un síntoma específico. Imaginemos el caso siguiente : una madre se ve enfrentada de repente a un gran estrés porque uno de sus hijos está gravemente enfermo. Poco después, le diagnostican un cáncer de mama a esta señora. No hace falta ser adivino para encontrar la relación entre estos dos acontecimientos, pero esto no explicará por qué esta mujer desarrolla específicamente esta enfermedad en este contexto ; es precisamente esto lo que pretende hacer la Descodificación del Estrés Biológico.

## la Descodificación del Estrés Biológico

Quizás sea preferible definir primero el significado de esta expresión. Por mucho que la palabra "*descodificación*" sea más evidente para todo el mundo, la palabra "*estrés*" es

mucho más difícil de precisar. En cuanto a "*biológico*", quiere decir muchas cosas diferentes en este caso.

Por eso, la asociación de estas tres palabras – *Descodificación del Estrés Biológico* – es incomprensible. Sería necesario enunciarla como '*Descodificación de las consecuencias sobre nuestra salud física y psíquica de nuestro estrés arcaico inconsciente*'. Pero es lógicamente mucho más largo.

A modo de resumen : en cierto casos (*por lo tanto no siempre*), este enfoque puede explicar la causa profunda de una enfermedad física, de un bloqueo psíquico, de un comportamiento o de una dificultad existencial gracias a la comprensión de las reacciones de nuestra fisiología frente al estrés y al reconocimiento de nuestros reflejos de supervivencia primitivos y de nuestros códigos arcaicos de comportamientos heredados de nuestros lejanos orígenes animales y prehistóricos.

El hecho es que nuestros síntomas físicos o psíquicos, de los más insignificantes a los más graves, no son necesariamente fruto de la casualidad o de la fatalidad, ni siquiera de algo absurdamente aleatorio o de una aberración anárquica. Más bien lo contrario: a menudo el síntoma es la consecuencia indeseable de un mecanismo natural de supervivencia y de adaptación a la presión del entorno que es tan antigua como la vida misma.

Frecuentemente, el síntoma es un tipo de programa de asistencia biológica perfectamente coherente puesto en marcha por nuestro cerebro arcaico para intentar ayudarnos cuando, con razón o sin ella, nos cree en peligro. Y es que nuestro cerebro tiene una manera muy particular de considerar el estrés y los miedos de nuestra vida, ya que nos cree siempre enfrentados a duras realidades y a peligros de la vida salvaje de la época en que permanecer con vida era un gran reto.

Imaginemos el caso de una persona enfrentada a un enorme estrés porque está bloqueada en un atasco del que no puede salir y tiene una cita muy importante. En esta situación actual sin gravedad real su cerebro arcaico podrá estimar que un estrés así es a la fuerza la señal de un gran peligro.

Cabe señalar que la expresión "cerebro arcaico" no sobreentiende una zona cerebral el particular, sino el lugar de residencia de todos los mecanismos de regulación de nuestro organismo, que nos mantiene con vida : del sistema nervioso autónomo que gestiona nuestros reflejos de supervivencia; de los códigos arcaicos de comportamiento específicos de nuestra especie ; etc. Hay quien habla de estos conceptos en términos de "*cerebro reptiliano*".

## el Estrés

Por definición, el estrés es una respuesta psicológica de adaptación frente a una situación impuesta que sobrepasa los recursos y estrategias de gestión de los que dispone el individuo. Esto siempre es nefasto para nuestra salud psíquica y/o/ergo física cuando es intenso y/o duradero. Y es que para nuestro cerebro, el estrés es sinónimo de peligro de muerte, ya que para la naturaleza tan solo se trata de esto.

Para imaginarlo : cuando estamos estresados, nuestro cerebro cree que estamos siendo atacados por un depredador, cuyo tamaño y ferocidad dependerán de la intensidad de nuestro estrés.

En este caso, en primer lugar, se ponen en marcha diversos mecanismos fisiológicos de protección (*aumento del ritmo cardíaco y respiratorio, etc.*) para ayudarnos a escapar del peligro, todo bajo la alta autoridad de nuestro sistema nervioso autónomo (*o vegetativo*). El problema está en que este último se agota muy rápidamente. El estrés nos debilita, tanto a nivel psíquico como físico, cosa que nos hace cada vez más vulnerables.

Además, nuestro cerebro nos manipula muy eficazmente para que tengamos buenos reflejos de supervivencia (*por ejemplo cuando hace que huyamos*) o para que nos comportemos de forma adecuada. Pero también puede intervenir de muchas otras formas e incluye algunas que son nefastas a largo plazo. El ejemplo perfecto son las adicciones : pueden dañar gravemente nuestra salud y aun así son "orquestadas" por nuestro cerebro para ayudarnos a gestionar nuestro estrés.

## el Espantoso Malentendido

Incluso aunque pueda provocar la muerte cuando se embala, la enfermedad debe ser comprendida, al menos al principio del proceso, como un programa magnífico puesto en marcha por la Madre Naturaleza para ayudarnos a resolver una dificultad, de la que normalmente no tenemos ni la más mínima idea. Sucede lo mismo con ciertos comportamientos que acaban por sernos dañinos.

Y si la solución perfecta en un principio puede convertirse en imperfecta en este punto, normalmente es porque se ha instalado un espantoso malentendido entre nosotros y nuestro cerebro arcaico. Este malentendido puede ser fatal si dura demasiado tiempo.

Imaginemos por ejemplo el caso de una persona confrontada a un estrés intenso y duradero por estar en paro. Le da vueltas a su inquietud ; teme que le falte el dinero y no poder pagar las facturas. En solamente seis meses, esta persona aumenta veinte kilos a pesar de que no come más de lo que suele. ¿Por qué ?

Simplemente porque su cerebro arcaico estima que un estrés así en esta tonalidad específica de carencia solo puede significar una cosa : es la escasez, el hambre, es decir una situación crítica. En cuanto a la lógica de este síntoma, es muy fácil de entender : enfrentarse a la adversidad y/o almacenar reservas en forma de grasa mientras tengamos alimento disponible, tal y como lo hacen los animales durante el buen tiempo, en previsión del invierno.

Cabe señalar que no todos los casos de sobrepeso tienen necesariamente este origen y que un despido mal vivido también puede inducir a otros síntomas físicos o psíquicos : esto dependerá de la intensidad del estrés vivido y sobretodo de la tonalidad específica. Es justo sobre este punto que la Descodificación del Estrés Biológico puede ser muy valiosa para ayudarnos a descubrir la causa profunda de nuestros problemas de salud y de nuestras dificultades existenciales.

## la Emoción Visceral

Incluso aunque la idea de que un síntoma pueda ser psicosomático sea un gran avance en la historia de la humanidad, sigue siendo un callejón sin salida. Esto es así porque la psicología, en el sentido en el que la entendemos normalmente, tiene poca influencia sobre nuestro cerebro arcaico, por no decir nada. Así, no es ella directamente la causa de nuestras enfermedades o de nuestras dificultades.

A nuestro cerebro le dan totalmente igual nuestros problemas psicológicos humanos, ya que solo le interesa nuestro nivel de estrés para apreciar la gravedad de una situación y sobretodo nuestra emoción visceral, es decir, la manera en la que vivimos cada aspecto desde lo más profundo de nosotros, desde los vestigios de nuestra animalidad.

Considera y gestiona el estrés de nuestra vida, sean los que sean, tal y como lo ha hecho desde tiempos remotos. Su manera de reaccionar frente a aquello que estima ser una situación crítica es exactamente la misma que la de la época de nuestros antepasados. A pesar de que seamos a día de hoy criaturas particularmente evolucionadas, seguimos reaccionando sin la mínima consciencia, según los parámetros de otra época.

Como los animales, nos enfrentamos a miedos primitivos ligados a problemas de conquistas ; de pérdida o de marcaje de territorio ; de perennidad de la especie ; de drama por

el pequeño ; de inseguridad ; de lucha por la existencia ; de enfrentamiento o de huida ; de pérdida de rendimiento ; de falta de alimento ; de elección de dirección ; de ruptura de contacto ; de miedo al rechazo ; de pelea en un grupo ; de lucha por la posición dominante ; de pérdida de integridad ; etc.

En cualquier caso, en lo que me concierne, hago primero un "*conflicto de territorio*" cuando una persona aparca el coche justo delante de mi puerta antes de acordarme, un segundo después, de que la Plaza de la Iglesia de mi pequeño pueblo no me pertenece. Resulta que tengo un cerebro arcaico muy atento que, en este caso, estima que estoy potencialmente en peligro ; y una conciencia humana muy desarrollada que me permite darme cuenta de que en realidad no es así.

### Todo es Bio-lógico (en dos palabras)

Reflexionando sobre esto, muchas cosas son perfectamente *bio-lógicas*, para lo bueno y para lo malo. Esto es válido para las enfermedades psíquicas o físicas : para nuestras dificultades existenciales o nuestros comportamientos ; nuestros bloqueos y miedos ; nuestras compulsiones o dependencias ; nuestros fracasos o excelencias ; nuestras aver- siones o preferencias ; nuestra simpatía o antipatía ; etc.

**Por ejemplo** : una madre puede desarrollar una enfermedad grave a nivel del seno porque su hijo está gravemente enfermo. ¿Por qué? Porque ella vive desde lo más profundo de sí misma un gran estrés, al cual la biología arcaica responde por un meca- nismo de activación de la glándula mamaria. En efecto, en la naturaleza, es gracias a la leche que una madre puede cuidar a su pequeño cuando está enfermo (*cabe señalar que no todas las patologías mamarias tienen esta problemática como origen, ya que hay otros tipos de casos*).

**Por ejemplo** : una persona puede quedarse minusválida de repente por la pérdida de la visión central poco después de haber vuelto de una misión humanitaria en un país en guerra o donde la población muere de hambre. ¿Por qué? Porque los recuerdos visuales que ha traído de este viaje son particularmente insostenibles y la atormentan. En este caso, el síntoma es un intento por evitar que la persona vea el horror.

**Por ejemplo** : una persona puede desarrollar una crisis de asma en el momento en que está con un colega de trabajo muy simpático. ¿Por qué? Porque su bigote canoso reactiva un viejo recuerdo olvidado y lleva a la persona treinta años atrás : en esa época, sufrió violencia física y moral de un profesor con bigote canoso. En este caso, el sentido arcaico del síntoma es el de advertir de la inminencia de peligro.

**Por ejemplo** : una persona puede tener la manía de poner algunas gotas de aceite en todas las bisagras y pasadores de la casa ya que el mínimo rechinar desata en ella un miedo aterrador. ¿Por qué? Porque esta persona fue durante toda su infancia el cabeza de turco de su hermano mayor y la puerta de su habitación rechinaba. Cuando oía este rechinar, sabía que su hermano probablemente iba a venir a atormentarla. En este caso, la utilidad de este comportamiento fóbico es eliminar este ruido característico para evitar un estrés intenso.

