

GERARDO SCHMEDLING

Hace unos años asistí a un par de seminarios de un médico colombiano: Jorge Carvajal. El contenido fue un hermoso regalo. Era la primera vez que oía decir: «tú eres el único responsable de todo lo que hay en tu vida». Nadie antes me había dicho algo parecido. En mi vida siempre había buenos y malos. Culpables e inocentes. Víctimas y verdugos. Y lógicamente yo siempre me identificaba con uno de esos papeles en las distintas situaciones en la que la vida me iba poniendo. Siempre había alguien a quien culpar: los padres, el colegio, los amigos, los enemigos, la vida, la religión, los políticos, Dios.... Por lo tanto yo no podía ser el responsable de todas las cosas que hacían los demás y que me afectaban a mí.

Después de esos dos seminarios algo cambió en mi vida: la percepción de las cosas. Empecé a comprender que todo al final tenía que ver con mi actitud. Por ello, incluso las cosas de las que yo no podía ser responsable (como un accidente, por ejemplo), en última instancia sí tenían que ver conmigo: cómo me las tomaba; qué actitud tenía antes esas cosas y todas las otras en las que yo sí era el responsable directo.

Pasaron los años y no hace mucho tiempo cayó en mis manos una enseñanza que complementa a aquella del Dr. Carvajal. Y curiosamente es otro colombiano el que la impartía. Gerardo Smechdli. Cuando empecé a escuchar sus audios (él falleció en 2012) todo lo que oía me resonaba muy adentro.

Por el momento se ha convertido en una guía, una herramienta verdaderamente útil en mi evolución.

Esta herramienta se llama Aceptología.

Mi formación universitaria, tanto en filosofía como en historia, me acercaron muy joven al método científico. Aunque pueda parecer extraño hablar de método científico en

disciplinas como la historia, no lo es tanto. La Filosofía de la Ciencia y La Metodología de las Ciencias Sociales, son disciplinas en las que se debate la consideración de «científico» del Método Histórico. Por tanto, mi cercanía al método científico ha estado presente en todos mis estudios. Tanto es así que durante muchos años jamás hubiera aceptado ningún estudio que no llevara «el marchamo» de científico.

Pero en la vida, cuando uno desprecia y critica otras posiciones suele ocurrir algo curioso: La vida te da la vuelta para que veas que esa crítica no era más que la «viga en tu ojo» que no eras capaz de ver. Siempre que criticamos algo es porque tenemos algo que aprender de eso que criticamos. Es posible que al principio no te des cuenta. Pero antes o después, y tras muchos «palos» que la vida te da, terminas por comprender.

Así fui descubriendo cómo cada cosa que yo había criticado en la vida al final se había convertido en algo por lo que yo tenía que pasar y experimentar: Critiqué la mediocridad y me convertí en un mediocre. Critiqué la mendicidad diciendo que era obligación del Estado combatirla a través de mis impuestos y terminé siendo voluntario y llevando excluidos sociales a casa. Critiqué a los hombres que se dejaban el pelo largo y se hacían coleta y terminé con una larga melena y con cola de caballo. Critiqué las medicinas alternativas y me convertí en un detractor de la medicina alopática. Critiqué a quien cuidaba su cuerpo y desarrollaba los músculos y terminé sacando mis abdominales a los 55 años.

Es otro estadio por el que la vida me hace pasar para que aprenda. Ahora, cuando descubro que estoy “purgando” alguna crítica que he hecho en el pasado, me lo tomo con mucha naturalidad. Ya se que es mi “obligación” experimentar y aprender.

Todo esta disquisición para decir que también tuve que experimentar que «hay vida más allá del método científico».

Que la ciencia puede ser tan dogmática como la religión. Tuve que entender que la ciencia vive dentro de paradigmas y que todo aquello que no entra en esos paradigmas no existe. Pero la experiencia te dice que sí existe. Entonces tienes que bajar la cabeza y reconocer con humildad que hay límites en la ciencia y en el ser humano. Que hay también un espacio para respetar el misterio.

La enseñanza de la Aceptología quizás no sea científica en estricto sentido. Pero tiene mucho que ver con cómo actúa la ciencia. La ciencia siempre busca resultados comprobables. Para ello aplica el método científico: experimentar, medir, razonar. En aceptología uno puede también comprobar y verificar resultados. Si yo cambio mi actitud yo puedo comprobar y hasta medir los cambios que se producen en mí y a mi alrededor. Si yo cambio mi orgullo o mi odio en otro sentimiento (humildad, amor), yo puedo comprobar perfectamente cómo ese cambio afecta a las personas que me rodean e incluso podría medir cómo afecta a mis constantes vitales: tensión arterial, stres, coherencia cardiaca... Por lo tanto si bien no podemos decir que sea una ciencia en stricto sensu, sí podemos decir que sus resultados son como los de los experimentos científicos: verificables.