



Manuel
García Hernández

ENSAYO SOBRE VIDA Y ESPIRITUALIDAD



Desclée De Brouwer

MANUEL GARCÍA HERNÁNDEZ

ENSAYO SOBRE VIDA
Y ESPIRITUALIDAD

DESCLÉE DE BROUWER
BILBAO - 2015

© Manuel García Hernández, 2015

© EDITORIAL DESCLÉE DE BROUWER, S.A., 2015

Henao, 6 - 48009 Bilbao

www.edesclee.com

info@edesclee.com

 [EditorialDesclee](#)

 [@EdDesclee](#)

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley.

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos –www.cedro.org–), si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

ISBN: 978-84-330-3721-3

Adquiera todos nuestros ebooks en

www.ebooks.edesclee.com

*Siempre lo pequeño es casi aniquilado por lo grande,
pero siempre le sobrevive, y siempre David triunfa
sobre Goliat. Lo pequeño lleva en su entraña el prodigio,
pues es la individualidad creadora por la cual
la humanidad sigue su camino a través de la historia.
Así, lo pequeño es en definitiva lo más grande.*

Erich Neumann

*A los pequeños, aquellos que han decidido recorrer
el camino de la vida ligeros de equipaje.*

PREFACIO

No son pocos los pensadores que en la segunda mitad del siglo pasado constataron que la sociedad moderna ha debilitado, de modo dramático, las fuerzas emancipadoras del ser humano al haber reducido la razón humana a la simple razón técnico-instrumental. En los años sesenta, los filósofos de la Escuela de Frankfurt, por ejemplo, fueron lúcidos al criticar el grado de distorsión y desequilibrio que padece el hombre contemporáneo a consecuencia de la alienante dominación del progreso técnico y productivo, que mutila y atrofia las dimensiones interiores y profundas de la persona y, por ende, de la sociedad occidental. Es frecuente que un ser así y el tipo de sociedad que lo genera, acaben enfermando en la mente y también en el cuerpo –cada vez se sabe más sobre el origen emocional de las enfermedades físicas como forma de somatización–. Si olvidamos la interioridad hasta el punto de no creer en ella, parecemos innecesaria o irrelevante, sucumbimos ante la aparición de cambios anímicos y dolores emocionales que se manifiestan en forma de neurosis, depresión, ansiedad, adicciones...; en definitiva, en pérdidas del sentido de la vida. Sin embargo, es obvio reconocer que interioridad y desarrollo material y social no son dos realidades, en principio, incompatibles o contrapuestas.

Cuando a nivel social nos vemos enfrentados ante amenazas como la actual crisis económica, muchas personas opinan que el origen de dichos males se debe exclusivamente a la pérdida generalizada de valores éticos o morales fundamentales. Pero no es del todo cierto, debajo de la ausencia de tales principios subyace una cuestión mucho más honda y determinante: la falta de sabiduría generada por el olvido colectivo de la interioridad. Solo desde dentro, desde la mirada de corazones que ven con ojos nuevos, podrán vislumbrarse las respuestas sabias que necesitamos encontrar en estos momentos de incertidumbres personales y sociales.

En el marco actual de la postmodernidad, nacida en las últimas décadas del siglo XX sobre los restos de los totalitarismos modernos, aparecen hoy señales de restablecimiento de búsqueda de sentido –con la dosis de ambigüedad que comporta todo lo histórico, también en este tema– a través de las dimensiones

espirituales, pues éstas son constitutivas del ser humano y no un añadido superfluo. Estamos asistiendo a lo que Karlfried G. Dürckheim llamó “la rebelión del alma”, manifestada en una creciente búsqueda de caminos espirituales dentro de una sociedad que ha venido reprimiendo las dimensiones más profundas del hombre. Se dice del siglo XXI que es el siglo de la recuperación de la espiritualidad, de la integración de la sabiduría de Oriente y Occidente, pues Oriente tiene una experiencia espiritual milenaria de la que tenemos que aprender y Occidente necesita recuperar lo mejor de las tradiciones espirituales del cristianismo, que por desgracia hemos arrinconado y deformado en gran medida.

El presente libro quiere ser una ayuda que invite a interiorizar en cuestiones que son fundamentales en la vida, un cierto acompañamiento que impulse a la persona a reconocerse y poder recorrer un itinerario interior en búsqueda de sentido, un ensayo para despertar inquietudes, más que para ofrecer respuestas acabadas. Son veinte temas, quizás por ser una cifra redonda –podrían haber sido más o menos–, que he intentado abordar con bastante libertad interior, utilizando un lenguaje espontáneo y asequible; se agrupan en cuatro capítulos: “El Misterio que somos”, “El Principio”, “El Camino” y “La Plenitud”, con el fin de construir un cierto soporte y sistematización del texto, aunque también podrían haberse organizado de otra manera distinta. Por lo que al contenido se refiere es fruto, en gran medida, de la experiencia personal, a través de un recorrido vital no siempre fácil ni rápido, salpicado de momentos oscuros de incertidumbre y soledad, como ocurre en la gran mayoría de seres humanos. La actitud personal de intensa y apasionada búsqueda interior y el acompañamiento recibido de algunas personas constituyen el entramado que sostiene este escrito. A ello se añade la experiencia de acompañar a otras personas en sus procesos y crisis, la realización de cursos o talleres de crecimiento personal, el acercamiento a ciertas técnicas psicológicas y espirituales, y la lectura de algunos libros impregnados de sabiduría.

En la gestación de estas páginas está el firme convencimiento de que la realidad no es lo que aparenta ser. En concreto, me refiero al hecho comprobado de que todos los seres humanos nos sentimos carentes y menesterosos, pues es muy difícil que hayamos sido amados en las primeras etapas de la vida de modo incondicional. Con otras palabras: no hemos sido vistos y aceptados en total profundidad, tal como somos, ni siquiera, en la

mayoría de los casos, por nuestros propios padres; esta realidad es una de las raíces fundamentales –quizás la mayor– que engendra la carencia básica a la que antes me refería. Con ello se genera una desconexión progresiva y profunda de nuestro ser esencial, de nuestra alma, que nos inculca el miedo, la culpa y el autocastigo, y que comporta una falta de amor hacia uno mismo que nos impide amar a los demás. El ser es sustituido por el tener o el hacer, pues si el amor lo hemos percibido bajo condiciones, nada es gratuito, todo hay que conseguirlo a menudo con esfuerzo, también el afecto, buscando de este modo fuera, como errado intento de llenar dicha carencia, lo que en realidad ya tenemos –olvidado– dentro.

Nos empeñamos en buscar la llave que abre la puerta de nuestro corazón donde la llave no se ha perdido –como relata el cuento sufí–, porque es probable que nadie nos haya enseñado a buscar acertadamente, pues vivimos tiempos donde escasean las personas dotadas de sabiduría que puedan ofrecer un verdadero acompañamiento personal. La consecuencia es, muchas veces, el fracaso en la búsqueda y el tropiezo reiterado en la misma piedra pues, tanteando a ciegas, lo que creemos que es la solución nos introduce más en el problema, sin darnos cuenta de que, en realidad, lo que nos parece el problema es el comienzo de la solución.

La realización de este libro hubiera sido impensable sin la inspiración y guía de algunas personas que me han proporcionado una gran ayuda y a las que me siento profundamente agradecido. Agradezco al sacerdote y profesor de la Facultad de Teología de Granada, Serafín Béjar, su sincera y profunda amistad; el mutuo acompañamiento personal que venimos realizando desde hace tiempo y la sabiduría –a pesar de su juventud– que impregna su vida, suponen para mí una riqueza personal de incalculable valor; él me ha alentado en numerosas ocasiones a realizar un trabajo como el que ahora toma forma en estas páginas y ha corregido el texto, señalando interesantes sugerencias. Alexander Poraj, maestro Zen y director del centro espiritual Benediktushof en Alemania, es un gran conocedor del ser humano; a través de los talleres y trabajos personales dirigidos por él, así como en la larga relación de amistad que nos une, siempre me ha señalado caminos certeros de recuperación y cuidado del alma, que intento mostrar, gracias a su ayuda, en el contenido de este libro. Los profesores de la Facultad de Teología de la Compañía de Jesús de Granada me abrieron en su momento, cuando en la mitad de la vida decidí ordenarme sacerdote, un

amplio horizonte humano y teológico hasta entonces insospechado; sirva esta mención de profundo y sincero reconocimiento por sus enseñanzas y ejemplos. El profesor de Literatura de la Universidad de Granada y gran amigo, Juan Varo, ha tenido a bien realizar una detallada lectura y acertada corrección de este trabajo, tarea que agradezco con profunda sinceridad.

Los escritos de A. Aameed Alí, *A.H. Almaas*, J. Serafín Béjar, Eugene Drewermann, Bert Hellinger, Enrique Martínez Lozano –que me honra con su amistad y aprecio–, Javier Melloni, y Ken Wilber, entre otros, han ido creando un horizonte paradigmático cada vez más espacioso que configura mi pensar y sentir, sin olvidar la poesía de san Juan de la Cruz que ha conseguido, como nadie, acariciar los entresijos más recónditos de mi ser. Gracias a tantas personas sencillas que, a menudo en situaciones de dolor, han puesto en mis manos el misterio de sus vidas, como una ofrenda sagrada que he querido siempre acoger con total veneración. Y gracias, por último, a los hombres y mujeres que han tomado la valiente decisión, desde sus procesos personales de transformación, de recorrer ligeros de equipaje el camino de la vida. A ellos dedico con todo mi afecto este libro.

Primera parte

EL MISTERIO QUE SOMOS

...el Señor llamó a Moisés desde la zarza: “Moisés, Moisés”. Respondió él: “Aquí estoy”. Dijo Dios: “No te acerques; quítate las sandalias de los pies, pues el sitio que pisas es terreno sagrado”.

Éxodo 3, 4-6

I

EL ALMA

*¡Oh cristalina fuente,
si en esos tus semblantes plateados
formases de repente
los ojos deseados
que tengo en mis entrañas dibujados!*
san Juan de la Cruz

En la vida cotidiana nombramos con frecuencia el alma en relación con experiencias que brotan espontáneamente de lo más hondo y auténtico de nosotros mismos: “lo siento en el alma, me lo dice el alma, mi amigo del alma...”. Se trata de expresiones no conceptualizadas que suelen sacar una verdad profunda que llevamos muy dentro. Esa verdad conecta más con el corazón y las vísceras que con la cabeza, pues no es fruto del puro razonar, ni de una piadosa imagen o especulación metafísica.

Todos sabemos en la práctica qué es el alma porque la hemos experimentado en algunos momentos, sabemos a qué nos referimos cuando la sentimos, aunque no siempre podamos emplear la expresión de un concepto que la defina, pues las palabras sobre ella se quedan cortas. No tiene nada que ver con ese concepto abstracto, que quizás nos enseñaron de pequeños, referido a una sustancia sobrenatural que habita encarcelada en alguna parte concreta del cuerpo, del que está deseando librarse como de un enemigo para recuperar su felicidad en un cielo lejos de la tierra. Sabemos que, encarnada en la corporeidad que somos, representa lo más íntimo y auténtico de nuestro ser.

El alma es nuestra verdadera naturaleza, nuestra identidad esencial, el tabernáculo personal donde habita Dios, una presencia profunda y creadora, consciente y amorosa, simple y silenciosa en la que nos encontramos a salvo, pues es nuestro verdadero hogar; no puede ser aprehendida por la mente ni contenida en el espacio de un límite físico. Anima en nosotros a unir lo que está separado, siempre en un movimiento, de dentro a fuera, de espaciosa compasión que abre caminos de sentido; la conexión con el alma ayuda a desdibujar las fronteras interiores y exteriores que nos separan, y a

experimentar una “conciencia de unidad” o “identidad suprema” en palabras de Ken Wilber, que nos une a todos en lo humano y lo divino más allá de nuestra cognición mental. Dice el mencionado autor respecto de nuestros límites mentales:

Cuando (uno) describe o explica quién ‘es’, incluso cuando se limita a percibirlo interiormente, lo que en realidad está haciendo, a sabiendas o no, es trazar una línea o límite mental que atraviesa en su totalidad el campo de la experiencia, y a todo lo que queda *dentro* de ese límite lo percibe como ‘yo mismo’ o lo llama así, mientras siente que todo lo que está *por fuera* del límite queda excluido del ‘yo mismo’. En otras palabras, nuestra identidad depende totalmente del lugar por donde tracemos la línea limítrofe [...].Lo más interesante de esta línea divisoria es que puede desplazarse, y con frecuencia se desplaza. Su trazado puede rectificarse. En cierto sentido, la persona puede volver a cartografiar su alma, y tal vez encuentre en ella territorios que jamás habría creído posibles, alcanzables y ni siquiera deseables. Tal como hemos visto, las formas más radicales de rehacer el mapa o de cambiar de lugar la línea limítrofe se dan en las experiencias de identidad suprema, en las que la persona expande el límite de su propia identidad hasta incluir la totalidad del universo.¹

El alma, dócil al Espíritu que la abarca y trasciende, se une a su esencia divina, omnipresente e inagotablemente creadora, para conducirnos a la plenitud de la verdad y la vida. “Entra hasta el fondo del alma divina luz y enriquécenos”, oramos con la secuencia de Pentecostés. Se la nombra de maneras distintas según los caminos espirituales, antiguos y nuevos, que en estos tiempos postmodernos se recorren en búsqueda de sentido; así se le llama *presencia* porque el alma es el acto de ser en un continuo presente, pues no habita ni en el pasado ni en el futuro; en distintas ocasiones tenemos acceso a esa experiencia que se convierte en nosotros en estado de presencia. *Esencia, ser personal, yo auténtico*, son otras denominaciones que hacen referencia al alma como nuestra verdadera identidad, como lo más real que somos, que no puede ser pensado sino sentido.