**Por ejemplo** : una persona puede haber escogido, desde muy joven, ser juez y se dedica los siguientes quince años con una energía poco razonable, dieciséis horas al día, 365 días al año, hasta que sufre un "burn-out". ¿Por qué? Porque su abuela paterna es una matriarca déspota capaz de las peores injusticias. En este caso, el sentido profundo de esta elección profesional es poder hacer por fin justicia.

**Por ejemplo** : una niña puede verse afectada por un eczema crónico que ningún trata- miento consigue curar. ¿Por qué? Porque en el 5º mes de embarazo su madre vivió una situación muy dolorosa con la tonalidad de ruptura de contacto y de separación cuando se mudó a Francia para instalarse con su marido. Ella se sentirá profundamente separada

de su país natal, su ciudad, su familia, su madre, sus amigos, etc. En este caso, la niña expresa a través de su cuerpo el estrés que su madre percibió durante el embarazo.

**Por ejemplo** : un chico joven se ve profundamente afectado por una fatiga crónica que incluso provoca que le hospitalicen varias veces durante los exámenes, al mismo tiempo que recobra toda la vitalidad durante las vacaciones escolares. ¿Por qué? A causa de una "alergia" muy fuerte al concepto de trabajo. En la historia de su familia, un bisabuelo murió en la cárcel a causa de una condena a trabajos forzados, y una bisabuela se mató trabajando por cuidar sola de sus seis hijos. De esta manera, en la memoria profunda de este niño, se dice que el trabajo mata y que es mejor evitarlo.

**Por ejemplo** : una persona puede tener limitaciones desde siempre, hasta enfermar, por una dinámica psíquica particular, que le hace considerar que la vida es como una prueba llena de dificultades invencibles. Sin embargo, tiene una existencia apacible, nunca le ha faltado nada ni se ha visto enfrentado a ningún drama que pueda justificar tal visión sobre la vida. ¿Por qué este síntoma? Porque ella es la heredera del sufrimiento profundo de sus ascendentes que tuvieron vidas particularmente espantosas al final del siglo XIX cuando trabajaban en la mina.

## la Descodificación del Estrés Transgeneracional

Estos tres últimos ejemplos muestran que un acontecimiento o un hecho ocurrido antes de vuestro nacimiento (*durante la vida intrauterina, en la historia de nuestros padres o de nuestra familia en general*) pueden tener una influencia considerable en nuestra vida o incluso en nuestra salud. Y esto no tiene nada de mágico.

Y es que una vez más, es un asunto de adaptación a la presión del entorno : el ascendiente se ve enfrentado a una situación particular y el descendiente se adapta en consecuencia. La ciencia llama a este proceso transmisión epigenética, es decir, la transmisión de un carácter experimentado de una generación a otra. La vida funciona según este principio desde hace 3850 millones de años y nosotros somos prueba de ello.

## Es la conciencia la que cura

Desde luego, ya que estos programas *bio-lógicos* se activan en caso de necesidad, de lo que se sobrentiende que también pueden desactivarse a condición, no obstante, que ya no sean útiles. Esto pasa por la comprensión y/o resolución, de una forma u otra, de la problemática que habrá hecho necesaria la puesta en marcha del programa de asistencia arcaico.

En muchos casos, simplemente tomando conciencia de la naturaleza profunda de nuestros síntomas físicos o psíquicos podemos liberarnos de ellos : desde el instante mismo en que comprendemos el sentido, la enfermedad no tiene precisamente más sentido ni razón de existir. De todas maneras, es así como muchas personas han podido liberarse de enfermedades, a veces incluso tachadas de incurables o, simplemente, de dificultades existenciales más o menos limitantes.

## NOTA BENE

La Descodificación del Estrés Biológico y Transgeneracional evidentemente no es la panacea. En primer lugar, no todo corresponde a sus competencias, especialmente cuando el síntoma está inducido por una carencia alimentaria grave, una intoxicación o una irradiación. Además, podemos tener la vista cansada porque nos hacemos mayores ; podemos tener dolor en la espalda a causa de un colchón demasiado viejo ; podemos estar reventados a causa de una mala higiene de vida ; y podemos tener migrañas a causa de una vértebra dolorida :

*Décoder est une chose ; déconner en est une autre...*

***Descodificar es una cosa ; desvariar es otra.***



Este enfoque se basa en el descubrimiento de nuestros miedos inconscientes. Pero hablando con propiedad esto no es una terapia, a pesar de que a veces lo que nos revela pueda ser increíblemente terapéutico. En otros casos, puede que sea necesario emprender en seguida un trabajo de evolución interior, con un psicoterapeuta si se considera adecuado.

La Descodificación del Estrés Biológico y Transgeneracional tiene que ser complementaria a la Medicina (*o a otras terapias*) : este enfoque no es ni una alternativa (*porque solo la unión hace la fuerza*) ni paralela (*ya que por definición no se juntan nunca*). En ningún caso podrá ni deberá ser una sustituta de la Medicina.

De este modo, este enfoque no es una filosofía, ni una ideología y aún menos una doctrina : tan solo es una herramienta de análisis y comprensión de uno mismo. En definitiva, no se puede responsabilizar a la "Descodificación" por el mal uso que se pueda hacer de ella, incluso aquellos comprendidos en cualquier marco sectario.

\*

\*\*

**Lo esencial ha sido dicho** pero os propongo de continuar con la lectura para precisar ciertos puntos y "desmenuzar" algunos casos concretos. Esto os va a ayudar a comprender mejor los tres grandes aspectos de este enfoque :

- **la Biología** para explicar por qué y cómo nuestros síntomas físicos y nuestras dificultades psíquicas o comportamentales son a menudo *bio-lógicas*, estrictamente *bio-lógicas* y nada más que *bio-lógicas*.
- **la Emoción visceral** para explicar por qué nunca es aquello que pensamos lo que nos hace sufrir o estar enfermos, sino aquello que experimentamos desde lo más profundo de los vestigios de la animalidad.
- **el Impacto Transgeneracional** para explicar por qué el origen del síntoma se puede buscar en nuestra *prehistoria*, a veces mucho antes de nuestro nacimiento.

## la Biología

Antes que nada hay que considerar de forma genérica un conjunto de conocimientos muy básicos que, en ciertas disciplinas de las Ciencias Naturales, permiten entender mejor lo que somos desde lo más profundo de nosotros mismos :

- **la Biología** en su sentido más amplio para comprender las leyes de la naturaleza que hacen posible la vida tanto a nivel celular como del individuo.
- **la Anatomía y la Fisiología** para entender la utilidad y el funcionamiento de cada órgano y sistema, más particularmente del sistema nervioso vegetativo que rige las funciones autónomas y las reacciones primitivas frente al peligro.
- **la Anátomo-Fisiopatología** para considerar los diferentes procesos patológicos y comprender la lógica, cuando la hay, que no siempre es el caso.
- **la Zoología** para descubrir la diversidad infinita del reino animal y las limitaciones de la vida en el medio natural, cosa que nos puede ayudar a comprender mejor nuestras reacciones y las de nuestro organismo en ciertas circunstancias.
- **la Etología** para estudiar el comportamiento animal y comprender mejor nuestras reacciones primitivas en términos de códigos arcaicos de comportamiento, de prioridades en la supervivencia, de organización social, etc. A día de hoy somos muy humanos, pero no hemos dejado de ser primates, aunque finjamos ignorarlo.

- **la Paleontología** para entender la historia de la vida desde hace 3850 millones de años y para apreciar los diferentes estados por los que hemos pasado antes de convertirnos en Hombres modernos. Esto puede explicar muchas cosas.
- **la Biología evolutiva** para comprender los mecanismos de la evolución de las especies en el transcurso del tiempo para adaptarse a la presión del entorno. Este último punto es casi el más importante para entender por qué detrás del síntoma a menudo existe una intencionalidad *bio-lógica* positiva en un principio, como una evolución para estar mejor adaptado a una presión específica.

Dicho esto, no es necesario saberlo todo sobre todo ni estar licenciado en la Facultad de Medicina y de Ciencias para entender el sentido profundo de nuestras enfermedades o de nuestras dificultades en general. Simplemente tenemos que tener ciertos conocimientos de base, un poco de lógica y sobretodo sentido común.

### Pero, ¿ por qué nos enfermamos ?

A excepción de casos particulares (*envenenamiento, intoxicación, irradiación, traumatismo, envejecimiento, etc.*), el síntoma se debe a que se sobrepasa cierto nivel de estrés admisible por el cerebro inducido por una dificultad existencial más o menos intensa y/o duradera que no conseguimos gestionar con el pensamiento y/o con la acción ; y aún menos si la mayoría de las veces ignoramos completamente la naturaleza profunda de este estrés, incluso a veces su presencia.

Mientras nuestro estrés no sobrepase un cierto nivel – *porque el problema no es realmente grave y/o se ha resuelto rápido* – es un poco como si nuestro cerebro no se ocupara de ello. Pero en el momento en que alcanzamos cierto nivel de estrés – *porque el problema es realmente grave en lo vital o porque aún dura* – entonces nuestro cerebro autónomo se implica en ello.

Y cuando considera que tiene que implicarse, tanto si el problema es efectivamente grave o si no lo es, pone se todo en marcha para encontrar, según su criterio, la mejor solución posible. Puede escoger una dinámica de comportamiento cualquiera o un síntoma físico o psíquico si no existe otra solución.

El problema es que nuestro cerebro arcaico gestiona el estrés exactamente como lo hace desde tiempos remotos. Su manera de reaccionar frente a aquello que considera un peligro es estrictamente la misma que en la época de nuestros lejanos orígenes, ya que la naturaleza es un medio particularmente peligroso en el que sobrevivir es un verdadero reto. De esta manera, el estrés es obligatoriamente para nuestro cerebro sinónimo de peligro, incluso si no es el caso. Sea cual sea la naturaleza de nuestro estrés, nuestro cerebro la considera y la gestiona como un asunto de vida o muerte. Y es precisamente este el origen del síntoma y posiblemente de su empeoramiento.

\* \* \*

Pero como los ejemplos son mucho más claros que un largo discurso teórico, os propongo comprender todo esto a través de historias naturales que os mostrarán la implacable *bio-lógica* que puede haber detrás de un síntoma o de un comportamiento.

### la Historia Natural de la Regulación de los Nacimientos

Quizás sepan ya que una gran ley de la naturaleza dice que es necesario dejar de tener hijos cuando la situación medioambiental no es propicia. Cuando el futuro es incierto o la penuria alimentaria amenaza, la naturaleza pone en marcha su mejor parada : la fertilidad de las hembras se bloquea, dejan de ovular y no acogen al macho.

Esto les evita ponerse en peligro a sí mismas, ya que la gestación es una gran consumidora de energía, así como la lactancia posterior. Esto también evita traer al mundo a

crías que mueren de hambre después del destete. ¿No creéis que la naturaleza es genial y muy sabia?

### la Historia Natural del Tamaño de un Pez

De entre todas las limitaciones a las que el ser humano ha tenido que adaptarse, hay una que consiste en no ser demasiado grande en tamaño para estar en consonancia con las dimensiones del medio. Descubrí este principio gracias a mi vecino Christophe, quien tiene la particularidad de ser un acuariófilo experimentado. Un día me invitó a visitar sus instalaciones y me presentó uno a uno a todos sus peces, algunos de una belleza impresionante. En un momento de la visita, Christophe me presentó a su mayor pensio-nista : es un *pterygoplichithys gibbiceps* de unos 50 cm. de largo. Originario de la cuenca amazónica, pertenece a la misma familia que el esturión. Es un pez excavador que se alimenta de lo que encuentra en el cieno y vive en zonas inundadas con poca profundidad.

Pero cuando me dice que durante la edad adulta este animal puede medir hasta dos metros, me preocupo en seguida por la pobre bestia y por el tamaño del acuario, que mide precisamente 2 m de largo por 0,75 de ancho. Esto no deja de hacer reír a mi guía que me explica entonces, como una evidencia, que el animal dejó de crecer hace unos cuantos meses, aunque aún no había llegado a la edad adulta.

De hecho, este pez no crecerá más a no ser que se le instale en breve en un estanque nuevo más grande. Cuando se instaló al pez en este acuario, su biología evaluó las dimensiones del espacio vital disponible para adaptar la talla del individuo. Cuando el animal llega al tamaño máximo en relación al espacio disponible, su biología detiene su crecimiento. Por supuesto, hubiera sucedido lo mismo en la naturaleza si se hubiera visto atrapado algunos meses en una charca de dimensiones reducidas después de un decrecimiento del Amazonas.

En la naturaleza, cuando vivimos en un espacio reducido, es preferible limitar el tamaño para disponer de suficiente espacio para evolucionar libremente y también para reducir las necesidades alimentarias al mismo nivel de lo que el entorno puede dar. ¿No es maravillosa la naturaleza? Cabe señalar que este mecanismo no es una exclusividad de esta especie : concierne a todos los peces, reptiles y anfibios, e incluso a los mamíferos...

### la Historia Natural de Princesa, la Pequeño Gatita

Princesa es una gatita que vive en una zona residencial cerca de Lyon. Hasta el día de hoy, su vida ha sido apacible : la miman, la arreglan y tiene a menudo excelentes razones para ronronear. Además, como la zona en la que vive está cerca de los campos, puede vivir su vida de felina cazadora más o menos como ella la entiende. En este punto de la historia el nivel de estrés del animal es mínimo.

Pero un día una nueva familia de humanos se instala en el barrio y al mismo tiempo desembarca un macarra de cuatro patas, verdaderamente macho y muy mal educado. Desde luego, el gato se pone de inmediato a ligar desenfrenadamente con la gatita y comienza aquí el infierno para Princesa, que no quiere tener cachorros con este individuo. No puede salir y dar un paso sin tener detrás al obseso en la espalda y tiene que vigilar su retaguardia, tanto en sentido literal como figurado. En resumen : ella está siempre alerta, cosa que hace aumentar progresivamente su nivel de estrés.

Sigue así durante un tiempo, tanto que tan solo unos días más tarde alcanza su umbral de estrés máximo hasta que lo sobrepasa : necesita entonces la intervención de su biología. Su cerebro arcaico hace primero el análisis de la naturaleza profunda del problema y después pone en marcha su mejor solución.

Pero, ¿cuál es la naturaleza exacta del problema de Princesa? Su problema es que tiene que “ *hacer frente a la adversidad* ” y resistir físicamente contra la insistencia del gato.



¿Y a qué necesita para resistir? Dada la situación, ella tiene sobre todo la necesidad de tener permanentemente disponible un potencial de fuerza muscular suficiente para estar lista para liberarse y huir si es necesario o para mantener la distancia si la competición dura demasiado tiempo.

¿Cómo le puede ayudar su cerebro? Simplemente enviando la orden a su páncreas para que se bloquee un poco a fin de secretar menos insulina. Esto tendrá como consecuencia el aumento de la tasa de azúcar que circula por la sangre para alimentar a los músculos de manera óptima en caso de necesidad, una "solución perfecta" y ganadora. Efectivamente, el azúcar es el carburante del músculo y el rol de la insulina producida por el páncreas endocrino es el de regular la glucemia.

¿No es genial la naturaleza? Y tenéis toda la razón: es algo excelente. Salvo que en medicina, esta pequeña maravilla se llama hiperglucemia, que puede degenerar en diabetes, es decir, una enfermedad potencialmente mortal.

Cabe señalar que esta historia tiene un final triste para el gato porque desapareció de repente y un final feliz para la gatita. Desde el momento en que Princesa, y sobre todo su cerebro, se dieron cuenta de que el gato ya no estaba por la zona, su biología anuló el orden de bloquear parcialmente el páncreas y dio la orden inversa de desbloqueo. La producción de insulina se normalizó y la glucemia del animal se estabilizó.

## la Historia Natural de un Joven lobo

Esta es la historia de un joven lobo que vive en el seno de una jauría en un gran parque natural de América del Norte. Este animal está en buena salud, pero su estatus de joven no le facilita las cosas: la competencia es dura y la organización social de los lobos presidida por un macho dominante es extremadamente rígida. Entre otros, cuando la jauría consigue colectivamente matar a una presa, tiene que esperar mucho tiempo para tener derecho a una parte del festín, si es que queda algo.

Un día que tiene mucha hambre tiene la ocasión de atrapar estando solo a una perdiz de buen tamaño. Como no quiere compartir su buena suerte, se esconde entre la espesura y se apresura a engullir su presa tan rápido como puede. Devora las patas del pájaro una detrás de la otra, después las alas y el cuello, etc. A pesar de su tamaño, cada mordisco logra a duras penas deslizarse a lo largo del esófago para llegar al estómago.

Como lo hace cada vez que un pedazo de comida tiene que ser tratado y para que se ponga en marcha solamente la energía digestiva estrictamente necesaria, su biología evalúa la masa a digerir gracias a los captadores situados en el estómago. Aunque la situación no sea excepcional, no deja de ser problemática, ya que este lobo tiene que digerir, en el menor tiempo posible, un mazacote de perdiz muy complicado de tratar: además de la carne, hay piel, un pico, plumas, garras, huesos, cartílagos, tendones y ligamentos, y todo en cantidades considerables.

En teoría el animal está incluso en este caso en peligro, ya que corre el riesgo de morir de hambre. Con el ritmo digestivo habitual del estómago de un lobo, le llevará demasiado tiempo disolver íntegramente el contenido estomacal. En consecuencia, solo podrá aprovechar lo que tiene en el estómago muy poco a poco y la oclusión del tubo digestivo provocada por los pedazos de perdiz no le permitirá tragar otros alimentos.

Pero la biología de los lobos está acostumbrada a esta situación y sabe, desde hace millones de años, cómo remediarlo. En el momento en el que los captadores del estómago llegan a los parámetros necesarios, el cerebro pone en marcha entonces su mejor solución *bio-lógica* posible para que el volátil sea digerido lo antes posible. ¿Cómo? Simplemente poniendo en funcionamiento un fabuloso programa de *sobredigestión* que consiste en aumentar considerablemente el número de células segregadoras de jugo gástrico para que el estómago sea temporalmente más eficiente para *digerir el mordisco*.

Cuando el contenido estomacal está en proceso de ser digerido completamente, los captadores del estómago informan al cerebro de que pare el proceso. Las células suplementarias se disgregan y son evacuadas por las vías naturales al mismo tiempo que los últimos residuos del pájaro. ¿No creen que la naturaleza es genial? Y seguís teniendo razón : es del todo maravilloso. Salvo que para la medicina, lo que la biología del lobo ha puesto en marcha en esta situación particular se puede considerar como un proceso tumoral, es decir un cáncer de estómago, una enfermedad potencialmente mortal.

### la Historia Natural de Gribouille la Abuela Generosa

Gribouille es una perra Labrador que vive con su hija Claquette con una familia de humanos en Normandía. Algunos años antes, Gribouille tuvo cachorros, que los humanos se apresuraron en distribuir después del destete, salvo la pequeña Claquette que la dejaron con su madre. Tres años más tarde, Claquette, la hija, tiene a su vez otros cachorros.

Hasta aquí todo es de lo más normal, salvo que Claquette trae al mundo una docena de cachorros y aquí llega el drama : no hay suficientes tetas para todos y, peor aún, no hay suficiente leche. Esta situación crítica inquieta a toda la familia, humanos incluidos, ya que los pequeños tienen hambre : se lo hacen saber ruidosamente y es una lucha en la que todo vale para conseguir cada gota de leche. La supervivencia de los más débiles está en juego y tienen que completar la ración con leche materna para bebés humanos.

Aunque el método es muy eficaz, es finalmente la biología de la abuela Gribouille la que encuentra la mejor solución *bio-lógica* posible en esta situación. ¿Cómo? Simple-mente activando su función mamaria para producir leche. Así, muy rápidamente, esta abuela también podrá amamantar un poco a los pequeños.

Es el estrés de Gribouille frente a esta situación de urgencia el que hace reaccionar a su cerebro en función de la tonalidad específica del problema que, en este caso, se enuncia en términos de "*se tiene que alimentar a los pequeños*". En cuanto a la manera *bio-lógica* de conseguirlo, consiste en aumentar la segregación de prolactina por la hipófisis, una hormona que induce la producción de leche de las células galactógenas.

¿No creéis que la naturaleza es genial? Efectivamente es magnífica. Salvo que en medicina, esta maravilla se considerara una enfermedad : veremos de cuál se trata más adelante. Cabe señalar que este mecanismo que permite a una hembra mamífera producir leche fuera de la maternidad es muy conocido entre los naturalistas, ya que no es excepcional.

\* \*

Para hacer el paralelismo entre las historias naturales animales, he aquí ahora otras historias muy naturales pero esta vez de humanos :

### la Historia Natural de una Mujer Joven

Está desesperada porque intenta desde hace muchos años tener un niño sin conseguirlo. Después de un largo recorrido médico, de múltiples exámenes, un tratamiento hormonal y varios intentos infructuosos de fecundación *in vitro*, consulta a un colega para comprender el por qué de esta esterilidad.

El hecho es que esta mujer fue concebida en un muy mal año : nació a finales de 1976, es decir, el año de una sequía muy grave que afectó a ciertas regiones de Francia, particularmente aquella en la que sus padres eran ganaderos. Por supuesto, durante todo el tiempo del embarazo, sus padres estuvieron extremadamente estresados, ya que estaban muy inquietos por su rebaño y por su futuro. El feto captó el estrés de la madre en esta tonalidad específica de penuria y lo registró durante un largo tiempo, cosa que le costará esta esterilidad unos 25 años más tarde.

¿No creéis que la naturaleza es genial? ¿No? Sin embargo, la historia de esta este-rilidad responde perfectamente a esta ley de la naturaleza que no quiere que tengamos bebés en épocas de penuria.