La vida del alma aparece en nosotros como una epifanía de ciertas cualidades esenciales que elevan de nivel nuestra condición humana. Una de ellas es la ampliación del grado de conciencia² a través del cultivo de la mente callada, pues alma y conciencia se llegan a identificar. Cuando tomamos distancia de nuestra mente, observándola, caemos en la cuenta de que ésta es una parte de nosotros que no deja de parlotear; la mente inquieta es caótica, descentrada en su continuo ir y venir de pensamientos que viajan del pasado al futuro sin orden ni concierto, la “loca de la casa” en palabras de santa Teresa. La conciencia es mente callada, lúcida, atenta y estable, nos hace despiertos y presentes en el

aquí y ahora, creando una espaciosidad serena y pacificadora que ilumina nuestra inteligencia volviéndola más sutil y objetiva. Nos capacita para conectar con el cuerpo, cuya percepción, a través de las sensaciones corporales, es una prueba de nuestro estado de presencia.

El conocer del alma es un conocimiento directo, inmediato, es decir no reflexivo, consciente, amoroso, intuitivo..., es un “darse cuenta” que nos introduce en la experiencia completa e indivisa de la realidad, que se desvela connatural a nosotros, del todo en la parte, de Dios en el hombre. El alma sabe que la realidad objeto de su conocimiento se desvela en la paradoja, en cuyo *filo de la navaja* se mueve con soltura, pues la verdad de los contrarios por separado lo es a medias –lo que acaba siendo falsedad–; solo de esa unión dialéctica que supera dicotomías, surge la integración que es síntesis y sabiduría. De nuevo K. Wilber, en su ya mencionada obra, dice al respecto:

Esta meta de separar los opuestos y después aferrarse a las mitades positivas o correr en pos de ellas, parece ser una característica definitiva de la civilización occidental progresista; de su religión como de su ciencia, su medicina o su industria. El progreso, en última instancia, es simplemente *avanzar hacia* lo posible y *alejarse* de lo negativo [...]. Al perseguir ciegamente el progreso, nuestra civilización ha institucionalizado, en efecto, la frustración [...]. La unidad interna de los opuestos está lejos de ser una idea exclusiva de los místicos, orientales y occidentales. Si echamos un vistazo a la física actual, el dominio en que la inteligencia occidental ha hecho sus mayores avances, lo que encontramos es otra versión de la realidad como unión de los opuestos.³

El alma es el testigo que observa lo que ocurre dentro y fuera de nosotros; se conoce a sí misma como es conocida por Dios, en ese “más interior que lo mío más íntimo” que decía san Agustín. En el alma hay una comprensión que es fruto del conocimiento amoroso, donde conocer y amar son las dos caras de la misma moneda, en el mismo sentido bíblico para el cual conocer y amar supone engendrar, todo como un único acto. Esta comprensión creadora y creativa –engendradora–, impulsa al alma a realizar un movimiento hacia fuera, al encuentro con el “tú” o “vosotros”, que saca a la persona de los estrechos límites de su egocentrismo.

El alma nos empuja a admitir lo que hay tal como es, es decir a aceptar lo que nos toca vivir dándole la bienvenida; es el cumplimiento del “hágase tu voluntad en la tierra como en el cielo” (Mt 6, 10). La sabiduría del alma nos permite sentir y acoger lo que ocurre ahora, sabiendo que nada acontece por casualidad y que lo que nos toca vivir en el presente es siempre una oportunidad para acceder a

un nuevo horizonte de crecimiento interior que no hubiésemos conocido de otra manera. Solo de esta rendición al presente, sea lo que sea, brotará la acción más adecuada y la verdadera compasión hacia nosotros mismos y hacia los demás.

Los antiguos griegos llamaron *kairós* al tiempo del alma –continuo y atemporal presente–, para distinguirlo del tiempo histórico –sucesión medible– al que denominaron *cronos*. La tradición cristiana hizo coincidir el *kairós* griego con el *adventus* latino para expresar la venida de Dios mismo ofrecido como insospechado regalo, de tal suerte que el don gratuito y desbordante colma con creces el anhelo profundo del alma. Dicho advenimiento acontece en el tiempo histórico, pero se experimenta como un tiempo atemporal, “está llegando el Reino de Dios” (Mc 1, 15), “ahora es el día de la salvación” (2Cor 5, 20). El evangelista Lucas llama *hoy* a este adviento en tres pasajes evangélicos de singular relevancia: en el anuncio del nacimiento de Jesús a los pastores (Lc 2, 11), en el encuentro de Jesús con Zaqueo (Lc 19, 9) y en el diálogo de Jesús en la cruz con uno de los malhechores crucificados (Lc 23, 43).

La experiencia directa de encuentro con el alma puede ocurrir de una manera espontánea, sin intervención de nuestra voluntad; suele ser de corta duración, caracterizada por una gran lucidez, intensidad y gozo, que puede provocar un proceso de transformación en la persona que lo vive. Todos hemos tenido espontáneamente este tipo de experiencias, las cuales se han podido repetir con más o menos frecuencia, aunque después hayan sido olvidadas o borradas sin dejar, aparentemente, huella transformadora en nosotros.

Dos ejemplos muy diferentes pueden ilustrar este tipo de encuentros con el alma. El primero, tomado de la vida real, se refiere a la experiencia de una sencilla mujer; era el amanecer de un Sábado Santo, la protagonista se encaminaba al horno del pueblo para hacer panes, cuando, de pronto, quedó sobrecogida por el bello espectáculo de la salida del sol encaramándose por las escarpadas peñas que cobijan el pueblo. Sintió –me contaba– algo indescriptible, un estado pleno de paz y gozo que no pudo cronometrar, pues el tiempo se había detenido dando paso a un presente atemporal. Cuando volvió en sí pensaba que se trataba de una aparición de Jesús Resucitado y regresó de nuevo a la puerta de su casa para rehacer el itinerario y esperar –de este modo– que se repitiera la inefable experiencia en el mismo lugar. Pero ésta no volvió a ocurrir.

Encontramos signos de la irrupción del Misterio captado por el alma en muchas formas y situaciones, a veces insospechadas, como el caso de esta mujer. El buen cine, por ejemplo, es a veces una de ellas. El segundo ejemplo se refiere al final de la película *Un hombre soltero* (*A single man*, 2009) de Tom Ford, ambientada en Los Ángeles durante la crisis de los misiles en Cuba, en 1962. El protagonista, un profesor universitario llamado George Falconer (Colin Firth) no encuentra sentido a su vida tras la muerte en accidente de su pareja, por lo que decide poner fin a su dolor y a su existencia al final de la jornada. La película narra lo ocurrido en ese último día de la vida de Falconer, en el que se van sucediendo pequeños detalles y encuentros personales que poco a poco van haciendo recuperar tímidamente la esperanza al personaje. Al final de la jornada, en el silencio de la noche y con la luna llena de fondo, Falconer accede a una experiencia que le inunda de paz y que relata en el siguiente monólogo:

Unas cuantas veces en mi vida he experimentado momentos de una claridad meridiana en los que, durante unos breves segundos, el silencio ahoga el ruido. Y puedo sentir en lugar de pensar y todo parece muy definido y el mundo claro y fresco, como si todo acabara de nacer. Es imposible que esos momentos duren, yo me aferro a ellos, pero se desvanecen como todo. He vivido mi vida en esos momentos, ellos me transportan de vuelta al presente y entonces me doy cuenta que todo es, justo, como tiene que ser.

Instantes antes, un búho (símbolo de la noche) emprende el vuelo y desaparece, quizás como señal de la desaparición de la noche oscura en el alma del protagonista.

Cuando estas experiencias puntuales, repetidas, han conseguido cambiar algo en el interior, ponen en marcha la conexión y adaptación permanente con el alma; entonces la persona se mantiene de modo habitual en el estado de presencia que le permite convertirse en el testigo que observa la realidad. Este estado y el proceso transformador que conlleva, supone el tránsito por todo un difícil proceso espiritual al que dedicaré algunas de las páginas que siguen.

[1](#) . WILBER, Ken, *La conciencia sin fronteras. Aproximaciones de Oriente y Occidente al crecimiento interior*, Barcelona, Kairós, 2005, pp. 17-18.

[2](#) . La Real Academia Española (RAE) emplea el vocablo *conciencia* para referirse tanto al conocimiento inmediato que el sujeto tiene de sí mismo, de sus actos y reflexiones, como a la actitud ética o moral. Aquí se utiliza siempre en la primera acepción.

[3](#) . pp. 39-41.

||

LA CAÍDA

Mira, en la culpa nací, pecador me concibió mi madre.

Salmo 50, 7

Resulta significativo comprobar que todas las tradiciones espirituales coinciden en señalar que el hombre, al venir a este mundo, entra en un estado de desgracia y oscuridad; la tradición cristiana ha llamado a esta realidad *pecado original*. Son muchas las imágenes que los textos sagrados de todas las religiones utilizan para describir las características fundamentales de esta situación del género humano. Entre ellas destaca, por su simbolismo, la del sueño nocturno –“mientras vivimos permanecemos dormidos y en la muerte despertamos”, afirma una antigua tradición oriental –, con la que coincide Calderón de la Barca en su obra *La vida es sueño*: “que toda la vida es sueño, y los sueños, sueños son”. Una ensoñación nocturna, agradable o no, parece totalmente real y cierta mientras estamos dormidos, solo al despertar descubrimos, con sorpresa, que se trataba de una fantasía, de contenido a menudo confuso, elaborada por nuestro propio psiquismo. Una imagen complementaria a la del sueño es la ceguera, que hace referencia a la dificultad –cuando no incapacidad– para ver con mirada profunda, es decir para permanecer conscientes o iluminados, pues el alma queda velada por una especie de venda que se resiste a caer.

¿Por qué la especie humana cae en un estado tan lastimoso? No es nada fácil contestar a esta cuestión, a pesar de los avances alcanzados por la psicología y la espiritualidad, creo que la respuesta permanece oculta dentro del misterio profundo del hombre. No obstante, parece que este fenómeno universal tiene algo que ver con la evolución filogenética –a nivel de especie– del *homo sapiens*, que se despliega de manera significativa en el lento y dificultoso proceso de ampliación de la conciencia, y cuyo punto omega de Teilhard de Chardin es alcanzar la plenitud divina de nuestro ser. En dicha evolución juega un papel decisivo la aparición y desarrollo del conocimiento mental o racional. Varios miles de años antes de C., la evolución de la especie entra en una etapa

en la que el yo personal adquiere las características de un sujeto que se experimenta a sí mismo individualizado y separado, y cuya actividad mental reflexiva empieza a hacerse protagonista en su manera de conocer. Esta etapa alcanza en el periodo de la Ilustración –apoyada, entre otros, por el principio cartesiano “pienso luego existo”– su máximo desarrollo, llegando hasta nuestros días. Es a la diosa razón a la que hay que rendir culto, y todo aquello que no entre dentro del marco del conocimiento racional debe ser tachado de creencia u opinión.

No podemos negar la importancia que tiene el desarrollo de la razón en su aspecto funcional, como valioso instrumento que posibilita, por ejemplo, el alcance de la ciencia y la técnica, pero el problema radica en la identificación del ser con la actividad de su mente, es decir con el pensar. Los humanos construimos nuestra identidad, ya en las primeras etapas de la vida y de forma inconsciente, a base de sentimientos e ideas que se van acumulando como recuerdos del pasado, y que a su vez se proyectan hacia el futuro. Con este cúmulo de pensamientos elaboramos una imagen mental de nosotros mismos a la que nos apegamos mediante un mecanismo de identificación, cayendo en la ilusoria creencia de que dicha imagen es nuestro ser, nuestra verdadera identidad.