### la Historia Natural de un Niño Pequeño

Tiene siete años y está en plena forma, es vivo y simpático, pero tiene una dificultad y es que es pequeño, muy pequeño. Esto provoca que se burlen de él en la escuela y, por supuesto, inquieta a los padres. Explorando el pasado del niño, otro colega no encontró nada significativo para explicar este problema de crecimiento. Cuando le pregunta sobre el embarazo, la madre le explica que todo fue bien. Ella estaba muy contenta de estar embarazada, el padre estuvo muy presente y el parto se desarrolló sin complicaciones.

Sin embargo, ella vivió un estrés importante durante el embarazo, ya que en esa época los padres del niño vivían en un estudio muy pequeño. Durante semanas y meses, esta mujer estuvo inquieta pensando cómo lo harían para vivir tres personas en un espacio tan pequeño : se preguntaba donde pondría el cambiador, la cuna, etc. Tanto se lo preguntó que el niño llegó al mundo con el programa *bio-lógico* de no crecer mucho para no ocupar demasiado espacio.

¿No pensáis que la naturaleza es genial? ¿No? Sin embargo, la historia de este niño pequeño y la del pez de la Amazonia son idénticas. No hay diferencias en el plano de mecanismos *bio-lógicos*, que en este caso ha inducido una disminución de la producción de hormonas de crecimiento en el momento en que el niño llega a cierto tamaño.

Podemos constatar que la biología del niño no ha tenido en cuenta el hecho de que con el tiempo la situación financiera de los padres evolucionó mucho y que pasados unos años fueron a vivir a un apartamento mucho más grande que el estudio. No fue hasta el momento en que el origen del problema se puso en evidencia – *es decir, la toma de consciencia* – que la biología del niño "autorizó" la parada inicial del programa y que pudo volver a crecer de forma normal.

### la Historia Natural de una Joven Señorita

Después de su formación y de muchas penurias para encontrar trabajo, esta joven mujer de 25 años por fin es contratada en una empresa muy cerca de su casa, en un lugar de trabajo interesante y un sueldo conveniente para un primer empleo. Lo ideal... o casi.

En seguida, un jefe de servicio comienza a molestarla y su día a día empieza a ser inferno. La Señorita tiene que rechazar los intentos de seducción apenas disimulados ; después evitar acosos groseros ; e incluso a veces defenderse físicamente para rechazar al individuo cuando la consigue bloquear en un rincón.

Ella está en situación de adversidad y de resistencia permanente, más aún cuando se ve arrinconada por su miedo a perder el trabajo si se queja o denuncia al jefe de servicio. Ella también tiene mucho miedo de que no la crean o que la puedan acusar de incitarle : no puede hacer otra cosa que resistir y aguantar.

Pasadas unas semanas, alcanza su umbral de estrés máximo ya que por desgracia no encuentra ninguna solución práctica para eliminar el problema : es en este momento que su biología interviene. Su cerebro analiza su gestor de estrés, lo tiene en cuenta como "*tengo que estar lista para defenderme*" y envía el programa que considera mejor adaptado para ayudarla a resistir, es decir, el programa de hiperglucemia. El cerebro envía el orden al páncreas de reducir su proporción de insulina para que la Señorita tenga una tasa de azúcar siempre óptima inmediatamente disponible para poder estar, en el plano muscular, siempre preparada para defenderse y a resistir.

¿No pensáis que la naturaleza es genial? ¿No? Sin embargo, una vez más, la historia de la gatita Princesa y la de la Señorita son estrictamente idénticas : no hay ninguna dife-

rencia sobre el plano de mecanismos *bio-lógicos*. Desgraciadamente, y al contrario que Princesa, la desaparición de facto del jefe de servicio no cambiara nada en el caso de esta mujer. Pasados tres años, ella dimitió, ya que a diferencia de Princesa, esta joven mujer no supo/pudo modificar el proceso porque se quedó bloqueada en su miedo.

## la Historia Natural de un Señor muy enfermo

Para hacer el paralelismo entre la historia del joven lobo, he aquí la de un Señor de unos sesenta años muy enfermo que no puede "*digerir el pedazo*". Tras un accidente en el que murieron sus padres treinta años antes, este hombre y su hermano heredaron una cadena de tiendas. El hecho es que ellos tienen dos personalidades muy diferentes : uno siguió los pasos del padre y se convirtió en un hombre de negocios experimentado y le atrae mucho el poder y el dinero. En cuanto al segundo – nuestro Señor – él tomó otro camino, ya que hizo toda su carrera al servicio del Estado como diplomático.

Se acordó entre ambos que la empresa que heredaron a partes iguales sería gestionada por el hermano mayor, ya que tiene todas las competencias para hacerlo. Nuestro Señor solo tiene una exigencia : escuchar hablar de todo esto lo menos posible porque los asuntos de dinero le aburren. De esta manera, durante treinta años escucha a medias los informes sobre las actividades que le hace su hermano cada año y jamás ha leído el balance financiero. Tan solo dedica algunos segundos a firmar los documentos que su hermano le presenta de vez en cuando, pero siempre sin leerlos porque le tiene confianza.

En cuanto al dinero, le da totalmente igual : tiene un tratamiento excelente, goza de viviendas prestigiosas ahí donde esté y tiene pocos gastos porque no se ha casado nunca ni ha tenido hijos. Así, las pocas veces en que su hermano le pregunta sobre lo que debe hacer con su parte de los dividendos, le propone reinyectarlos en la empresa, para sacarse rápido el problema de encima.

Pero poco antes de la jubilación, nuestro Señor se da cuenta de repente de que él no es propietario de ninguna vivienda en Francia y que ya es hora de pensar en ello. Hace entonces una estimación del presupuesto que necesitará para conseguir un apartamento en París donde vivir su jubilación: la suma está mucho más allá de lo que ha acumulado con el paso de los años, pero no presta atención porque se cree rico.

Es justo en este momento en que estalla el escándalo: su hermano está inculpado por fraude, desvío de capital y estafa, y puesto en la cárcel. En cuanto a nuestro Señor, le sospechan de él y la Justicia le solicita que vuelva a Francia. Le detienen cuando baja del avión y pasa algunos días en detención preventiva en la Brigada Financiera, el tiempo en que la Justicia se da cuenta de que él también es una víctima de su hermano.

Totalmente aturdido, consulta a un gabinete de expertos que le confirma su implicación jurídica en este feo asunto a causa de todos los documentos que firmó durante treinta años sin ni siquiera leerlos : su hermano es un estafador sin escrúpulos, la empresa familiar no vale ni un céntimo y se hunde bajo las deudas.

Es un poco como si el universo de nuestro Señor se hundiera : de repente está acusado ; su reputación está mancillada ; la Justicia le impide volver a su puesto ; se le impone una licencia administrativa ; tiene dificultades financieras ; está a pocos meses de la jubilación y no tiene vivienda. Pero sobretodo, es necesario saber que este hombre es muy hecho "*a la antigua*" : para él el honor, la honestidad y el respeto de la palabra dada son los valores más importantes. Nunca en su vida se ha visto enfrentado a tanto engaño. Es precisamente este aspecto el que le resulta más chocante, y aún más cuando se trata de su propio hermano en quien había confiado siempre.

Y es esto lo que se repite sin parar: se dice que la traición de su hermano es una infamia, una inmensa injusticia y que él no le puede perdonar. Vive esto con tal intensidad desde lo más profundo de sí mismo que se instaura entre este hombre y su cerebro arcaico un

espantoso malentendido que hará que el hombre se ponga enfermo : apenas seis meses después del inicio del asunto, nuestro Señor se encuentra con que tiene que curarse de un cáncer de estómago.

Considerando la tonalidad específica de estrés de este hombre, su cerebro estimará que lo mejor que puede hacer para ayudarlo a "*digerir el pedazo*" es poner en marcha un proceso de "*sobredigestión*" como en el caso del lobo. ¿Por qué? Porque tanto para este hombre como para el lobo, el estrés visceral que el cerebro arcaico tendrá en cuenta será estrictamente el mismo: la necesidad vital de "*digerir el pedazo*".

Efectivamente, que se trate de un "*mordisco indigesto*" tanto real como simbólico, nuestro cerebro arcaico lo considerará exactamente de la misma manera, ya que no hace la diferencia entre lo que es real, simbólico, virtual o imaginario : trata todo como una realidad. Así, cuando el umbral de estrés máximo de este hombre se alcanzó, su cerebro en primer lugar analizó su resentir visceral y lo tuvo en cuenta como un "*pedazo indigesto*" muy real, ya que, muy *bio-lógicamente*, puso en marcha un programa de "*sobredigestión*".

Por supuesto, poco a poco todo se encadena y se agrava : además de estar enfermo, le dan la jubilación forzosa; vive en un apartamento pequeño y sombrío; muchos amigos suyos le evitan ; el proceso judicial no avanza ; etc. Sin hablar del choc ante el anuncio del diagnóstico, de su miedo a morir, de una intervención quirúrgica, de tratamientos, y de su gran cansancio. Y cuanto más se repite en su amargura, más aumenta el pedazo simbólico indigesto, y más activo está el programa de "*sobredigestión*", y más enfermo está...

En este caso evitaría pretender que la naturaleza es genial aunque la historia de este Señor y la del joven lobo son estrictamente idénticas : no hay ninguna diferencia en el plano de los mecanismos *bio-lógicos*. La única diferencia es que este hombre está en peligro de muerte. Para salir de esta situación y para no morir antes de hora, a este Señor no le quedan muchas alternativas. Lo que puede hacer es :

- ***Resolver el problema*** concretamente, por ejemplo, contratando a los mejores abogados de Paris, siendo declarado inocente por la Justicia, reencontrando su honor y recuperando todo ó su parte su dinero. Pero antes de todo, tendrá que estar en paz con el estafador de su hermano para no repetir una y otra vez su resentimiento.
- ***Superar el problema*** descubriendo por ejemplo que prefiere vivir su jubilación en lo más recóndito de la Creuse en medio del campo más que entre la contaminación de Paris. Ahora tiene suficiente dinero para comprarse una pequeña casa y vivir una jubilación feliz. Pero también este caso, tendrá que estar en paz con su hermano.
- ***Eliminar el problema***, por ejemplo ganando la lotería o heredando una inmensa fortuna, esto le haría tan rico que podría comprarse el apartamento de sus sueños e incluso reembolsar todas las deudas de su hermano. Dicho esto, una vez más, tendrá que estar en paz con su hermano.
- ***Transformar el problema*** enamorándose por ejemplo de una mujer de las islas con la que quisiera instalarse en la otra punta del mundo, al borde de un lago azul, allí donde no hay necesidad de nada más que de vivir el presente. En este caso, él podría incluso agradecer al estafador de su hermano por ser el artífice involuntario de tan buena suerte.
- ***Tomar conciencia del problema*** : sino, si ninguna de estas soluciones se presenta, tendrá que tomar conciencia muy rápidamente de los pormenores de su enfermedad. Así podrá gestionar con conciencia el estrés inducido por la prevaricación de su hermano para que su biología no tenga que preocuparse más por ello.