Esta colectiva ficción mental, desde cuya óptica percibimos toda la realidad, y a la que llamamos *personalidad* o *ego*, reemplaza –como una especie de impostor– al alma, de la cual nos desconectamos poco a poco; de este modo, y a la par, se va generando un estado de necesidad, vacío, insatisfacción, confusión..., que intentamos llenar –entre miedos y deseos– con elementos externos. El relato bíblico de la caída de Adán y Eva (Gn 3) ofrece una bella y sugerente lectura simbólica y sapiencial de este proceso que culmina con la expulsión del Edén –representado por el estado anterior pre-mental–. Cuando el hombre come del fruto del árbol del conocimiento del bien y del mal accede a un conocer analítico y enjuiciador con el que se erige en dios, a costa de Dios mismo.

La caída en este estado de conocimiento es irreversible en la escala de la evolución, pues todo proceso evolutivo es direccional y supone la adquisición de un nivel superior, más evolucionado de conciencia. Esto significa, por tanto, que el estado pre-racional (o de Edén) pertenece a un nivel inferior, más arcaico, en la escala evolutiva; aunque esta idea pueda chocar a algunas personas, es

imposible retroceder al estado primero. El relato bíblico lo refiere con una belleza singular: “(Dios) colocó a los querubines y una espada llameante para cerrar el camino del árbol de la vida” (Gn 3, 24). A partir de ahí la humanidad tiene que recorrer un camino lento y difícil para lograr alcanzar un estado superior de mayor conciencia –un estado espiritual–, que integre y trascienda la etapa estrictamente racional.

Lo que ocurre a lo largo de la historia de la especie (filogenia), durante miles de años, acontece en la historia del individuo (ontogenia) en los primeros años de vida. La psicología profunda ha llegado a reconocer con cierto grado de precisión el cómo de este proceso de caída a nivel ontogenético, es decir en el sujeto humano, desde los primeros meses de vida hasta los cinco años, aproximadamente, en cuya edad la personalidad llega a estar básicamente construida, con la consiguiente y progresiva desconexión del alma. Este proceso se simboliza a menudo mediante la imagen de corazas que, a modo de capas de cebolla, van aislando progresivamente los contenidos esenciales del estado de presencia, cuya percepción se va perdiendo.

Todas las escuelas de psicología que reconocen la existencia del alma, coinciden en lo fundamental de este proceso, identificando en cada una de esas capas la aparición de importantes mecanismos de defensa reactivos ante el dolor de la pérdida esencial, que el niño desarrolla espontáneamente como protecciones para poder sobrevivir. La escuela que dirige el maestro libanés Almaas, en Estados Unidos, y una de sus principales discípulas, Sandra Maitri, cuyos libros recomiendo, nos ofrecen un estudio detallado de estas fases arquetípicas y las consecuencias que originan, paso a paso, en el complejo camino de la creación de la personalidad. Las ideas de estos autores me interesaron mucho cuando las leí en su momento, y las refiero en la exposición de los párrafos que a continuación siguen.

Desde la información a la que hoy tenemos acceso sabemos que la situación de pecado original no aparece en el momento del nacimiento, ya que el recién nacido vive en la presencia del alma, aunque de modo inconsciente y primario (Edén), gracias al estado de unión simbiótica con la madre y el entorno. Se trata de una vivencia relajada y plena de fusión amorosa, que solo es perturbada por la ausencia materna, la enfermedad, o la falta de cuidados básicos; no obstante, gracias a la sorprendente flexibilidad del bebé, dicha unión se recupera con facilidad cuando las necesidades de cuidado y afecto se restablecen. Esta fase

simbiótica está grabada en los estratos más básicos y primarios de nuestra personalidad y reclama su recuperación en el adulto a través de las experiencias de intimidad o de reencuentro con el alma; el profundo deseo de presencia de la madre que experimentan muchas personas ancianas, incluso en el trance de la muerte, es otra muestra que corrobora lo que acabo de señalar.

Hacia los seis meses el bebé comienza a sentirse separado, y con ello empieza a formarse la primera y más profunda capa de la personalidad; a partir de esta edad, el niño accede a una percepción más viva de sus sensaciones físicas, por medio de las cuales desarrolla la capacidad de establecer límites que lo acaban conduciendo a la identificación con su propio cuerpo. La piel marca el límite más importante que separa al individuo de todo lo demás.

El estado de separación genera interiormente en la psique una sensación dolorosa de vacío, deficiencia e inadecuación, que es resultado del comienzo de la desconexión con el alma, y que se traduce en una pérdida de flexibilidad que dificulta la recuperación de dicha presencia. Este endurecimiento progresivo que se describe a menudo de forma plástica como un estado de contracción o congelación cada vez más acentuado, facilita el registro de experiencias de dolor que, repetidas cada vez más, van dejando en el niño una huella indeleble. Se trata de la segunda capa importante de la personalidad, que aparece reactivamente ante el dolor en forma de un miedo primordial o ansiedad básica, un soporte rígido que se instala en la memoria del cuerpo, y que el filósofo inglés Hobbes señala con fina agudeza: “el día en que nací, nacimos yo y el miedo”.

Este estado de miedo arrastra la sensación de no contar con el apoyo del entorno, y se prolonga en la vida adulta con más o menos intensidad, según los casos, como una sensación de permanente amenaza, una desconfianza en el mundo, que representa la proyección hacia fuera de lo vivenciado en el interior. Esta coraza supone uno de los escollos más inquietantes al tratar de revivir y superar posteriormente los miedos ancestrales mediante el trabajo psicológico y espiritual; es el *horror vacui* (horror al vacío), angustia o situación de pánico que requiere de una gran fortaleza para permanecer en él, ya que se vivencia como una especie de muerte interior en la que desaparece el suelo que hasta entonces sostenía a la persona. Los evangelios describen la agonía de Jesús en Getsemaní, ante la proximidad de muerte, con tintes que recuerdan este tipo de experiencia, hasta el extremo de llegar a producirle abundante sudoración

como “de gotas espesas de sangre” (Lc 22, 44).

Todo este proceso incluye, además, el papel determinante que han jugado los padres, especialmente la madre, en los primeros años de la vida. Los padres hacen de espejo en el cual el niño, copiando de ellos, aprende a reconocerse a sí mismo. Ahora bien, es muy difícil que los padres –a los que se suelen añadir más tarde otras figuras parentales y primeros educadores– se experimenten a sí mismos desde su ser profundo; no hemos alcanzado aún, en la inmensa mayoría de los casos, este grado de evolución. Por tanto, el hecho de que nos críen y eduquen personas desconectadas de su ser esencial, que viven básicamente desde la personalidad, les incapacita para percibir, apreciar y sostener el alma del niño. El pequeño se ve obligado a reflejar en su psique la personalidad de sus padres y a olvidar las cualidades esenciales de su alma que quedan ocultas al no haber sido percibidas, desarrollando lo que los padres solo ven de él. De este modo los mayores transmiten también al niño, como por ósmosis, toda la visión que ellos tienen del mundo y su manera de posicionarse ante la vida. Se forma así la tercera y más externa coraza que configura la personalidad: la imagen interna que el niño construye de sí mismo y del mundo, que es proyectada al exterior. Y así, lo externo, material y físico, se acaba experimentando como la única o más importante dimensión de la realidad.

A medida que el niño desarrolla el uso de razón, las experiencias vividas –sentimientos e ideas en su mayoría inconscientes– se van incorporando a la mente en forma de pensamientos con los que el sujeto crea su personalidad, la cual aparece terminada a los seis o siete años de edad. Con ella, ya definitivamente congelada, la persona funcionará el resto de su vida, pues la mayor parte de las expectativas que se persiguen o se rechazan en la edad adulta, son básicamente la manifestación, más elaborada o sofisticada, de los miedos y deseos creados en los primeros años mientras se formaba la personalidad. No hay que olvidar el papel añadido por los traumas o heridas adicionales que se ocasionan durante las etapas del desarrollo, que afectan de tal manera a las cualidades del alma que pueden acabar provocando la total desconexión de ella.

No obstante, y a pesar de todo lo expuesto, existe un camino de retorno al alma –el nuevo y definitivo Edén–, nuestro hogar. Es un camino difícil y largo, cuya andadura suele abarcar toda la vida, pero que merece la pena recorrer a pesar de todo.

III

LA PERSONALIDAD (EGO)

*La lucha entre lo que a uno le gusta y lo que le
disgusta, es la enfermedad de la mente...*

*No vivas en los enredos de las cosas externas,
ni en los sentimientos internos de vacío...*

*Cuando el pensamiento está cautivo, la verdad
se oculta, pues todo es oscuro y confuso.*

SHIN-JIN-MEI. Poema Zen de la Fe en el Espíritu

Los actores del antiguo teatro griego utilizaban una máscara (*prosopon*) con la que representaban el personaje de la obra dramática; la máscara servía, además, para amplificar el sonido de la voz. Los romanos llamaron a esta máscara *persona*, de *per sonare* (sonar a través de), en alusión a este aumento del sonido. De aquí deriva el vocablo *personalidad*, que en su origen se refiere al personaje –al añadido– y no al sujeto que hay detrás. Personalidad, en su etimología, tiene que ver, pues, con aquello aparente que utilizamos para presentarnos ante los demás, quedando oculta, tras ella, nuestra verdadera identidad. Cada ser humano, por consiguiente, lleva puesta una máscara –una personalidad– para representar su papel en el gran teatro de la vida, aunque, a la postre, el papel –el personaje– se acaba pegando a nosotros más que nuestra propia piel.

En la actualidad la psicología profunda, como hace también con el alma, nombra la personalidad de varias maneras: *yo individual*, *yo personal*, *yo psicológico*, nombres éstos y otros que hacen referencia a una identidad particular o relativa del sujeto, de naturaleza cognitivo-emocional. Hoy se utiliza mucho la palabra *ego* con la que a veces se identifica y confunde, aunque existen características que distinguen estos dos términos. La personalidad puede estar psicológicamente sana; o sea, puede ser la manifestación externa y relativamente diáfana de nuestro verdadero ser, mientras que el *ego* se refiere siempre a la personalidad sombría, dañada, una construcción mental que, desconectada del ser, absolutiza la mente y funciona desde el apego y el autoengaño. El *ego* se experimenta separado e insatisfecho, y se autoafirma y

justifica siempre, utilizando mecanismos tales como la comparación, la confrontación, la apropiación..., que son en definitiva formas de protección utilizadas, a menudo de manera compulsiva, para autoafirmarse y sobrevivir. Todas estas características se condensan en el término, hoy tan usado, de *egocentración* o situación vital dominada por el ego.

Existen dos características importantes del ego estrechamente unidas entre sí, que generan una dosis alta de autoengaño y sufrimiento en el propio individuo y en las relaciones interpersonales. La primera se refiere a su naturaleza rígida, una estructura cristalizada, constreñida, congelada..., que constituye un patrón repetitivo de comportamiento. No es de extrañar que a dicha rigidez se le haya llamado *fijación* por ser algo estático y difícil de modificar. Fijación es el conjunto de elementos cognitivos –ideas fijas– y reacciones emocionales que constituyen un patrón egoico de conducta. O dicho de otra manera, son ilusiones creadas a través un filtro mental distorsionado que nos lleva a interpretar incorrectamente la realidad, de acuerdo con la imagen previa que tenemos de la misma. Esta percepción equivocada –“la película que nos montamos”– que nos parece incuestionable, nace en el inconsciente –es involuntaria– y va acompañada de un trasfondo emocional de carácter compulsivo y reactivo. En consecuencia, con la fijación el ego repite situaciones, desarrolla una permanente estrategia de supervivencia que le sirve para “sobrevivir, no para vivir” –en palabras de Alexander Poraj–, con la carga de insatisfacción que este estado supone.

En el fondo de todo ello subyace la herida profunda provocada por la carencia infantil que se intenta llenar mentalmente con deseos externos –algo parecido a lo que faltó en su momento– que hacen de sucedáneo, dando la sensación, por poco tiempo, de satisfacer dicha carencia. Así los vacíos –*agujeros* como los llama Almaas– ocasionados por el dolor de los primeros traumas se intentarán llenar, por ejemplo, mediante la búsqueda compulsiva de pareja, éxito, bienes materiales, reconocimiento social... En correspondencia con estos hechos, los dolorosos fracasos que padece el adulto en situaciones adversas remiten al dolor de la herida original. O dicho con otras palabras, cuando se produce un sufrimiento importante por ciertos tipos de pérdidas o fracasos, retrocedemos instantáneamente a la edad infantil en la que se originó el trauma subyacente, apareciendo el dolor de entonces que permanecía soterrado; es pues el niño que fuimos el que está sufriendo en el adulto. El reconocimiento y aceptación de esta re-traumatización es fundamental en el conocimiento personal y en el

proceso terapéutico.

La segunda característica del ego que merece la pena destacar, es el refuerzo exterior añadido con el que el ego se consolida aún más, y que Freud denominó *superyó* o *superego*. El superyó es el policía interior, un crítico a menudo implacable, que nos castiga con mensajes que incluyen siempre el “deberías de...”, “tendrías que...”, “tus fallos son imperdonables”..., reforzando de este modo la fijación egoica con sus preceptos y amonestaciones, señalando en todo momento lo que es correcto e incorrecto en nosotros, aquello que hacemos bien o mal.

El superyó siempre boicotea algo en la persona con su juicio permanente y su actitud potenciadora de miedo –con el que cuenta siempre como aliado–, por lo que el sujeto acaba identificándose con sus dictámenes y juicios. Su ataque más doloroso consiste en potenciar la imagen del ego a costa de negar las cualidades esenciales del alma, manteniendo el engaño de que si somos como él quiere que seamos, obtendremos la satisfacción que vamos persiguiendo. La estructura del superyó se construye con la interiorización de las figuras de autoridad en la infancia; cuanto más severos fueron esos educadores, más rígido y castigador se vuelve nuestro superyó, permaneciendo interiorizados dichos mensajes aunque las figuras de autoridad ya no estén presentes.

Al localizarse el superyó en la capa más externa de la personalidad, aunque sus raíces hundan en el inconsciente, aparece como uno de los primeros cometidos que debemos enfrentar en el trabajo psicológico y espiritual, pues de no ser así el ego no podrá flexibilizarse nunca, ya que el juez interior mantiene y refuerza su “orden establecido”. Hemos de empezar a reconocer la voz con la que nos castiga, y la trampa que nos tiende a través de la crítica hacia nosotros mismos; solo así podremos desactivarlo y ponerlo en su lugar, lo cual no tiene nada que ver con que hagamos dejación de nuestras verdaderas obligaciones y responsabilidades.

De todo lo expuesto hasta ahora podemos concluir que la mayoría de nosotros vivimos encarcelados en el laberinto del ego, el cual nos mantiene atrapados en los estrechos límites de nuestros patrones de comportamiento. Tener acceso a modelos generales que muestren el trazado de esos patrones –los tipos fundamentales de estructuras egoicas que aparecen en los seres humanos– puede ser de gran utilidad en el trabajo de autoconocimiento. Esto es lo que pretenden las distintas tipologías del carácter que la Psicología ha elaborado

siempre según diferentes criterios o puntos de vista, y cuya utilización puede ser incluso necesaria, siempre y cuando evitemos desde el principio caer en la simplificación del encasillamiento, pues el ser humano, único e irrepetible, es siempre mucho más que un tipo o modelo previamente establecido.

Entre los modelos y mapas de la personalidad, destaca por su profundidad el eneagrama (del griego *ennea*: nueve, *grama*: representación) –nueve modelos básicos de ego y de alma en la especie humana–. Se trata de un instrumento muy valioso, mucho más que una simple descripción tipológica, de sabiduría milenaria, que ayuda a recorrer el camino del conocimiento psicológico y espiritual de la persona, siendo cada vez más conocido en nuestra cultura desde hace varias décadas. Para el eneagrama de la personalidad, las disfunciones tempranas que originan las distintas capas o corazas del ego afectan, en todos los casos, a los tres centros energéticos o potencias humanas: *voluntad*, *entendimiento* y *sentimiento*, representadas en el cuerpo por: vísceras, cabeza y corazón respectivamente. No obstante, la herida básica más determinante ocurrida en la infancia, tiene que ver preferentemente, según cada caso, con uno de los tres centros, creándose en torno al mismo el refuerzo o fijación egoica principal que configura la naturaleza básica de cada ego concreto. Esta interesante visión permite reconocer tres grupos fundamentales de personalidades, que forman la base del saber eneagramático, y cuyo reconocimiento es de gran utilidad práctica: los tipos viscerales (heridos en la voluntad), los cerebrales (heridos en la mente), y los cordiales (heridos en el sentimiento). Cada grupo presenta unas características básicas distintas y específicas, que generan fijaciones, pasiones, trampas, mecanismos de defensa, evitaciones..., que forman el filtro por medio del cual percibimos la realidad. Merece la pena acceder a este tipo de herramienta a través de talleres, conferencias, sin olvidar el acceso a la abundante bibliografía que existe sobre el tema.

Continuando en la línea tipológica, resulta interesante la distinción de Karlfried G. Dürckheim al considerar tres grupos fundamentales de personalidad en base a los tipos de resistencias más frecuentes presentes en todos nosotros, aunque en la práctica predomina siempre una de las tres, de acuerdo con los factores genéticos y biográficos de cada cual. Son las siguientes: el endurecimiento de un grueso caparazón, la dispersión ilimitada, y la falsa armonía. El primer tipo cristaliza en un sujeto impermeable a toda transformación por la dureza de la

propia estructura; un buen camino de crecimiento en este caso –según Dürckheim– consiste en el compromiso social y entrega a los demás. El segundo es el opuesto al primero, el individuo sufre por carecer de límite, de contorno, pues no habita en casa propia; no olvidemos que la personalidad no siempre representa una coraza defensiva, es también forma, protección, recipiente donde se guarda el gran misterio del alma. El sujeto sin epidermis va por la vida errante, triste, a merced de los caprichos ajenos; en su trabajo de crecimiento personal debe aprender a autoafirmarse y a ganar en estima, en solidez de forma y de criterios, que potenciarán la expresión y consolidación de su alma.

El tercer tipo de dificultad representa un modelo de carácter que he tenido ocasión de reconocer con frecuencia, y que *a priori* el individuo que lo desarrolla propende a considerarse maduro y equilibrado, por lo que creo merece la pena un mayor detenimiento en sus características. Proviene de un ego muy bien adiestrado, ni endurecido ni disuelto, cuya desconexión del alma adquiere la forma de “fachada armoniosa”, pues se adapta camaleónicamente a todas las situaciones, consiguiendo la satisfacción propia y la de los demás. Sabe muy bien protegerse y encajar con éxito en las relaciones, pues es agradable y entregado, pero nada de lo que hace proviene de la hondura del corazón, pues el sujeto vive de imagen, de resultados, y no del interior; en palabras del mismo Dürckheim:

Parece abierto, pero no deja que nada entre en él [...]. Es un amable egoísta que ofrece regalos a todos sin jamás darse él mismo [...]. Lo que este hombre necesita es aprender a dar su corazón. Cuando tenga lugar el encuentro con su ser, tendrá muchas más dificultades que los otros para dar una respuesta. Porque [...] después de toda una vida de armonioso contento, su ser le traerá la primera desazón, el primer sufrimiento de verdad, el de renunciar a su forma de ser, tan agradablemente adiestrada.¹

Javier Garrido describe en su obra *Proceso humano y gracia de Dios*, mecanismos parecidos en un sujeto que el autor califica de *mediocre*, caracterizado por vivir instalado y acomodado en lo que controla y le da seguridad, aunque nunca lo reconozca. Ha aprendido a adaptarse y sacar siempre el mejor partido de todo en provecho propio. Dice el propio Garrido:

Prefiero llamar *mediocre* a la persona que [...] cumple, pero se reserva; y lo hace con una actitud defensiva que se ha hecho connatural. Nunca se pone al descubierto. Da la sensación de ser impermeable. El funcionario burócrata, guardián del orden, que tiene miedo al riesgo y subordina sentimientos y personas a las determinaciones objetivas de la Ley [...]. La norma de su vida ha estado constituida por el principio de evitar los extremos, sobre todo a la hora de amar o de asumir riesgos comprometidos [...]. Equilibrio, diplomacia... Si miras en profundidad, por debajo

de la superficie no hay más que vanidad, formas, exuberancia de palabras...²

Después de todo lo dicho, parece cierto que el ego es una estructura de supervivencia que ayuda a organizarnos, pues nos salvó la vida de pequeños, pero luego nos arrebató la vida del alma al desconectarnos de ella, creyéndose un sujeto con identidad propia que tiene la facultad de pensar. No parece ser así, más bien el ego es lo pensado y no el que piensa, ya que si permaneciéramos fuera del pensamiento el ego se diluye. Es una estructura operativa, personal y colectiva cada vez más sofisticada con el paso del tiempo, que nos ayuda a organizarnos pero que no tiene que ver con nuestra verdadera identidad. Sin embargo, y contando con todo lo dicho, la realidad ofrece oportunidades para des-identificarnos de dicha estructura, posibilitando un proceso transformador, sobre todo a partir de la segunda mitad de la existencia, ya que en torno a esa etapa la vida revela los verdaderos fundamentos en que se ha asentado la persona y sus decisiones. Las sensaciones, a veces difusas de cansancio, miedo e insatisfacción, cuando no las crisis profundas –a menudo de realismo– que aparecen en el camino de confrontación con la realidad y que desmontan la autoimagen, pueden llegar a convertirse en grandes oportunidades para ver con otros ojos.

- ¹ . DÜRCKHEIM, Karlfried Graf. *El despertar del ser. Etapas de maduración*, Bilbao, Mensajero, 1990, p. 129.
- ² . GARRIDO, Javier. *Proceso humano y gracia de Dios. Apuntes de espiritualidad cristiana*, Santander, Sal Terrae. Presencia Teológica, 1996, pp. 357-358.

IV

MASCULINO Y FEMENINO

Cada género termina por identificarse, los hombres con el cielo y las mujeres con la tierra [...]. Cuando nuestra mitología se abra nuevamente para acoger a las mujeres en el cielo y a los hombres en la tierra, los géneros no parecerán tan distantes.

Robert Bly

A partir del siglo XIX y hasta hoy, la antropología, en colaboración con otras ciencias, se ha visto notablemente enriquecida con el avance del conocimiento sobre la sexualidad humana; hemisferios cerebrales, lado derecho e izquierdo del cuerpo, *yin* y *yang* orientales, sexo y género..., son algunos de los temas de investigación que apuntan todos ellos a dos dimensiones esenciales del ser humano que se explicitan formalmente con la denominación de masculino y femenino. Nos relacionamos con nosotros mismos y con los demás durante toda la vida desde nuestra condición de personas masculinas o femeninas.

Sin embargo masculino y femenino no significan sin más varón y mujer. Ya descubrió Jung con acierto, que en el inconsciente de hombres y mujeres habita el género contrario; es decir, dentro de cada hombre existe una figura femenina (*anima*) y en el interior de cada mujer habita una presencia masculina (*animus*). Estas dos dimensiones interiores del otro género pertenecen a lo que, en términos jungianos, se llaman *arquetipos* o patrones ancestrales de la humanidad, situados en el inconsciente colectivo de la misma. De acuerdo con esto, la personalidad de un varón, por ejemplo, contendrá las características externas –biológicas y culturales– asociadas a la masculinidad, pero los rasgos que no resulten conformes con esa imagen serán reprimidos y se agruparán –en este caso– en la estructura complementaria, es decir en el *anima*; en el interior de este hombre, pues, aparecerán dimensiones tales como: sentimiento, compasión, intuición...

Al contrario ocurrirá en la mujer, ésta es femenina por fuera, pero dentro de ella existen características reprimidas masculinas como: lógica, firmeza, competitividad..., que pertenecen al *animus*. La complementariedad no se

realiza, por tanto, solo entre géneros sino que está dentro de cada uno de nosotros, y encontrar el equilibrio en el centro del ser requiere de una integración psicológica de los elementos escindidos –principios femeninos y masculinos–, es decir de la otra mitad que está dentro de cada persona. Un hombre que no integra su *anima* no manejará bien sus emociones, dejándose llevar por reacciones desproporcionadas y estados anímicos inestables. De manera similar, una mujer perturbada en su *animus* quedará dominada por enérgicos deseos de poder y control.

Todo lo dicho hasta aquí sirve de preámbulo para llegar a entender dos cuestiones; una, que masculino y femenino son una realidad más compleja de lo que aparenta ser; y otra, que ambos arquetipos representan dos cualidades esenciales –no opuestas– del alma humana pertenecientes a la estructura misma de la conciencia. La capacidad para entrar en la presencia y permanecer en ella –en el ser– es el movimiento interior llamado *femenino*. Consiste en una percepción de la realidad hacia y desde dentro, una experiencia inmediata y directa por la que el alma se reconoce a sí misma e intuye la verdad, un permanecer atento a lo que hay, observándolo sin querer modificarlo, una capacidad para admitir a *corazón abierto* el dolor cuando éste aparece.

La oración contemplativa cristiana, la meditación Zen, la no reactividad ante el impulso inmediato, el volver al *aquí y ahora* en la vida cotidiana conectando con nuestro cuerpo, son ejemplos de la presencia de lo femenino en cada uno de nosotros. Aunque muchos lo confundan con pasividad, es un *no dejar de ser*, un *atento no hacer*, una *escucha activa*; en definitiva, un ejercicio de contacto engendrador y cuidador del alma –quizás por eso se llame femenino–. O con otras palabras, un espacio interior acogedor y sanador de uno mismo, reconocido poéticamente por san Juan de la Cruz como “música callada, soledad sonora, cena que recrea y enamora”¹.