\*  
\* \*



En este punto, os propongo comprobar que :

### Es nuestro cerebro arcaico quien dirige nuestra vida

Tal y como lo demuestran estas historias, estamos permanentemente bajo la prodigiosa pero benévola autoridad de nuestro cerebro cuya única misión es velar por nosotros. Primero controla todas nuestras funciones internas pero nos dicta también como nos tenemos que comportar y cómo reaccionar. Después en algunos casos, pone en marcha sus estrategias, lo que nosotros llamamos síntomas y que por desgracia pueden resultar nefastas a largo plazo. Pero nuestro cerebro nunca hace nada para perjudicarnos.

### Hay una intencionalidad positiva en el origen del síntoma

El síntoma no es necesariamente fruto del azar ni de la fatalidad y aún menos la consecuencia de un desarreglo aleatorio o de una anarquía aberrante. Más bien lo contrario, a menudo está inducido por un mecanismo perfectamente *bio-lógico*, absolutamente coherente y admirablemente orquestado por el cerebro. Por muy increíble que pueda parecer, el primer objetivo de un síntoma es el de protegernos, de salvarnos la vida, o al menos de hacernos ganar instantes de vida.

Por supuesto, esta solución en teoría "perfecta" que nuestro cerebro decide poner en marcha para ayudarnos puede también convertirse en imperfecta y resultar nefasta, incluso fatal. La principal razón de esto es que muy frecuentemente, entre nosotros y nuestro cerebro arcaico, se instaura este espantoso malentendido ya que nunca tiene en cuenta la realidad de los hechos, sino únicamente la tonalidad y la intensidad de nuestra emoción visceral.

De hecho, es tan solo al principio del proceso patológico que podemos apreciar la *bio-lógica* del síntoma y calificar de "perfecta" la estrategia escogida por el cerebro. Luego, se convierte en imperfecta, limitante y peligrosa porque el proceso perdura y se embala. Desgraciadamente la mayor parte de las veces, ignoramos la naturaleza exacta del problema, incluso su presencia, lo que nos impide resolverlo.

Es evidente en el caso del Señor diplomático : su cerebro arcaico pone en marcha este programa de "sobredigestión" creyendo que tenía alguna cosa particularmente difícil de digerir en el estómago. Después la enfermedad perdura y se agrava porque este hombre "cultiva" el resentimiento hacia su hermano sin darse cuenta.

### Somos portadores sanos del programa de todas las enfermedades

Evidentemente somos todos los portadores sanos del programa de todas las enfermedades, ya que ellas tienen que poderse activar cuando sea necesario. Desde fuera podemos constatar que, para una enfermedad específica, sus características siempre son las mismas de un individuo al otro: esto sobreentiende que tenemos todos el mismo 'disco duro'.

De esta manera, todos somos portadores sanos de un programa *bio-lógico* de hiperglucemia para poder ser más eficaces para resistir muscularmente la adversidad cuando sea necesaria ; o también de un programa de "sobredigestión" que nos ayuda a "*digerir el pedazo*" en ciertos casos. Y sucede lo mismo con todas las enfermedades.

## la Emoción Visceral

Las evidencias demuestran que nuestros síntomas son muy a menudo psicósomáticos. Esta noción es absolutamente revolucionaria y podemos agradecer a Sigmund Freud el haberla enunciado. Dicho esto, y con el riesgo de chocarme, pretendo que el síntoma no puede ser psicósomático. La psicología – en el sentido en el que la entendemos habitual-

mente – tiene poca influencia sobre nuestro cerebro arcaico, por no decir ninguna : nuestra psique no es nunca directamente responsable del síntoma.

Por cierto, la psique humana es un logro fabuloso de la naturaleza, pero también es muy aleatoria respecto a nuestros recuerdos y creencias que nos complican mucho nuestra existencia. Dicho esto, nuestros problemas psicológicos (*problemas de pensamiento*) no pueden ser el origen del síntoma, ya que nuestro querido cerebro arcaico no se interesa nunca por lo que pensamos, sino únicamente en aquello que experimentamos desde lo más profundo de nosotros mismos, en los vestigios de nuestra animalidad.

El caso de la Señorita víctima de acoso sexual lo demuestra perfectamente: no existe ni la más mínima relación entre su problema psicológico y la manera en que su cerebro gestiona el asunto. A nivel biológico, su síntoma es la mejor respuesta posible para resistir muscularmente, mientras que su síntoma "psicológico" será más bien del orden de la misandria (*a quien no le gustan los hombres, varones*), del miedo a lo masculino en general, posiblemente de una mala relación con la sexualidad, etc.

En lo más profundo de nosotros, seguimos funcionando como hace millones de años y nuestras dificultades son siempre de tipo animal. Todavía hoy, al alba del tercer milenio, seguimos funcionando en el marco de nuestra "*animalidad*" en función de nuestros códigos arcaicos de comportamiento y de prioridades por la supervivencia del individuo y de la especie. Incluso si venimos de seres particularmente sofisticados y a pesar de la increíble modernidad de nuestro mundo, seguimos reaccionando por lo esencial, como animales en un medio natural, es decir, un entorno terriblemente peligroso.

Un problema psicológico provoca una elevación del nivel de estrés y se puede somatizar si se alcanza cierto nivel de estrés. Pero entre ambos, entre el estrés y la somatización, hay un elemento determinante, el síntoma : la emoción visceral, animal, que solo es interpretable por el cerebro.

Para demostrar que es la emoción visceral la que cuenta y no las vivencias o el pensamiento, así como que existen varias maneras posibles de sentir para una misma vivencia, os propongo el siguiente caso :

### el Flagrante Delito de Adulterio

Imaginemos la siguiente historia : un hombre o una mujer vuelven de un viaje antes de lo previsto, sin avisar a su pareja. Al llegar a casa, esta persona sorprende a su marido o a su mujer en flagrante delito de adulterio, y además están en la cama de conyugal. Esta persona se ve sorprendida, está en shock, vive el horror, se siente herida desde lo más profundo de sí misma. Su nivel de estrés aumenta considerablemente.

Evidentemente, todos nosotros (*o casi*) estaríamos así de estresados en una situación así y todos haríamos (*casi*) el mismo análisis y con las mismas emociones. Sin embargo, la emoción visceral será muy diferente en función de cada uno. Así en el caso de esta persona, ella podrá vivir su infortunio de diversas maneras :

- en términos de **resistencia** como en Señorita si la persona se instala en una gestión estoica de la situación. Por ejemplo, puede considerar que uno no se puede divorciar cuando tiene tres hijos o porque es incompatible con su conciencia religiosa.
- en términos **digestivos** como el Señor diplomático si la persona lo vive en tonalidad indigesta. Su resentimiento podrá estar dirigido hacia su pareja o hacia él o la amante si es una persona conocida.
- en términos de **inseguridad** en una tonalidad más bien femenina si piensa haber perdido la protección del otro, tal y como lo viviría una hembra al haber perdido su macho y creyendo que no puede hacer frente al peligro.

- en términos de *pérdida de territorio* en una tonalidad más bien masculina si tiene la impresión de que le han robado un bien esencial o que ha sido expulsada de su territorio.
- en términos de *marcaje de territorio* si considera el o la amante como un invasores. Por ejemplo en este caso, puede que la persona esté particularmente afectada de que algo así pueda producirse en su casa, en la cama de matrimonio.
- en términos de *desvalorización global* si la persona orienta el problema sobre sí misma : como el otro tiene la necesidad de tener una relación con una tercera persona, esto significa que ya no intereso, que no valgo realmente nada.
- en términos de *desvalorización sexual* si la persona considera que no ha estado a la altura en este tema porque el otro tiene la necesidad de satisfacerse fuera.
- en términos de *desvalorización social* si el problema real no está ligado a la infidelidad de la pareja sino más bien a su reputación y al "qué dirán" sobre que le hayan puesto los cuernos.
- en términos de *culpabilidad* si considera que es la única responsable por no haber estado a la altura, no haber sabido comprender que había un problema, etc.
- en términos de *rechazo* si se siente rechazada, abandonada, algo que en la naturaleza es una situación crítica porque uno no puede sobrevivir si le excluyen del grupo.
- en términos de *abatimiento* si tiene la impresión de que su mundo se derrumba, que lo ha perdido todo y que no se recuperará jamás. Incluso puede que se derrumbe en el propio lugar, completamente estupefacta. Es un resentir muy intenso, uno de los más arcaicos que hay.
- en términos de *pérdida de la integridad física* si vive la situación como una agresión física. Por ejemplo, puede vivirlo como una puñalada en la espalda.
- en términos de *impureza* si piensa que esta infidelidad no es la primera. La persona ya habrá tenido relaciones sexuales con el otro/otra, cuando este/esta ya era infiel y por lo tanto su sexo era "impuro".
- en términos de *peligro para el clan* si piensa que el clan familiar está en peligro de desestructuración, una dimensión esencial a nivel arcaico.
- en términos de *peligro en el nido* en una tonalidad más bien femenina si orienta su estrés hacia su pareja y su hogar, que ya los ve definitivamente quebrados. Dicho esto, un hombre femenino podrá vivirlo en esta misma tonalidad.
- en términos de *drama por el niño* en una tonalidad más bien femenina igualmente si orienta su estrés hacia sus hijos, de los que ya se imagina su gran sufrimiento por no tener ya un padre para atender a sus necesidades.
- en términos de *desplazamiento* si considera que la verdadera causa de su drama es haberse ido de viaje. En este caso, el desplazamiento será la tonalidad principal de su desgracia.
- en términos de *ruido insoportable* si el estrés es auditivo porque se queda bloqueada en eso que ha oído, por ejemplo en términos de palabras de amor entre los dos amantes, de gritos de placer o de expresiones muy vulgares.
- en términos de *visión de horror* si el estrés es visual porque se queda bloqueada sobre la visión que tiene cuando abre la puerta de la habitación.
- *Etcétera...* ya que podríamos vivir esta situación de muchas otras formas correspondientes a otros resentires arcaicos muy concretos.

\*  
\* \*

El hecho es que nuestro cerebro no sabe interpretar los hechos reales (*las vivencias*) ni evaluar su grado efectivo de gravedad : es totalmente incapaz. Por ejemplo, ignora completamente lo que es un flagrante delito de adulterio según los criterios humanos : nunca lo ha sabido y no lo sabrá jamás. Sin embargo, la biología tendría más bien tendencia a animarnos a ser infieles ya que esto favorece la diversificación genética.

En una situación así, el cerebro interviene solamente si genera un aumento del nivel de estrés y si lo ha vivido negativamente. Y es que si podemos vivir la infidelidad de la pareja de una forma muy dolorosa, también la podemos vivir de forma positiva, incluso muy positiva. Aunque pueda parecer imposible hasta regocijarse por tener cuernos, pero los hechos son que :

De este modo, un hombre siente un gran alivio cuando descubre la infidelidad de su mujer porque de repente se siente menos culpable de tener una amante ; una mujer lo vive como una noticia excelente ya que por fin podrá abstenerse de hacer su deber conyugal, algo que siempre ha vivido como un calvario ; por último, otro lo ha vivido como una liberación porque por fin tienen una razón válida para divorciarse.