De esta dimensión interior brota un movimiento hacia fuera para realizar la acción adecuada correspondiente a lo *masculino*. Cuando estamos acostumbrados a conectar con nuestro interior podemos apreciar la *acción* y *fuerza* –que son mociones masculinas del alma–, y distinguirlas de sus sucedáneos, *activismo* y *esfuerzo* –lo masculino del ego–; entre estos dos tipos de movimientos, la cualidad –el *sabor*– y sus resultados, son bien diferentes.

Parece ser un principio general que lo femenino precede y guía a lo masculino;

sin esta guía, el segundo solo *ve*, pero no *escucha* ni *siente*. A nivel embrionario la vida empieza en femenino, corroborando el principio señalado, pues en el caso del varón el cromosoma “Y” –masculino– no se manifiesta hasta aproximadamente las seis semanas de gestación. Sin embargo estos dos principios se articulan e implican en un movimiento tan compenetrado y dinámico, que la acción masculina sustenta y sirve al ser creador femenino que está en su origen, y de este modo no solo lo sostiene sino que lo amplifica. No existe pues el uno sin el otro, al igual que las dos caras de una misma moneda, como bien sugiere el anagrama del *yin* y *yang*.

En el Antiguo Testamento, el Libro de la Sabiduría reconoce, aplicado a Dios, estos dos movimientos complementarios: “Cuando un silencio apacible lo envolvía todo y la noche llegaba a la mitad de su carrera, Tu Palabra Omnipotente se lanzó desde el cielo, desde el trono real, cual guerrero implacable...” (Sab 18, 14.15). Por otra parte, y en consecuencia, cuando la persona pierde el contacto con lo femenino –la presencia–, tiende a desaparecer en ella la fuerza masculina, y si ésta la abandona, la persona se desconecta de la primera.

Creo que en la figura de Jesús, tal como se presenta en los evangelios, se articulan de modo admirable estas dos dimensiones, una compenetración ejemplar de ternura y vigor. Su experiencia única del Padre que sostiene todo su ser, los encuentros con Él en la oración, sobre todo en los momentos fuertes de su vida, su capacidad acogedora, entrañablemente misericordiosa con los enfermos y marginados, y el profundo conocimiento del corazón humano, aparecen armoniosamente integrados con su fuerza profética para anunciar el Reino de Dios y denunciar con audacia todo lo que es contrario a este plan de salvación; es decir su *pasión* constituye el motor de una *acción*, la cual sostiene y revitaliza la primera. Jesús prioriza en su predicación el movimiento interior de transformación del corazón (*conversión*), indispensable para acoger el Reino de Dios que está dentro de nosotros (Lc 17, 21).

En este proceso interior aparece reiteradamente señalada la cualidad femenina de *la escucha* sin la cual no es posible conocer ni realizar la voluntad de Dios. Un dato interesante, a propósito de este despertar la capacidad auditiva del corazón, se muestra en los relatos de las apariciones del Resucitado; solo en el caso de María Magdalena el reconocimiento de Jesús acontece cuando ella *escucha* su propio nombre pronunciado por Él (Jn 20, 16),

mientras que en los demás casos, protagonizados por varones, el encuentro con el Resucitado se realiza siempre mediante *la visión*.

¿Qué ocurre cuando femenino y masculino entran en su lado oscuro? Si, como recordamos, el arquetipo femenino representa el contacto con el ser por medio de la presencia, su perversión supone la negación del ser a través de la pérdida de la misma. Este proceso sombrío conlleva varios niveles de progresiva intensidad: *no te veo, te rechazo* –desprecio–, *te aniquilo* –odio–. Es una degradación sutil y silenciosa, pero perceptible aunque no se haga explícita, pues así es lo femenino, ya sea en la luz o en la sombra, en hombres o en mujeres. El odio consiste en un movimiento psicossomático de naturaleza compulsiva, que va más allá del razonamiento, y que ocurre cuando el odiado toca la herida infantil del que odia, provocando en éste una dolorosa e importante sensación desestabilizadora, un encogimiento que amenaza gravemente la idea egoica de uno mismo.

Del mismo modo, la degradación del arquetipo masculino, que en su aspecto sano es la fuerza, deviene –pervertido– en agresividad o rabia que se ejercita en forma de *violencia*. También en sus aspectos oscuros, como ocurre con los sanos, estos dos arquetipos están íntimamente implicados; lo femenino (odio) –más sutil y permanente– es generador de lo masculino (violencia) –más visible e inestable–, por lo que en todos los casos debajo de la violencia aparece siempre el odio que la genera y alimenta; dicho de otra manera, *antes de matar a alguien hay que quitarle el derecho a ser*. Ambos movimientos se pueden dar en la misma persona, hombre o mujer, o bien aparecer cada uno en personas distintas, como se ha comprobado en trabajos de psicología sistémica –sistemas familiares u otro tipo de grupos–. En estos casos, el sujeto que odia alimenta con sutileza la violencia de aquel que la realiza; cuando esto ocurre, no es infrecuente que el odio lo experimenten mujeres y la violencia la ejerciten varones. El binomio *odio-violencia* atañe al concepto de uno mismo, del ego, y solo el ejercicio de la espiritualidad permitirá deshacer este doble movimiento negativo.

Dos ejemplos bien diferentes pueden ilustrar la idea anterior; el primero se refiere al relato de la degollación de Juan Bautista por el tetrarca Herodes, tal como lo narran los tres Evangelios Sinópticos. “Herodías (mujer del hermano de Herodes, que convivía con éste) odiaba a Juan, y quería matarlo, pero no podía, porque Herodes respetaba a Juan” (Mc 6, 19.20). “El día del cumpleaños de

Herodes, la hija de Herodías danzó delante de todos, y le gustó tanto a Herodes, que juró darle lo que le pidiera. Ella, instigada por su madre, le dijo: ‘Dame ahora mismo en una bandeja la cabeza de Juan Bautista’. El rey lo sintió; pero por el juramento y los invitados, ordenó que se la dieran; y mandó decapitar a Juan en la cárcel” (Mt 14, 6-12). El que ejerce la violencia es –en buena lógica– el responsable del acto, aunque esté movido por un odio subyacente que suele pasar desapercibido para la gran mayoría. Herodes se decía: ‘A Juan lo mandé decapitar yo’ (Lc 9, 9).

El segundo ejemplo está tomado del *cuento de Blancanieves*. Como veremos más adelante, los cuentos encierran una sabiduría popular –bien señalada por Ana M. Schlüter–, mostrando en sus personajes verdaderos arquetipos de la condición humana. Todos conocemos el argumento de dicho cuento, y el papel perverso que juega la madrastra de la jovencita. El ego de este personaje sombrío se sostiene en la idea narcisista de su propia belleza, considerada la mayor de todo el reino, como le recuerda todos los días su espejo –acertado símbolo de la vanidad–. Un concepto tan egocéntrico de sí misma permite entender, de alguna manera, la profunda desestabilización emocional que sufre la madrastra cuando, un día, el mismo espejo le comunica que la belleza de Blancanieves es superior a la suya. La estructura de personalidad del personaje se mantiene en niveles tan primitivos e irracionales que solo la información recibida es vivenciada como un terrible ataque que amenaza la propia supervivencia. No es de extrañar que surja inmediatamente el odio, es decir el deseo compulsivo de aniquilar lo que le ha provocado una experiencia tan radicalmente desestabilizadora y amenazante, pues solo con el aniquilamiento, ella podrá recuperar su propia estabilidad emocional. De ahí nace la rabia para destrozar ella misma su espejo y transferirla a un criado en forma de violencia, al que ordena matar a Blancanieves.

En la actualidad somos, quizás, más conscientes que nunca de la urgente necesidad de integración femenino y masculino, pues solo así seremos más completos a nivel individual y nuestras relaciones interpersonales llegarán a ser, por tanto, más enriquecedoras, auténticas y humanas. El lento, pero acertado despertar a la sabiduría de Oriente (más femenina) y su integración con la de Occidente (más masculina) está suponiendo en nuestra cultura el atisbo de una síntesis necesaria que ayude a encontrar respuestas a los grandes retos que la sociedad tiene planteados en el momento presente y de cara al futuro.

Además, los esfuerzos realizados por parte de la mujer en vías al reconocimiento de sus dignidad –igual que la del varón–, y la consecución de derechos en el mundo cultural, laboral y profesional, son buena prueba de que la mujer está consiguiendo –con denodado esfuerzo– una integración de sus dimensiones masculinas, probablemente de manera más rápida y enriquecedora que el hombre con sus aspectos femeninos. Sin embargo existe el peligro para la mujer moderna de adquirir un protagonismo social, en la vida pública y privada, al precio de una *masculinización* unilateral de su persona. Este hecho no solo supondría la lamentable disminución o pérdida de los principios femeninos en algunas o muchas mujeres, sino que obstaculizaría el necesario movimiento compensatorio hacia *lo femenino* en la cultura contemporánea, en todas sus facetas pero sobre todo en el ámbito de la vida pública.

Bastantes reflexiones actuales, incluidas algunas teológicas, parecen apuntar a que la mujer, por el hecho de serlo, ya tiene acceso directo a lo positivo de las cualidades femeninas, postergadas y olvidadas históricamente por nuestra cultura occidental; según este planteamiento, el progresivo protagonismo de la mujer en la sociedad traería, sin más, la positiva transformación y humanización de nuestra cultura. Creo que esto no es cierto *a priori*, pues la mujer, igual que el hombre, necesita realizar un proceso de transformación interior para alcanzar lo mejor de sí misma, pues ambos pueden permanecer estancados en los aspectos egoicos de sus respectivos géneros, con el daño que eso supone para ellos mismos y para los demás, tanto en la vida privada como en la pública.

[1](#) . Cántico Espiritual, 68-70.

V

PSICOLOGÍA Y ESPIRITUALIDAD

*Plenitud significa la integración de lo somático,
psíquico y espiritual.
No resulta exagerado afirmar que esta plenitud tripartita
es la que hace al hombre un ser completo.*

Viktor Frankl

Tenemos a veces la impresión con ciertas palabras de no saber muy bien lo que significan, por haber sido utilizadas muy a menudo con sentidos diferentes y equívocos. Pareciera que el paso del tiempo y un uso impreciso y arbitrario de las mismas han acabado por desgastar su significado, ocasionando más ambigüedad y confusión que precisión y claridad, pues a fin de cuentas *revelar*—como acción de la palabra— supone a la vez “quitar y volver a poner el velo”, como bien señala el prefijo *re*. En esta torre de Babel del lenguaje se encuentra todavía atrapado el vocablo *espiritualidad*, que procede del latín *spiritus*. Al creer en nuestra cultura —de larga tradición dualista— que *espíritu* es contrario a *materia*, espiritualidad tendría que hacer referencia a realidades de naturaleza inmaterial; por ejemplo: lo no corporal, personas llamadas espirituales porque emplean su vida en tales cosas o se retiran a lugares apartados de la vida pública, todo lo que pertenece al más allá...; es decir, lo relacionado con una vida fuera del tiempo y de la historia. Con lo cual se crea en torno a este término una especie de aporía, una entelequia que para muchos llega a alcanzar connotaciones peyorativas por la falta de compromiso con la vida que la locución parece arrastrar. En contra, está la realidad que pisamos, que se halla inmersa en la historia, el cuerpo y la materia.

Todavía más sofisticada y rara resulta para muchos la palabra *mística*, o dimensión de la espiritualidad que hace referencia al conocimiento directo —no conceptual— de lo divino, de lo que nos trasciende, y que a menudo identificamos con espiritualidad; *mística* tiene su raíz en el verbo griego *myein* que se traduce por *cerrar* —especialmente los ojos (la misma raíz que *miope*) y los labios—, para significar que se trata de un conocimiento más allá de lo que perciben los sentidos. En el lenguaje coloquial el adjetivo *místico* se usa

también con connotaciones peyorativas, aplicado a ciertas personas raras, que “no tienen los pies en la tierra”, que no se comprometen con la vida –llegando incluso a ser incoherentes–, o quizás referido a individuos religiosos, débiles y vulnerables, que pudieran padecer algún tipo de trastorno psíquico.

En contra de estas acepciones reduccionistas, R. Panikkar afirma con contundencia, ya en el subtítulo de su cuidada obra *De la Mística*, que se trata de una “Experiencia plena de la Vida”¹. En sintonía pues con este autor, podemos afirmar que el conocimiento místico (espiritual) es por tanto: experiencia, en esta vida, y de plenitud (Vida); es decir, se trata de un vivir la realidad plena en la integración de lo corporal, intelectual y espiritual. Desde esta perspectiva quizás podamos entender en clave cristiana la conocida frase del gran teólogo actual K. Ranher: “el cristiano del futuro (ya presente) será místico, o no será”, pues el hombre es un *espíritu encarnado* capaz de experimentar que, siendo la Vida un don que nos trasciende, permanecemos incompletos si no accedemos a esa dimensión profunda y última de la realidad que llamamos espiritual o Dios (“En el Verbo estaba la Vida, y la Vida era la luz de los hombres. Y la luz brilla en la tiniebla, y la tiniebla no lo recibió” –Jn 1, 4.5–).

Ante el amplio horizonte que plantea la espiritualidad, no cabe duda de que la persona debe realizar una larga andadura, un proceso de transformación que conduzca a un mayor autoconocimiento y unificación del ser. En este sentido la psicología –cuyo objetivo es la personalidad– resulta imprescindible en este caminar, pues gracias a ella hacemos conscientes los contenidos de nuestro inconsciente, permitiendo de esta manera alcanzar mayor aceptación y amor hacia uno mismo; el trabajo psicológico también nos ofrece las herramientas adecuadas para poder sanar traumas, carencias afectivas, e incluso patologías, que han ido produciéndose a lo largo de la biografía personal, especialmente durante la infancia, pues marcan, en muchos casos, la vida adulta de forma decisiva.

En definitiva, gracias a la tarea psicológica podemos lograr una personalidad integrada, muy diferente de lo que sería el estado fijo-compulsivo de un ego poco o nada trabajado. Por otra parte, es importante recordar que solo superamos un problema de personalidad con herramientas psicológicas, ya que la solución eficaz de cualquier cuestión humana pertenece siempre a la misma naturaleza del problema ocasionado; o dicho con otras palabras, una

experiencia espiritual no cura un trauma psicológico –por muy espiritual y auténtica que sea la experiencia–, sobre todo si el problema es grave, pues la espiritualidad pertenece a otro nivel, y lo que a veces ocurre con experiencias espirituales –aunque sean auténticas– en personas que presentan trastornos psicológicos sin resolver, es que éstos se enquistan y recrudecen.

Llegados a este punto podemos afirmar que el trabajo psicológico permite reconocer y desactivar las estructuras e identificaciones en las que se encuentra atrapada nuestra conciencia, mientras que el camino espiritual aspira a trascender dichas estructuras e identificaciones y poder acceder a nuestra condición divina. Sin embargo las implicaciones entre ambas son tales, que podemos afirmar hoy día que todo camino espiritual que no haya sido acompañado de un proceso psicológico está condenado al fracaso, lo mismo que toda terapia psicológica que no despierte un horizonte espiritual, se queda corta. John Welwood expresa la misma idea con acertadas palabras:

Hasta este momento, la psicología occidental ha descuidado el dominio espiritual, mientras que los caminos contemplativos han desdeñado el inevitable papel que desempeña el trabajo psicológico en el proceso del desarrollo espiritual. Mientras esta dinámica siga sin reconocerse, el camino del desarrollo espiritual estará lamentablemente cojo porque *el despertar necesita de la psicología tanto como la psicología necesita del despertar.*²

En la actualidad, la llamada *Psicología Transpersonal* se adentra en los terrenos de la espiritualidad al considerar que el ser humano es más que un yo pensante –más que su personalidad–, pues el horizonte último del hombre va más allá (*trans*) de ésta. Aparece pues, en los contenidos de la corriente transpersonal –a diferencia de las otras psicologías–, un *continuum* entre los aspectos más primarios y enfermos del ego y los niveles más evolucionados y sanos de la dimensión espiritual. Ken Wilber, una de las figuras más representativas y reconocidas en la actualidad de la Psicología Transpersonal, considera que en el largo proceso de evolución humana y personal se van alcanzando niveles progresivos de ampliación de la conciencia, teniendo dicho proceso como meta la *conciencia sin fronteras* de lo divino. Este autor reconoce la existencia de nueve niveles o grados de evolución; los seis primeros (pre y racionales) entrarían dentro del campo de la psicología, mientras que a partir del séptimo –donde el sujeto va integrando ya su personalidad– hasta el noveno, acontecen los niveles espirituales o transpersonales caracterizados por una conciencia que ha trascendido la identificación con la personalidad.

Enrique Martínez Lozano, cuyo pensamiento y escritos también se inscriben dentro de la Psicología Transpersonal, define espiritualidad como “la capacidad de ver esa dimensión profunda y última de lo real y vivir en coherencia con ello”³. Como ha hecho la corriente psicoanalítica al utilizar la conocida y bella foto del iceberg para compararla con las distintas dimensiones freudianas de la personalidad, Martínez Lozano se vale también de la misma imagen para señalar, además, que el iceberg no es solo hielo, sino que todo él es el Agua del inmenso océano de Dios. Lo expresa bellamente con las siguientes palabras:

El iceberg, esa inmensa mole luminosa, aparece solitario y separado..., pero todo –también él– es Agua: su ínfima parte emergida; la parte sumergida envuelta de mar; el océano entero. Todo es Agua que se manifiesta en *formas* diferentes... Como el iceberg, así nosotros: tenemos una pequeña parte consciente y otra extensa zona “sumergida” e inconsciente que, poco a poco, vamos descubriendo, con esfuerzo laborioso... Nos creemos separados, aislados incluso, y ésta es la causa de nuestro sufrimiento. Pero la realidad exacta es que estamos envueltos, entretejidos y, en último término *hechos* de Dios. Por eso, en cuanto trascendemos el pensamiento, se muestra la No-dualidad de *Lo Que Es*.⁴

En efecto, la personalidad y el ego son estructuras “contraídas y congeladas” que endurecen el “hielo” de la imagen a base de pensamientos. Accedemos a la espiritualidad cuando permitimos que el hielo empiece a fundirse y pase a ser agua, lo que jamás ocurrirá desde el pensamiento sino solo desde la percepción y el desapego (*desasimiento* en lenguaje místico). La autoimagen aunque tenga muchas creencias de cómo llegar ser agua, jamás conseguirá realizar dicho cambio. Por muy espirituales que sean dichas creencias, y por mucha fuerza de voluntad que se emplee en practicarlas, solo alcanzará a reforzar, por este camino, la propia identidad –“hielo”–, que se cree, en todo caso, espiritual. En esta trampa radica uno de los grandes fracasos de los intentos espirituales.

Forman parte de la espiritualidad, de acuerdo con todas las tradiciones místicas, dos experiencias fundamentales que acaban integrándose en el mismo proceso: la experiencia de UNIÓN –“el hielo que se deja fundir en agua”– y la de VACÍO –“el agua evaporada en aire”– (siguiendo con la imagen del iceberg). Santa Teresa describe muy bien la experiencia de Unión en *El Castillo Interior o Las Moradas*, que acontece en dos niveles o grados, tal como la relata en las “Moradas Séptimas”; en el primer nivel, la unión del alma con Dios se asemeja a dos velas encendidas que juntas dan una misma llama, pero que ambas pueden volver a separarse; en el segundo, la unión se realiza como si cayese agua del cielo en un río o fuente, o como si un pequeño arroyo entrase en el mar, ya no

es posible la separación; se trata de algo parecido a la experiencia oceánica de las religiones orientales.

El Vacío, la Vacuidad, o la Nada –el camino de san Juan de la Cruz– no es ausencia o negación, es el vacío de contenidos que hace posible la aparición del Todo (Dios); no es un vacío estéril y aniquilador, sino creador y posibilitador de toda la realidad en la multiplicidad de sus formas. Todos hemos tenido, aunque sea a niveles elementales, experiencias que apuntan a la Unión y al Vacío; las primeras acontecen en los estados de unión simbiótica con la madre en las etapas iniciales de la vida, semejantes a las que posteriormente se vivencian en los momentos de intimidad; a las segundas conducen las experiencias de contingencia, o situaciones amenazantes que resultarían insoportables para el niño pequeño, pero en las que el adulto puede y debe mantenerse, dando un “salto en el vacío” –superando el *horror vacui*–, mediante el estado de presencia o conexión con el alma.

La transformación en el camino espiritual se realiza a menudo mediante procesos o estados dolorosos de desapropiación de los apegos, que san Juan de la Cruz llamó “noche oscura”. A través de la “noche oscura” se produce la desidentificación –“purificación”– o abandono de un nivel de conciencia inferior para acceder a otro superior, en el que los niveles anteriores quedan integrados. Es una crisis que supone un proceso de muerte y renacimiento del que Jesús habla en los evangelios: morir como el grano de trigo (Jn 12, 24), y nacer de nuevo (Jn 3, 3), o como relata el conocido dicho oriental: “si mueres antes de morir, cuando mueras no morirás”.

Pocos como san Juan de la Cruz han descrito de manera tan detallada y clarificadora –en verso y en prosa– la complejidad de “la noche oscura”, hasta el punto de poder ser reconocida en categorías del lenguaje actual. Los escritos sanjuanistas hablan de una “noche del sentido” o crisis que afecta a la manera egoica de interpretar la realidad, incluida la propia autoimagen. Es una crisis existencial de desprendimiento de seguridades, que supone abandonar los modos habituales hasta entonces de percibir y afrontar la existencia, en sus dimensiones materiales, emocionales y racionales, ante la cual san Juan de la Cruz recomienda un permanecer en “atención amorosa” y “conocimiento de sí”. Se trata de una introspección que conduce a un verdadero autoconocimiento en el que resulta de gran ayuda el trabajo psicológico; desprendidos de nuestras falsas seguridades accedemos a un conocimiento más profundo de la realidad –

más allá de lo racional—, hasta entonces desconocido. San Juan de la Cruz expresó esta experiencia —entre otros— en el poema “entréme donde no supe/ y quedéme no sabiendo/ toda ciencia trascendiendo”.

También la “noche oscura” tiene que ver con el complejo proceso de dejar atrás imágenes inmaduras del Dios omnipotente, que a menudo responden a proyecciones narcisistas e infantiles de nuestro ego, de las cuales el Maestro Eckhart pidió a Dios que le librase en una expresión contundente del místico alemán: “Pido a Dios que me libre de Dios”⁵. San Juan de la Cruz llamó “noche oscura del espíritu” a este proceso de ausencia de Dios, a modo de una total desaparición del suelo firme que hasta entonces sostenía al creyente, y que también Jesús experimentó instantes antes de morir: “Dios mío, Dios mío ¿por qué me has abandonado?” (Mc 15, 34). El santo carmelita describe de modo muy detallado este estado de profunda melancolía que Javier Álvarez ha diagnosticado como de depresión endógena⁶ y que se torna mucho más apacible por el encuentro renovado con Dios, aunque en categorías unitivas bien distintas:

¡Oh noche que guiaste!
¡Oh noche más amable que la alborada!
¡Oh noche que juntaste
Amado con amada
Amada en el Amado transformada!⁷

...Y es que el alma siempre busca la más plena verdad y la libertad que engendra, aunque el proceso para encontrarlas sea largo, lento y doloroso.

¹ . PANIKKAR, Raimon, *De la Mística. Experiencia plena de la Vida*, Barcelona, Herder, 2005.

² . WELWOOD, John. *Psicología del despertar. Budismo, psicoterapia y transformación personal*, Barcelona, Kairós, 2002, p. 17.

³ . MARTÍNEZ LOZANO, Enrique, *Vida en plenitud. Apuntes para una espiritualidad transreligiosa*, Madrid, PPC, 2012, p. 34.

⁴ . MARTÍNEZ LOZANO, Enrique, *¿Qué Dios y qué salvación? Claves para entender el cambio religioso*, Bilbao, Desclée De Brouwer, 2009, dedicatoria.

⁵ . M. ECKHART, *Sermón del hombre pobre*.

⁶ . ÁLVAREZ, Javier, *Mística y depresión: San Juan de la Cruz*, Madrid, Trotta, 1997.

⁷ . Noche Oscura, 21-25.

Segunda parte

EL PRINCIPIO

*¡Ah, cuánto de mi pasado
fue solo vida mentida
de un futuro imaginado!*
Fernando Pessoa

VI

PADRES E HIJOS

*Tus hijos no son tus hijos, son hijos e hijas de la vida
deseosa de sí misma.*

*No vienen a ti, sino a través de ti
y aunque estén contigo, no te pertenecen.*

Kahlil Gibrán

El ser humano debería alcanzar en algún momento la saludable experiencia de sentirse tomado por el flujo de la vida, pues ésta, en su incesante y apasionado devenir, se ha fijado en todos y cada uno para ser ella misma viviéndose en nosotros; como eslabones, formamos parte de una cadena que se prolonga más allá de cada cual, hacia atrás en los antepasados, hacia adelante en los descendientes. Pero este torrente desbordante que nos llega para después proseguir, se ha valido de un cauce inmediato y directo: los padres. En ellos han confluído de los ancestros, a menudo mediante alambicados vericuetos históricos, amores y desamores, gozos y fatigas, eros y thánatos...; han desembocado –todos ellos– en nuestro acceso a la existencia. Porque a través de los padres nos vino la vida, son primero que nosotros, y en este sentido también más que nosotros, y por eso merecen aceptación y honra por parte nuestra, aunque a veces no se entienda.