Por eso, lo importante no es la vivencia, sino que lo que cuenta es la manera en que se vive, desde lo más profundo de sí mismo, ya que el mismo acontecimiento puede ser un drama para una persona o una alegría para otra. Es necesario comprender que nuestro cerebro arcaico se ocupa de nuestros asuntos solamente si detecta una elevación intensa y/o duradera de nuestro nivel de estrés. Sino, nos deja que nos dediquemos a nuestros propios asuntos sin meterse en nada.

Pero si detecta una elevación brutal, intensa y/o duradera de nuestro nivel de estrés – *lo que para él significa peligro* – es nuestra emoción visceral la que tendrá en cuenta para informarse sobre la naturaleza de este peligro. A nuestro cerebro no le interesa nunca lo que vivimos, ya que solo se interesa por nuestra manera de vivirlo, es decir, nuestro resentir profundo. En cuanto a la gravedad del peligro y la urgencia de la situación, es la intensidad de nuestro estrés la que le permite evaluarlo.

Los casos en los que considera la situación suficientemente grave y que necesitan de su intervención (*a nivel físico o comportamental*), la solución *bio-lógica* que pone en marcha depende de la especificidad del resentir arcaico de la persona y de la urgencia de la situación. De esta manera, en el caso del flagrante delito de adulterio :

- *si* el cerebro considera que el resentir visceral de la persona es claramente digestivo porque se repite sin parar que la actitud de su pareja es absolutamente inaceptable y que no lo puede digerir, el cerebro puede escoger poner en marcha un programa de "*sobre-digestión*" para ayudar a digerir lo indigerible.
- *si* considera que el resentir de la persona es claramente de resistencia pues se obliga a sí misma a aguantar frente y contra todo, el cerebro puede escoger poner en marcha un programa de hiperglucemia para ayudar a estar físicamente más fuerte para resistir.
- *si* considera que el resentir de la persona es claramente visual en el caso en el que esté profundamente afectada por lo que ha visto al abrir la puerta de la habitación y no puede deshacerse de esta visión espantosa, el cerebro puede escoger poner en marcha una alteración de la visión para ayudarle a no ver más este tipo de horrores.
- *si* considera que el resentir de la persona es claramente auditivo en el caso en el que se queda bloqueada ante lo que ha oído de los retozos de los dos amantes, el cerebro puede escoger poner en marcha una alteración de la audición para ayudarle a no oír más este tipo de ruidos insoportables.

Siempre es en función de la tonalidad visceral - *y nunca de nuestro análisis intelectual* - que el cerebro pone en marcha una solución "*bio-lógica*" que considera la más adecuada para ayudar a resolver una dificultad.

E incluso a veces, podemos tener una enfermedad muy concreta que corresponda a un resentir muy preciso sin haber vivido jamás en persona el choque dramático correspondiente...

## el Impacto Transgeneracional

Así pues nuestros síntomas físicos o psíquicos, nuestros bloqueos, nuestros comportamientos o dificultades existenciales en general pueden ser la consecuencia natural, *biológica* de un estrés inconsciente ligado a un contexto particular o a un acontecimiento más o menos grave ocurrido en nuestra vida.

Pero a veces la causa puede buscarse más arriba, antes de nuestro nacimiento, en nuestra *pre-historia*. Hay muchos casos que muestran como un acontecimiento ocurrido antes incluso de que hayamos llegado al mundo – *durante nuestra vida intrauterina, en la historia de nuestros padres o en la de nuestra familia en general* – puede tener una influencia considerable sobre nuestra vida y nuestra salud.

Aunque transmitamos muchas cosas de generación en generación, no se trata solo del patrimonio genético de nuestra especie o de nuestro linaje : también podemos ser los confidentes de la memoria de un acontecimiento particular al que un ascendente se habrá visto enfrentado, una memoria que nos puede limitar toda nuestra vida o incluso ponernos enfermos, a pesar de que no nos concierna en nada la historia.

**Por ejemplo** : una persona joven está obsesionada por el miedo a que le falte el alimento hasta el punto de esconder provisiones en la habitación cuando era pequeña y de angustiarse mucho cuando la nevera o los armarios se vaciaban. ¿Por qué? Según mi opinión es porque ha sido la heredera del miedo a la penuria vivida por su madre durante el embarazo en la época de la I Guerra del Golfo en 1990. Esta madre también fue ella misma heredera de su propia madre que pasó realmente hambre durante la II Guerra Mundial.

**Por ejemplo** : una mujer está muy limitada durante cuarenta años después de cada comida por tener una hipersensibilidad hepática que le impide digerir de forma normal cualquier alimento. ¿Por qué? Según mi opinión porque ella ha sido la heredera de una intoxicación alimentaria muy grave que vivió su madre poco después de la concepción.

**Por ejemplo** : una mujer se ve de repente muy afectada después del nacimiento de su primer hijo por una profunda angustia en tonalidad de enfermedad y de muerte aunque no haya pasado nada en particular que lo justifique en su historia. ¿Por qué? Según mi opinión, porque ella fue la heredera de un drama vivido por su abuela materna en 1935, poco antes de haber concebido a su madre, cuando el niño que la precedía murió a los 18 meses a causa de una enfermedad.

**Por ejemplo** : una mujer sufre durante cuarenta años un gran desarreglo en la hipófisis que, entre otras consecuencias, le hace producir leche fuera de la maternidad. ¿Por qué? Según mi opinión es porque ella fue la heredera de un drama vivido por su padre en 1923 cuando el tenía 5 años y su madre murió pariendo a su hermana pequeña. En este contexto dramático, todo el estrés del niño se cristalizará bajo la necesidad de alimentar sin falta al recién nacido, que no tiene madre para poder ser amamantarlo.

Estos son algunos ejemplos escogidos entre tantos otros y muestran cómo podemos llegar a ser herederos involuntarios de acontecimientos ocurridos a veces mucho tiempo antes de nuestro nacimiento. Queda saber cómo y sobre todo por qué.

### la Adaptación a la Presión del Entorno

Esta teoría de la transmisión del conflicto que se programa de una generación a otra tiene pocas posibilidades de ser algún día demostrada científicamente, pero no por eso es una



quimera absurda y sin fundamento: miles de casos lo demuestran. No se puede decir que es una especie de magia inexplicable, ya que es la consecuencia de un mecanismo de supervivencia estrictamente *bio-lógico* que tiene como objetivo permitirnos estar mejor adaptados a la presión del entorno.

Tanto si es cuestión de nuestra evolución personal, de la evolución de una generación a la otra o de la evolución de las especies después de 3850 millones de años, el principio de base siempre es el mismo desde tiempos remotos : la adaptación a la presión del entorno. Sin embargo, aún tenemos que volver a las tesis sobre la evolución de las especies para entender por qué podemos expresar una manifestación física o psíquica en relación a un acontecimiento o un contexto ocurrido antes de nuestro nacimiento.

## Darwin vs. Lamarck

Algo así exige reabrir una vieja polémica de la que se ha discutido mucho desde hace casi dos siglos. Y es que las dos tesis se oponen respecto a la evolución del ser vivo : la del naturalista francés Jean-Baptiste de Monet, Caballero de Lamarck (1744-1829) y la del naturalista inglés Charles Darwin (1809-1882). En resumen y de forma simplificada:

- **Darwin** dice que la evolución de una especie es en primer lugar fruto de la selección rigurosa de los individuos mejor adaptados a su entorno, así como de la selección de las mejores variaciones de detalles aparecidos por azar que han hecho que triunfe su descendencia: es la tesis de la selección natural ;
- **Lamarck** dice que la evolución de una especie es inducida por la adaptación de los individuos a la presión del entorno y que esta adaptación se transmite a las siguientes generaciones : es la tesis de la herencia del carácter adquirido.

Un breve ejemplo para exponer estas dos tesis: un famoso productor de semillas americano ha elaborado una variedad de maíz genéticamente modificado para que produzca su propio insecticida con el fin de protegerse de la glotonería de las larvas con las raíces del maíz (*Diabrotica virgifera virgifera*).

Tan solo seis años más tarde, se da cuenta de que este insecto está perfectamente adaptado y que ya no teme el insecticida producido por la planta.

- **el punto de vista darwinista** considerará que los individuos sensibles a este insecticida han sido eliminados y que solo los individuos que hayan tenido la suerte de ser insensibles sobrevivirán y entonces engendrarán una progenie con esta misma característica.
- **el punto de vista lamarckiano** considerará que la necesidad de resistir al insecticida ha inducido una modificación genética en ciertos individuos en este sentido, una característica que será transmitida a las generaciones siguientes.

El hecho es que la tesis de Darwin es absolutamente irrefutable, ya que la selección natural juega un rol esencial, tanto que la de Lamarck fue totalmente ridiculizada. Todavía a día de hoy es preferible no hablar de Lamarck en presencia de miembros de la Academia de las Ciencias : uno sería acusado de revisionismo.

Por eso, nosotros, los descodificadores, somos espantosos lamarckianos, ya que consideramos que el síntoma puede ser una evolución adaptativa en relación a una dificultad sucedida durante nuestra vida y que esta adaptación puede transmitirse probablemente de una generación a la otra.

Sin embargo, algunos científicos osan decir, con pruebas para reforzarlo, que Lamarck no iba tan mal encaminado. Efectivamente, observamos que ciertas mutaciones genéticas adaptativas son demasiado rápidas y/o simultaneas para ser fruto de la casualidad y/o de la selección natural. Es la tesis de la heritabilidad epigenética, es decir, de la transmisión de los conocimientos de una generación a la otra por la vía genética.

Por mi parte, pienso que evidentemente Darwin tenía razón si tenemos en cuenta la historia del ser vivo desde hace 3850 millones de años. Pero Lamarck no iba tan mal encaminado si consideramos algunos de los casos concretos expuestos a continuación. El debate puede enunciarse de la siguiente manera: estas variaciones de detalles aparecidos por casualidad según Darwin, ¿no podrían en algún caso ser inducidas por la adaptación de uno o varios individuos a un estrés particular? Este carácter es adquirido y transmitido a continuación a la siguiente generación que, de esta manera, está mejor adaptada que otras líneas a esta presión del entorno.

### la Lógica del Síntoma

Para ilustrarla, volvamos a esos ejemplos concretos para apreciar la lógica. Constatamos cada vez que la manifestación física, psíquica o comportamental puesta en marcha en la generación siguiente es la mejor adaptación posible al drama vivido en la generación precedente.