Aunque el cuarto mandamiento: “honrarás a tu padre y a tu madre”, haya sido seriamente cuestionado en algunos casos por psicoanalistas como Alice Miller – que descubre en la sumisión a padres maltratadores el origen somatizado de ciertas enfermedades graves–,¹ no quita la validez de fondo del precepto, que debería representar, en casos de relaciones traumáticas con los progenitores, la culminación de un largo, y probablemente doloroso, proceso de trabajo biográfico personal. Los contenidos de ciertos textos bíblicos sobre padres e hijos, que pudieran resultar en la actualidad obsoletos, por pertenecer a un modelo cultural de familia patriarcal ya superada, revelan una sabiduría de fondo que sigue siendo valiosa hasta hoy, si descubrimos su significado más auténtico. Sirvan de ejemplo las siguientes frases tomadas del Libro del Eclesiástico: “Dios hace al padre más respetable que a los hijos y afirma la autoridad de la madre

sobre la prole [...]; el que honra a su padre se alegrará de sus hijos [...]; al que honra a su madre el Señor lo escucha” (Eclo 3, 2.5.6).

La psicología sistémica familiar iniciada por el alemán B. Hellinger ha puesto de manifiesto el profundo vínculo, la honda conexión interna que existe en el sistema familiar, especialmente entre padres e hijos; algo ya sabido desde siempre, pero que gracias a este tipo de disciplina se ha podido constatar con evidencia hasta niveles insospechados, aunque vistas las cosas en superficie parezcan ser de modo muy distinto. Desde esta nueva visión del trabajo sistémico se llega a afirmar que solo con la aceptación de los padres tal como son o han sido, y agradeciéndoles en lo profundo –más allá de su comportamiento– la vida que ha venido a través de ellos, los hijos se van liberando, poco a poco, de las cargas –a veces graves– que sus progenitores les han podido ocasionar en algunos casos. De lo contrario dichos problemas permanecerán incrustados en el sistema familiar y serán transmitidos a los descendientes, repitiéndose de este modo la misma historia desgraciada durante varias generaciones.

Algo de esto se relata en el Libro del Éxodo, cuando el autor –en un lenguaje religioso– pone en boca de Dios la siguiente sentencia: [...] “Soy un Dios celoso, que castigo el pecado de los padres en los hijos, hasta la tercera y la cuarta generación de los que me odian” (Ex 20, 5). No obstante, según se ha dicho ya, el trabajo psicológico para lograr sanar traumas parentales importantes resulta imprescindible, aun a sabiendas de que el proceso terapéutico será largo y difícil en muchos casos, incluso a veces es probable que puedan quedar huellas imborrables de ciertos daños que habrá que integrar con la mayor ecuanimidad posible en el conjunto de la personalidad. A propósito de todo esto dice Hellinger:

Quien se cree con el derecho de despreciar a sus padres, en su propia vida representará aquello que desprecia. Justamente en el desprecio se asemejará a ellos. En cambio, quien aprecia a sus padres, tomándolos en su totalidad, toma con ello todo lo que los padres tengan de bueno; lo bueno lo colma [...]. Tomar significa: lo tomo tal como es. Ese tomar es humilde; asiente a los padres tal como son. Tomándolos también asiento a mí mismo, tal como soy. Es algo profundamente reconciliador, un llegar a la paz; y se halla más allá de toda valoración –ni bien ni mal–.

Cuando alguien se jacta de sus padres, tampoco los ha tomado. En la idealización se excluye lo esencial.²

El vínculo profundo que une a la familia está basado en un amor incondicional –unas veces saludable; otras, dañino– que se traduce en una honda e

inconsciente fidelidad o resonancia entre los miembros del sistema. Dicho amor comienza con la madre, lo aprendemos de ella, hasta el punto de que –en principio– solo si la relación con la madre está lograda podemos estar bien preparados para afrontar la vida. Ella es ese *tú* en el que reconocemos nuestro *yo*, el espejo donde el hijo aprende a mirarse; hasta tal extremo esto es cierto, que podemos afirmar que *somos aquello que la mirada que la madre ha puesto en nosotros*, nos identificamos con lo que ella nos ha reconocido. El vínculo con la madre determina, pues, la creación de la personalidad en sus aspectos más básicos y fundamentales, ya que ésta se fragua aproximadamente durante los cinco primeros años de vida, en los cuales la relación con la madre es casi exclusiva. Muchos de los contenidos de ese vínculo materno permanecen escondidos en el inconsciente pues, en la mayor parte de ese tiempo, el niño vive su etapa pre-racional en la que, además, el recurso a la expresión del lenguaje es bien escaso, por corresponder a una edad muy temprana.

Como ya se ha dicho en otro lugar, solo si la madre reconoce las cualidades del alma del hijo, éste podrá tener acceso al alma propia; de lo contrario, sus contenidos serán reprimidos, y el hijo empezará a desconectarse muy pronto de su ser esencial, para configurarse según el ego materno. El reconocimiento, por parte del niño, de las cualidades de su alma viene favorecido, además, por el amor que los padres se profesan, que el pequeño percibe como un espacio acogedor y sereno en el que puede descansar, la urdimbre donde se gesta y desarrolla su sano psiquismo. Lo contrario ocurre cuando el niño –sobre todo si es de corta edad– experimenta conflictos graves y violentos en las relaciones parentales, ya que dicha situación supone un elemento desestabilizador en él, que puede llegar a cristalizar en un estado crónico de inseguridades y miedos.

Una de las situaciones más lamentables, en este sentido, acontece en padres separados, o en procesos traumáticos de separación, en los que los hijos son utilizados como arma arrojada entre sus progenitores; un niño de corta edad exculpa siempre a los padres de cualquier situación traumática que se produzca en la familia, considerándose él la causa de dicho conflicto. Este sentimiento de culpabilidad puede llegar a ser corrosivo en su psiquismo, sobre todo si al hijo se le predispone de forma negativa contra uno de sus progenitores mediante relatos o frases insultantes o culpabilizadoras de uno contra otro, que provocan en el pequeño una profunda división interior, pues una parte de él –la que pertenece al progenitor insultado– se experimenta despreciada, no querida, por

el otro.

El amor incondicional de la madre, –imprescindible en las primeras etapas de la vida del hijo– puede también quedar malogrado, debido a distintos factores de la biografía materna. Algunos de los más habituales, se indican a continuación:

- La madre no fue amada por sus padres. No se puede dar lo que no se tiene, si ella no experimentó el amor incondicional en las primeras etapas de la vida, es muy probable que tampoco lo pueda transmitir a sus hijos. Lo más frecuente, en este caso, es que cada vez que la madre perciba un gesto de demanda amorosa por parte del hijo, ella conecte instantánea e inconscientemente con el dolor de su carencia afectiva y se cierre a dicha demanda desde la coraza que tuvo que desarrollar pronto para poder sobrevivir.
- La madre, durante la crianza del hijo pequeño, aparece atrapada por el dolor provocado por una anterior desgracia; puede tratarse de la muerte de su propia madre –sobre todo si entre ambas existía un fuerte vínculo–, la de un hijo anterior, o la de otra persona de profundo significado para ella. El estado de identificación con dicha pérdida, la incapacita para estar amorosamente disponible para su hijo.
- La debilidad de la madre, por causas muy diferentes, por ejemplo: falta de madurez psíquica, marido irrelevante o violento, cansancio vital, depresión crónica..., le lleva a no estar abierta energéticamente para el hijo, le impide no poder *darse*, pues más bien necesita *recibir* del hijo, cosa que el pequeño no puede hacer.

A partir de una cierta edad la madre debe facilitar el acceso del hijo al padre. En el caso de la hija, este proceso es muy importante y repercute positivamente en ambos cuando la relación padre-hija es sana, pues ella se siente fortalecida en su interior con la fuerza que proviene de su padre, creándose en él un espacio de ternura y protección hacia su hija, probablemente porque ésta despierte los aspectos más entrañables del *ánima* –interior femenino– de su progenitor.

El encuentro del hijo varón con el padre es imprescindible en el proceso de llegar a ser hombre maduro, pues solo de la mano de los hombres el hijo alcanza la masculinidad; a diferencia de la hija, que puede llegar a formarse como mujer sin salir del ámbito de la madre, la fuerza interior de un joven solo se

adquiere a través del padre o de figuras masculinas. Este proceso del niño –más complejo que el de la niña– puede aparecer ensombrecido por la ausencia o debilidad del padre o de figuras paternas, o bien quedar interrumpido porque la madre lo interfiera o incapacite. Es un hecho nada infrecuente que ciertos tipos de mujeres decepcionadas de sus maridos, a los que probablemente desprecien en el fondo, elijan energéticamente a un hijo como *hombre de la casa* desbancando de su lugar al padre e incapacitando al hijo en su apertura hacia una mujer que no sea la madre, pues de esta manera éste queda atrapado en las redes maternas (de aquí el nombre de *madre araña* o *madre castradora* que la psicología emplea para caracterizar a este tipo de mujeres).

Robert Bly –gran experto en psicología de varones– en su interesante libro: *Iron Jhon. Una nueva visión de la masculinidad*, se vale del cuento de *Iron Jhon* (*Juan Hierro*, o arquetipo de lo masculino) para relatar el viaje iniciático del niño hacia la adultez masculina de la mano del *Hombre Arquetípico*. Para que ese camino pueda recorrerse, es necesario primero que el niño abra la puerta de la jaula donde permanece encarcelado *Juan Hierro*, robándole a la madre la llave de la misma que ella guarda, secretamente escondida, debajo de su almohada. A este respecto señala R. Bly:

Ninguna madre que se precie entregará la llave. Si un hijo no puede robarla, es que no se la merece [...]. Las madres son intuitivamente conscientes de lo que sucedería si el hijo se hiciese con la llave: lo perderían. Nunca hay que subestimar la típica posesividad que las madres ejercen sobre sus hijos [...]. La forma de recuperar la llave varía con cada hombre, pero baste con señalar que las estrategias democráticas o no lineales no sirven de mucho.³

No conozco ningún caso de trabajo psicológico y espiritual importante que no aborde el tema de la infancia, y en concreto la relación –a menudo compleja– con los padres, de los cuales aprendemos a amar. Muchos problemas posteriores, de relación de pareja por ejemplo, provienen del hecho de no haber integrado –alguno o ambos– la relación con los respectivos progenitores, repitiendo en la pareja los mismos patrones conflictivos o no resueltos, que solo pueden repararse en su raíz cuando son curadas las heridas generadas en nuestros orígenes. Con esta curación se acepta una especie de *comunidad de destino*, que nos lleva a compartir de forma amorosa aspectos dramáticos de la existencia, vinculados a nuestro linaje familiar. ¿Dejamos de ser libres por eso? Sabemos que el grado de libertad de los humanos es limitado, pero parece cierto que el asentimiento a lo que nos toca vivir como partícipes de esa

comunidad familiar, nos capacita para ser más nosotros mismos, enriqueciendo nuestra vida, paradójicamente, con un amor y una humildad que nos libera.

Una aproximación a este misterioso tema parece estar presente en la película *Blancanieves* de Pablo Berger (2012). La cinta, rodada con el recurso expresivo del cine mudo y en blanco y negro, es una adaptación del célebre cuento de los hermanos Grimm. Ambientada en el mundo taurino de la Andalucía de los años 20, la película permite seguir con facilidad el argumento del cuento, a pesar de desarrollarse en un contexto muy diferente. Carmen/Blancanieves (Macarena García), después de los trágicos acontecimientos vividos en su familia a raíz de la grave cornada que deja parálítico a su padre –famoso torero de la época–, queda al final huérfana. Huyendo de Encarna/La madrastra (Maribel Verdú) encuentra acogida en una compañía cómica de enanitos toreros, convirtiéndose ella en la principal figura del espectáculo taurino, pues hereda y aprende de su padre el arte del toreo. Con un final insospechado, la protagonista, después de comer la fatídica manzana envenenada por la madrastra, queda también parálítica, repitiéndose en ella el trágico destino de su padre. Y es que la vida real no es de color rosa como el final de los cuentos.

[1](#) . MILLER, Alice, *El cuerpo nunca miente*, Barcelona, Ensayo Tusquets, 2005.

[2](#) . HELLINGER, Bert y TEN HÖVEN, Gabriele, *Reconocer lo que es. Conversaciones sobre implicaciones y desenlaces logrados*, Barcelona, Herder, 2004, pp. 122-123.

[3](#) . BLY, Robert, *Iron John. Una nueva visión de la masculinidad*, Madrid, Gaia, 2004, p. 21.