- **en el caso** de esa chica joven obsesionada por el miedo a que le falte el alimento a causa de la angustia de su madre durante el embarazo : el comportamiento que le hizo crear reservas durante la infancia fue la mejor adaptación posible a la angustia de su madre. De esta manera, no tenía el riesgo de que le faltara el alimento.
- **en el caso** de la mujer que no digería nada a causa de la intoxicación alimentaria severa sufrida por su madre en la época de la concepción: su hipersensibilidad hepática fue la mejor adaptación posible en relación al envenenamiento anterior. De esta manera, su hígado estaba siempre en alerta en cada comida, preparado para gestionar una posible intoxicación alimentaria (*recordatorio: el hígado es, entre otros, el "centro antiveneno" del organismo*).
- **en el caso** de esa madre tan angustiada por la idea de que sus hijos puedan estar enfermos a causa del drama vivido por su abuela en 1935 por la enfermedad y la muerte de su hijo : esta psicosis fue la mejor adaptación posible en relación al drama original. De esta manera, la mujer estaba siempre muy atenta a la salud de sus hijos.
- **en el caso** de la mujer con galactorrea permanente a causa del drama vivido por su padre en 1923 con la muerte de su madre y sobre todo con la necesidad vital de alimentar a la hija que acababa de nacer : este último punto corresponde a la presión del entorno y el síntoma, a la mejor adaptación posible. De esta manera, esta mujer estaba siempre lista para amamantar al bebé.

Por supuesto que he escogido estos cuatro casos concretos en particular para ilustrar mi afirmación : en primer lugar porque son muy representativos y también porque la comprensión del vínculo existente entre la causa y el efecto ha inducido a la desaparición del síntoma. De esta manera, estas personas han podido cortar este vínculo inconsciente que les mantenía ligados al pasado. En muchos casos (*y por lo tanto no siempre*), es tan solo con darse cuenta de esto que cura.

### los Modos de Transmisión

El porqué de esta transmisión es más bien fácil de entender : el objetivo es transmitir una información capital a la siguiente generación con el fin de que esté mejor adaptada a las dificultades encontradas por la generación precedente. En otros términos, esta transmisión permite simplemente a la generación siguiente tener mejores oportunidades de supervivencia, ya que se benefician de la experiencia anterior.

Explicar cómo se produce esta transmisión, es otro asunto : no podemos hacer otra cosa más que hacer suposiciones. En el caso de la mujer que no digiere nada, podemos considerar dos hipótesis : o la información "*tengo que estar siempre lista para combatir una intoxicación alimentaria*" se ha transmitido de la madre al hijo de una manera u otra por

la vía genética ; o el niño ha captado la información durante su vida intrauterina y la ha grabado a nivel celular.

Por el contrario, en el caso de esa otra mujer con galactorrea permanente, solo veo una hipótesis: la información "*tengo que estar siempre lista para producir leche*" fue, de una manera u otra, codificada en el espermatozoide que su padre utilizó para concebirla 30 años más tarde.

En el caso de estas dos mujeres, la consecuencia del estrés vivido anteriormente se ha expresado a nivel de su cuerpo. Pero mucho más a menudo, como en los otros dos casos, la consecuencia se expresa a nivel psíquico bajo diversas formas, tantas como comportamientos particulares, bloqueos existenciales, angustias, fobias, neurosis o incluso psicosis que son del dominio de la psiquiatría. Pero tanto si la manifestación es física como psíquica, tiene exactamente el mismo mecanismo.

Dicho esto, podemos también estar condicionados por la influencia familiar tras un traumatismo ocurrido antes de nuestro nacimiento. En el caso de esta persona joven que tenía miedo de que le faltara el alimento por la angustia de la penuria vivida por su madre durante el embarazo durante la I Guerra del Golfo en 1990, esta madre había estado ella misma muy condicionada durante toda su infancia por la dinámica particular de su propia madre traumatizada por la penuria durante la II Guerra Mundial.

## Memorias Diversas

Estamos bajo la influencia de un conjunto de memorias, en primer lugar aquellas acumuladas en términos de experiencia desde el instante de nuestro nacimiento. Pero esto no es más que una pequeña parte de una larga historia, ya que todos somos depositarios de muchas otras cosas :

- **Memorias intrauterinas** ya que estamos en simbiosis con nuestra madre durante este periodo y estamos en contacto directo con sus emociones y resentires. Además, a través de ella estamos en relación con su entorno, con nuestro padre, nuestra familia y el mundo en general. Por ejemplo, una niña tiene muchas dificultades en la escuela en cálculo, hasta el punto de no poder sumar  $1 + 1$ . ¿Por qué? Simplemente porque en el marco de su trabajo, su madre vivió un gran estrés durante el embarazo debido a un grave error de contabilidad que le provocaron ganarse las iras de su jefe.
- **Memorias parentales** porque nos han concebido, hemos crecido y nos han educado dos seres que tienen cada uno su propia historia y su *prehistoria*. Por ejemplo, los dos niños de una mujer tienen una estructura depresiva muy pronunciada al heredar el abatimiento moral que ella vivió a sus doce años: fue la única superviviente de un accidente de coche en el que murió toda su familia.
- **Memorias familiares** porque somos el punto de encuentro, para lo bueno y para lo malo, de toda la historia familiar de nuestros padres, abuelos, bisabuelos, etc. Por ejemplo, un hombre sufre de repente a los cincuenta y tres años una enfermedad neuromuscular a nivel del brazo derecho con el que no puede ni escribir ni firmar : más o menos a la misma edad su abuelo fue condenado a prisión por estafa y falsificación de documentos.
- **Memorias colectivas** de las que somos depositarios en función de nuestros orígenes socioculturales, del entorno y de la historia de nuestra región o de nuestro país de nacimiento. Por ejemplo, una mujer judía tiene durante dos años aborto tras aborto, en memoria de la Shoah. Desde lo más profundo de sí misma, no puede tener hijos porque de todas formas serían masacrados.
- **Memorias arcaicas** porque tenemos "algunos" reflejos muy buenos, como el de este hombre enfrentado a una situación que considera insuperable hasta el punto de tener un

bronquioma, es decir, una enfermedad grave a nivel del cuello y de los vestigios embrionarios de los bronquios de antaño, de la época en que éramos aún peces.

Todo esto muestra que el impacto sobre nuestra vida de nuestra *prehistoria* y de la herencia transgeneracional es primordial. Para ilustrarlo – y hacer el paralelismo con la historia de la perrita Gribouille – he aquí de forma muy detallada una historia increíble de la que ya he hablado.

## la Historia de Paula

Como muchas otras historias, esta empieza con una casualidad, que me hizo cruzarme por el camino de una habitante de la región de Valenciennes (Francia), que tenía en aquel entonces 45 años. Tras algunas conversaciones, Paula me cuenta que ha estado casi siempre enferma : padece hiperprolactinemia aguda y fue operada, diez años atrás, de un tumor hipofisario con prolactina elevada, síntomas de los que yo mismo ignoraba su existencia. Tuve que consultar un diccionario médico para entender que la prolactina es una hormona segregada por la hipófisis, y cuyo rol principal es el de activar la producción de leche de la glándula mamaria en el momento del parto.

En un primer momento este síntoma me intimidó, y con más razón porque acababa de finalizar mi formación en Descodificación. Sin embargo le propuse a Paula que me contara más, y lo que me dijo se resume de la siguiente manera: durante casi cuarenta años, esta mujer vivió un infierno; un día a día hecho de dolores de cabeza horrorosos, de náuseas persistentes y de vértigos tenaces.

La enfermedad empezó de forma muy progresiva en 1960, en sus recuerdos, cuando tenía 7 años. Los primeros síntomas fueron migrañas cada vez más fuertes, cada vez más largas, cada vez más frecuentes al pasar los años ; y luego llegaron poco a poco las náuseas y los vértigos. Pero esta mujer es fuerte y estoica, tanto es así que no fue a consultarlo : tan solo se tomó algunas aspirinas.

Pero en 1989, Paula tuvo de repente trastornos de la vista, y consultó un oftalmólogo que se quedó perplejo, hasta el punto que le pidió un TAC del cerebro, con el que descubrió un adenoma hipofisario de prolactina grande como una ciruela, que comprimía su nervio óptico. Esto explicaba los trastornos de la vista pero también las migrañas y muchos otros síntomas clínicos típicos de esta enfermedad. Frente a la urgencia de su caso, fue operada prioritariamente.

Los diez años siguientes fueron un verdadero recorrido de enfrentamientos médicos. Aunque se extirpó el tumor, su hipófisis continuaba secretando una cantidad enorme de prolactina, cientos de veces más de lo debido. Las señales clínicas permanecieron, y hasta empeoraron con los medicamentos que se le dio, hasta el punto que, algunos meses antes de nuestro encuentro, Paula tuvo que renunciar a su tratamiento.

Sin ninguna idea, en ese momento, de la lógica del síntoma, le pregunté acerca de sus síntomas clínicos : es precisamente esto lo que me puso sobre la pista. Porque me contó que, además de las náuseas y migrañas, su organismo fabrica leche aunque nunca tuvo hijos ni se hubiera quedado embarazada, que, por cierto, es uno de los síntomas clínicos principales de esta enfermedad. A veces incluso tiene que cambiarse de sostenes y de blusa durante el día de tanta leche que saca.

Basándonos en el principio de que debe existir una buena razón *bio-lógica* para que el organismo de esta mujer produzca leche con tanta constancia, le pido que me cuente historias de leche en sus vivencias o en la historia de su familia, una pregunta que no tiene sentido para ella por mucho que insista. Finalmente, le hice la buena pregunta cuando le pedí que me contara historias de bebés.

Me cuenta entonces la historia de su padre que, con cinco años, en el año 1923, estuvo enfrentado a la muerte de su madre, que murió durante el parto de una hija (*que es, pues, la tía de Paula*). Para entender lo que pasó realmente, hay que ponerse en el lugar de este niño e imaginar lo que vivió : hay que poner en escena el acontecimiento, imaginar los hechos y considerar la atmósfera en un hogar en el que acontece un drama como este.

Hay que imaginarse el impacto emocional inducido por la muerte de esta mujer y, más concretamente, para el padre de Paula que acababa de perder a su madre. Pero también hay que imaginarse la situación de urgencia vital para un recién nacido que llega al mundo sin madre para alimentarlo. Estamos en 1923, tan solo unos pocos años después de la I Guerra Mundial, en una época en la que la leche adaptada para bebés no estaba disponible en la farmacia del barrio. Hay que imaginarse el ambiente en esta familia de luto que busca ansiosamente una nodriza para amamantar al bebé.

El niño de cinco años está en medio de este lío cuya prioridad podemos definir muy fácilmente: "*hay que alimentar al bebé*". Es precisamente esta clave imperativa que el niño graba de manera tan profunda que el mensaje se transmite un cuarto de siglo más tarde a la generación siguiente: es el elemento programante de la enfermedad de Paula. En cuanto a saber cómo esta información llegó hasta ella, solo tengo una hipótesis : la recibió por vía genética a través del espermatozoide que su padre destinó, en 1952, a concebir a su hija. ¿Puedo demostrarlo? Por supuesto que no. ¿Por qué se transmitió este mensaje? Es un tema de utilidad *bio-lógica* y de evolución adaptativa a la presión del eterno que rige al ser vivo desde hace 3850 millones de años.

El estrés vivido por el padre de Paula fue tan fuerte que una evolución adaptativa permanente se grabó en el niño en el sentido de una secreción óptima de prolactina. Luego esta adaptación al drama de 1923 se transmitió a Paula en el momento de su concepción. Pero esto sobreentendería que Lamarck tal vez tenía razón, lo que podría atraerme las iras de la Academia de las Ciencias.

Una vez el acontecimiento programante de la enfermedad estuvo claramente definido, faltaba por encontrar el acontecimiento desencadenante. Le pedí de nuevo que me contara historias de leche y de bebés, lo que no pudo hacer sin antes preguntárselo a su madre porque Paula no conserva ningún recuerdo de esta parte de la historia.

Durante nuestra siguiente conversación, me contó que su madre no quiso amamantar a sus cuatro hijos, sea por la razón que sea. Si bien esto no supuso ningún problema en el caso de los tres primeros, sí que lo supuso con el cuarto. En 1958, cuando Paula tenía 5 años – es decir la misma edad que tenía su padre cuando vivió este estrés tan grande por la leche – asistió a la misma escena : la benjamina rechazaba todas las leches de reemplazo que se le proponían. En la casa hay un gran estrés, en la misma tonalidad que en 1923, la de "*hay que alimentar al bebé*".

A mi parecer, es en este momento en el que el cerebro de Paula puso en marcha el programa preparado por su padre, y que ella recibió por vía genética en el momento de su concepción. Su cerebro envía las instrucciones necesarias para que un prolactinoma se ponga en marcha para producir mucha leche para alimentar al bebé. La biología de Paula entonces solo tiene en cuenta la naturaleza arcaica de su estrés, sin tener en cuenta ni su edad en aquel momento ni el hecho de que el niño no era suyo.

El tumor se desarrolló primero muy progresivamente durante los diez primeros años, luego mucho más rápido a partir de 1968. En aquel año, cuando solo tenía quince años, el padre de Paula fue víctima de un accidente de coche muy grave, del cual nunca se recuperó. Durante los ocho años siguientes y hasta su muerte, Paula ayudó a su padre, a quien estaba muy profundamente ligada, exactamente como una madre cuida a su hijo enfermo.



Ahora bien, como he explicado antes, cuando en la naturaleza una cría está enferma, lo mejor que su madre puede hacer es darle buena leche sanadora, para lo que la biología de Paula ya está programada. En esta situación, y para los puristas de la Descodificación, esta mujer tiene un conflicto de "*drama por el pequeño*", es decir a nivel de la hipófisis y no a nivel mamario.

En cualquier caso : unos diez días después de nuestro encuentro, el síntoma desapareció ; Paula no tenía ni migrañas, ni náuseas, ni vértigos, ni subidas de leche. Tras cuarenta años de sufrimiento, pudo por fin vivir sin tener la cabeza permanentemente presionada. Como mucho, Paula tiene hoy una tasa de prolactina que circula a veces por encima de lo normal cuando está estresada.

¿Pero cómo puede ser ? No puedo decirlo con exactitud pero, claramente, la hipersecreción de prolactina cesó rápidamente tras nuestras conversaciones, en mi opinión porque Paula entendió por fin el por qué y el cómo de su enfermedad. De hecho, estaba en sobre estrés desde el nacimiento de su hermana, sin ser consciente de ello, en esta tonalidad específica, como si realmente viviera ese "*drama por el pequeño*". Pero a partir del momento en el que tomó consciencia absoluta de todo esto, su estrés cesó de golpe y su cerebro arcaico se percató inmediatamente de ello. Consideró entonces que ya no había peligro, que ya no había cría por alimentar o por cuidar y, en consecuencia, que ya no hacía falta producir leche.

Además le propuse a Paula realizar un acto simbólico para anclar bien esta toma de consciencia a través de la acción. Le propuse que eligiera una farmacia muy bonita, que comprara el biberón más grande que encontrara y la mejor caja de leche adaptada ; le pedí que preparara un biberón bien dosificado, y que fuera luego a la tumba de su padre y se lo mostrara, para decirle que ya no había problema. Finalmente, le propuse ir a la tumba de su tía para alimentar simbólicamente a la niña pequeña vertiendo con gesto maternal la leche materna sobre la lápida. Es así, con mucha emoción, que Paula cerró una situación que duró tres cuartos de siglo (1923 - 1998).

Pero la historia no se acaba aquí, ya que algunos meses más tarde, cuando aquella hiperprolactinemia ya casi era historia, me llamó Paula en estado de catástrofe y me contó, muy preocupada, que no estaba nada bien. Desde el día anterior, volvía a sentir los síntomas de la enfermedad : dolores de cabeza, náuseas y vértigos.

Me contó que había ido el día anterior al hospital para ver a un amigo enfermo, que lo estaba mucho más de lo que creía. Al salir del hospital, estaba en tal estado de confusión mental que dio vueltas con su coche durante varias horas, del todo perdida en su ciudad, donde vive desde siempre.

En este caso, Paula simplemente volvió a caer en su conflicto de "*drama por el pequeño*" por culpa del estado de salud de su amigo y su cerebro arcaico volvió a poner inmediatamente en servicio el programa para producir leche para curar al niño. En efecto, para su cerebro, si Paula vive tal estrés en relación con una persona enferma, solo puede tratarse de su criatura, exactamente como ya lo vivió entre 1968 y 1976 cuando cuidó a su padre herido.

Tras esta conversación telefónica de 45 minutos, Paula volvió a tomar plenamente consciencia y conocimiento de lo que acababa de pasar y así los dolores de cabeza, las náuseas y los mareos se fueron de nuevo del todo, definitivamente.

Esta historia es un admirable reumen que recoge todos los aspectos de la Descodificación del Estrés Biológico y Transgeneracional : nos encontramos con todas sus sutilezas, con todos sus mecanismos. Muestra la exactitud de las leyes de la Naturaleza ya que el síntoma es realmente la mejor solución posible para alimentar y/o cuidar al bebé. Muestra que la psicología no está en el origen del problema, ya que Paula todavía no había nacido

en 1923, y que no recuerda el episodio de 1958. Finalmente, muestra que el impacto transgeneracional puede ser primordial.

### el Malentendido

Incluso si estas evoluciones adaptativas al problema inicial que se transmiten de una generación a la otra son absolutamente notables cuando se analizan desde el punto de vista de la biología, no por eso dejan de resultar nefastas para la descendencia porque finalmente están inadaptadas. Estos ejemplos lo demuestran: las evoluciones pueden ser muy limitantes, incluso peligrosas para la salud.

¿Por qué? Simplemente porque, una y otra vez nuestra biología reacciona según parámetros muy arcaicos sin ninguna relación con la realidad. Esto no deja de provocar profundos malentendidos entre la biología y nuestra humanidad. Por ejemplo, la biología ignora que hemos domesticado a animales capaces de hacer leche para alimentar a nuestros bebés e inventado medicamentos para curarlos, por lo que ya no es necesario poner en marcha una galactorrea.

### el Árbol Genealógico

Siempre es muy útil saber de dónde venimos para saber quién somos. Es válido respecto a nuestros lejanos orígenes animales, ya que nos puede ayudar a comprender mejor nuestros reflejos arcaicos. Pero esto también es así en lo relacionado con nuestros orígenes familiares, ya que esto nos permite comprender mejor nuestra estructura psíquica y las consecuencias que tiene en nuestra vida y a veces en nuestra salud.

De una manera o de otra, todos somos forzosamente los herederos de las dificultades existenciales y sufrimientos de nuestros padres, de nuestros abuelos, o de nuestros ascendentes en general. ¿Podría ser de alguna otra forma? Por una parte, somos genéticamente sus descendientes y, por la otra, nos han influenciado de una manera o de otra. Muy afortunadamente, también somos los herederos de sus potenciales y de sus excelencias.

El análisis de nuestra línea familiar es uno de los aspectos más apasionantes de este enfoque. Con un poco de experiencia, es fácil ver cómo las causas y los efectos se articulan de una generación a la otra y de comprender la lógica de las influencias a las que debemos aquello en lo que nos hemos convertido.

Evidentemente, no podemos saberlo todo sobre la historia de nuestros ascendentes e incluso hay casos particulares en que es totalmente inaccesibles, como con los niños adoptados. Pero, por experiencia, me he dado cuenta de que siempre sabemos suficiente sobre nuestra *pre-historia* para comprender el sentido profundo de nuestra herencia genealógica.

## Prudencia

Invito en primer lugar a comprender bien nuestra historia desde nuestro nacimiento antes de ir a buscar hacia atrás el origen de nuestras dificultades existenciales y/o de nuestros síntomas: la verdad no está sistemáticamente escondida en nuestro árbol genealógico, ni ucho menos.

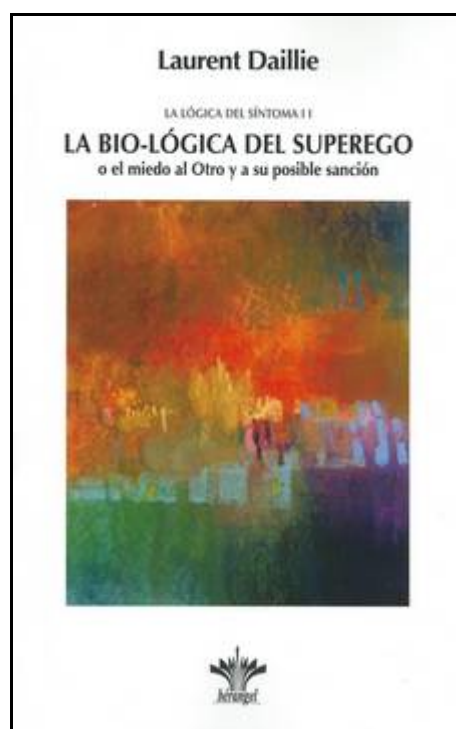
También invito a tener especial cautela en cuanto a las interpretaciones que se pueden hacer de la lectura del árbol. Es necesario mantenerse en el principio de realidad y solamente tener en cuenta la información disponible: podemos perdernos en dar un sentido a algo que no lo tiene.

Y por último invito a que jamás olvidemos lo esencial: la Descodificación del Estrés Biológico y Transgeneracional es precisamente un asunto de lógica y solo es miscible con la Ciencia. No hay que mezclar lo que no puede ser mezclado.

# Conclusión

En definitiva, es nuestro viejo cerebro arcaico el que dirige nuestra vida y más vale saberlo. Además de ayudarnos a entender mejor lo que somos en realidad en lo más profundo de nosotros mismos, también puede permitirnos descubrir la sutil lógica de nuestros síntomas físicos, psíquicos o comportamentales. Puede ser muy útil en general e incluso a veces saludable.

Este texto es propiedad intelectual de su autor



Estos libros están disponibles en español  
Lo puede encargar en su librería habitual

Laurent DAILLIE - 8 Place de l'Église - 71700 Farges lès Mâcon - Francia  
tel : +33.385.40.52.23 o Gsm : +33.688.89.06.17  
[laurent.dailie@wanadoo.fr](mailto:laurent.dailie@wanadoo.fr) - [www.biopsygen.com](http://www.biopsygen.com)  
skype : laurent.dailie