VII

EL BINOMIO ENGAÑO-MIEDO

*Y sin embargo entre adulator y adulado se crea un paisaje
de soledad que envuelve a ambos sin comprenderlos,
sin ser comprendidos por la mentira, hilo conductor
de la nada que los sostiene.*

Juan Varo

Cuando hace años leí por primera vez el sugerente libro de Eugen Drewermann, *La palabra de salvación y sanación*, me impresionó sobremedida la reflexión que el autor realiza del relato bíblico de la creación y posterior caída en el pecado, especialmente su exégesis del diálogo entre la serpiente y Eva (Gn 3, 1-6). En contra de la interpretación tradicional, que atribuye la causa de la caída al orgullo de la primera pareja humana, el psicoanalista y teólogo alemán sostiene que fue el miedo de la mujer, alimentado por el engañoso discurso de la serpiente, lo que motivó la desobediencia al mandato divino. Como argumenta Drewermann –con acertada agudeza– en base al texto del Génesis, la mujer se esfuerza al principio en defender a toda costa su adhesión a la prohibición de Dios por encima de cualquier cuestionamiento, pero ante la trampa engañosa de la serpiente que recurre a la imagen de un Dios mentiroso y celoso de la felicidad del hombre, el miedo paralizante aparece en Eva, y la serpiente al final consigue su objetivo. Dice el autor al respecto:

Y cuando se sospecha que Dios es un tirano, un déspota de tal índole que prohíbe al hombre unas posibilidades de felicidad solo para atormentarlo, ese Dios se hace inquietante para el hombre y hay que tenerle miedo [...]. Su prohibición de repente no protege, sino que es una amenaza para el hombre [...]. Ya no está sin más el árbol en el paraíso, como estaba antes; ahora es como una montaña magnética, a la que tienden todas las líneas de fuerza. No hay ya escapada posible, por cuanto en la hipnosis del miedo, todas las energías apuntan hacia ese árbol.¹

No es de extrañar, por tanto, que “la madre de todos los vivientes” (Gn 3, 20) haya hecho miedosos –desde el nacimiento– a los componentes del género humano, pues dejó grabado su miedo arquetípico incluso en los genes de la humanidad; es por ello que Drewermann de nuevo acierta cuando afirma con convencimiento que Jesús vino fundamentalmente a arrancar de lo más

profundo de todos y cada uno de nosotros el miedo atávico que nos incapacita para ser libres. Pero no solo somos *hijos de Eva*— como bien reza la oración mariana—, sino que acabamos siendo también *hijos de la serpiente*; si aquella nos hizo miedosos desde el principio, ésta nos va convirtiendo en engañosos a medida que el veneno inoculado del engaño va provocándonos su mortal efecto: la ceguera que lentamente transforma nuestras vidas en opacas.

Se establece así un binomio entre ambas pasiones que las vincula estrechamente y las alimenta, de tal suerte que en esa fatídica unión se encuentra la raíz de los daños provocados entre unos y otros, sea a nivel personal o colectivo. La actual crisis que padecemos, por ejemplo, cuya *punta de iceberg* se muestra visible en el campo de la economía, es en el fondo el triste engendro del maridaje entre la mentira engañosa de muchos poderosos y el miedo paralizante que provoca en los demás, pues este miedo se amasa muchas veces en los engaños que sostienen y fomentan las estructuras de poder.

Aunque ambas pasiones aniden dentro de todos y cada uno de nosotros estrechamente vinculadas, no es menos cierto que hay personalidades más dominadas por la una que por la otra. En esto el eneagrama, de nuevo, nos proporciona un acertado conocimiento, no solo porque establece en su gráfico este estrecho vínculo, sino porque describe detalladamente los rasgos de ambos tipos de personalidades y reconoce las causas que han ido progresivamente oscureciendo el alma con estas dos pasiones dominantes.

Pareciera que mentira y engaño son la misma cosa, pues es cierto que se encuentran muy próximas, hasta el punto de confundirse con frecuencia, sobre todo en el lenguaje coloquial. Sin embargo hay un matiz importante que los distingue; mientras que la mentira se refiere a la falsedad consciente en relación con la objetividad de los hechos, el engaño tiene que ver más con una falta de veracidad, a veces inconsciente, a modo de interesada visión oscurecida de la realidad, que llega a formar parte del núcleo cognitivo o fijación del carácter. La palabra *veracidad* encierra grandeza, pues se trata de una particular devoción por la verdad —un gozoso gusto por ella— que procede de la capacidad o sensibilidad de la persona para percibirla y comunicarla; la ausencia de esta cualidad está, pues, en la raíz del engaño, de aquí el dicho popular: “necesita creerse sus propias mentiras”. Pero el carácter engañoso es también engañado, pues en el núcleo más profundo del mismo está —ya desde la infancia— el firme

convencimiento de que la personalidad es lo más importante de todo, incluso lo único que existe o merece la pena, y aquí reside la gran falsedad; esta fijación egoica es la raíz del hondo autoengaño respecto a lo que verdaderamente es la realidad.

Ya en los primeros años de la vida, este tipo de carácter percibió el amor solo a través del aplauso de los mayores a sus cualidades o logros personales, pero no en relación con las cualidades inherentes a su alma, por lo que cerró la puerta a la percepción de su mundo interior, a través del cierre del corazón. Se crea muy pronto una identificación a veces exclusiva con la imagen y con todo lo referente a ella, en detrimento grave del ser, del que dicha personalidad se llega a desvincular totalmente. Hay en el fondo una gran carencia afectiva, profundamente soterrada bajo una apariencia que busca gustar y complacer, sentir los aplausos, tener éxito y poder, conseguir con rapidez metas y triunfos, en el vano intento de llenar de amor dicho vacío. Esa identificación exclusiva con la imagen y el éxito, se llama *vanidad*.

Vanidad es, pues, el apellido de la personalidad engañosa. Supone, por un lado, una especie de endiosamiento, una experiencia estelar de brillar con luz propia por encima de los demás, la pertenencia a una estirpe superior, de más categoría que la del resto de los mortales, sobre todo cuando se ha conseguido el éxito que tan deseosamente se ha buscado; pero a la vez, crea una sensación de vaciedad y futilidad en la que se sustenta todo ese teatral e inestable aparataje, pues no olvidemos que *vanidad* viene de *vano*, es decir: vacío, huero, sin consistencia... No es infrecuente, en este tipo de personalidades, que después de una carrera meteórica, de afamada popularidad y prestigio, se produzca una caída progresiva o rápida del personaje, donde todo acaba desapareciendo, como si con el paso del tiempo lo tan queridamente buscado y conseguido fuese abandonando a su dueño, dándole la espalda, desmoronándose –en fin– la máscara tan valorada: belleza, fama, poder, dinero, aplauso..., cual castillo de naipes o espectáculo de fuegos artificiales, que pueden hacer sucumbir a la persona en un sórdido vacío existencial.

Ciertos estereotipos parecen representar bien este *ego vanidad*; señalo algunos de ellos, aun a sabiendas de que en esta rápida presentación puedo utilizar un tono jocoso, que acentúa ciertos rasgos de la personalidad un tanto caricaturizados. Por ejemplo: el sujeto –hombre o mujer– que con un ligero y quebradizo barniz intelectual, pero aparentando tener una amplia cultura y sólida

preparación, acaba por ocupar un alto cargo en la administración o en la política...; la joven –o no tan joven (para eso está el milagro de la cirugía plástica y la alta cosmética)– que con su imagen de *muñeca barbie* ocupa un buen puesto en el mundo de las pasarelas o en las revistas del corazón, de las que consigue cuantiosos dividendos...; el empresario o director de banca, que con agenda apretada y fachada impecable, no puede perder el tiempo en nada, pues está siempre muy ocupado en lo único que importa: conseguir rentables beneficios económicos, aunque sea a costa de los que ganan el pan con el sudor de su frente...; el clérigo diplomático que tiene su mirada puesta en una rápida y brillante carrera eclesiástica; aunque diga que solo busca la voluntad de Dios, ya se encargará él de que la voluntad divina coincida con un alto cargo curial...; el profesor investigador, considerado un gran talento científico en congresos nacionales e internacionales, que “se lleva la fama” aunque los que “cardan la lana” son sus colaboradores, a los que no permite que sepan más que él o le contradigan científicamente...; en fin y a escala más modesta, el avisado vendedor o representante trajeado que acaba vendiendo frigoríficos a los esquimales en el Polo Norte.

Para conseguir estas cosas y algunas más, ya se encargan el ego y el superego de proporcionar al personaje las herramientas adecuadas como premio a su fidelidad: físico atractivo y encanto seductor, capacidad compulsiva de trabajo –auténtica adicción– para ambicionar y estar en muchos frentes, rapidez y eficacia en la gestión de objetivos claros y bien marcados, ya que “el tiempo es oro” (nunca mejor dicho), acomodación camaleónica a lo que más interese en cada momento, pues no es tan malo eso de que “el fin justifica los medios”...

Dejando ya de lado el tono humorístico, hemos de reconocer con seriedad que nuestra cultura occidental en general, y en concreto la sociedad estadounidense en particular, padecen una inflación de estas categorías, que están muy presentes en el mundo desarrollado, y que en sus aspectos más oscuros constituyen la base de una visión altamente competitiva y materialista de la vida y de la sociedad, que deja poco margen a dimensiones más humanas y espirituales.

Si la personalidad engañosa suele situarse en la élite, la miedosa abunda entre los colaboradores y colectivos de estratos sociales más intermedios, si la primera gusta de ser adulada, la segunda cae en la trampa de la adulación a

otros, si los engañosos fueron heridos en su infancia en el sentimiento, buscando amor a través del éxito, los miedosos lo fueron en su mente –factoría de miedos–, consiguiendo seguridad en el respeto a la autoridad, en la norma establecida y en el grupo que los acoge. Estos trazos generales bien pueden conducirnos al tratamiento del laberinto del miedo.

El estereotipo miedoso vive en la permanente sensación de que el entorno en particular y el mundo en general resultan amenazantes, por lo que tiene que utilizar una gran parte de su energía en gestionar su estado de ansiedad. La duda aparece casi como una constante, manifestándose en forma de indecisión, vacilación, inseguridad, dilema o incluso bloqueo, que le generan escepticismo y desconfianza. El miedo se encarna en un personaje al que le cuesta trabajo tomar decisiones y cuando las ha tomado, vuelve atrás replanteando su decisión y cuestionando si la elección ha sido o no la correcta.

La cristalización del tipo miedoso se dio en la temprana infancia en una serie de fases que comenzaron con la pérdida de la presencia materna –que le proporcionaba amor y seguridad–, y culminaron con la sensación de desestabilización y miedo al castigo por parte de la figura paterna –que representa la autoridad en la mayoría de los casos–, pues el niño miedoso percibió con gran ambivalencia dicha figura, sin saber muy bien cómo posicionarse ante ella.

No es de extrañar, pues, que este tipo de miedo tan temprano deje una serie de huellas indelebles en la personalidad, que comportan –como común denominador– una permanente desconfianza básica a menudo infundada, generada por la mente en forma de proyección al exterior de los miedos profundos que anidan en el interior de la persona, como si el mundo y los otros fuesen los que los causaran. Este proceso proyectivo origina un carácter paranoide, que anticipa e imagina miedos, ante el convencimiento de que la condición humana es por naturaleza egoísta e interesada, por lo cual hay que estar prevenidos ante este peligroso fundamento de la realidad. En consecuencia, el miedoso desarrolla un permanente prejuicio que le lleva a la suspicacia, la sospecha, el escepticismo, incluso a la incredulidad; frases muy conocidas del refranero popular expresan muy bien esta visión suspicaz y cínica: “piensa mal y acertarás” (algunos matizan: “...y te quedarás corto”), “no te fíes ni de tu padre”, “más vale malo conocido que bueno por conocer”...

En el fondo, y a pesar de todo lo dicho, existe en nuestro personaje una

necesidad de seguridad y de confianza tan grande que le lleva a menudo – aunque no siempre ni en todos los casos– a refugiarse en las figuras de autoridad, en el orden establecido y sus normas, así como en el grupo al que pertenece y en el que confía, llegando a profesarles una adhesión y fidelidad inquebrantables, como manera de sentirse seguro. Aparece de este modo un sujeto sumiso, responsable con el deber, admirador de la autoridad establecida y observante de las leyes que rigen el orden, hasta el punto de llegar convertirse en adulador y servil, como si la transgresión, en cualquiera de estos aspectos, le pareciera algo inimaginable o terrorífico. En el fondo busca que la autoridad ante la que se inclina y el orden al que sirve, le proporcionen la seguridad y fortaleza que no encuentra en su interior; sin embargo, y a pesar de todo su esfuerzo, no logra eliminar en el fondo su desconfianza básica.

Se comprende pues que este carácter gregario sea presa fácil de grupos sectarios o fundamentalistas, pues las estructuras bien organizadas, incluso rígidas, que creen tener todo claro, le proporcionan la tan deseada seguridad a cambio de un ejemplar comportamiento y fidelidad incondicional por su parte. Cuando sujetos con este tipo de carácter son premiados con un ascenso y se convierten en figuras de autoridad, pueden desarrollar aún más la personalidad paranoide, pues los miedos, lejos de aminorarse, se acrecientan con el ejercicio del poder, llegando a degenerar en una patología paranoica, pues todo lo que no controlen les parecerá sospechoso, lo mismo que las personas o grupos diferentes que no compartan sus puntos de vista llegarán a representar un amenazante y grave peligro. Los grandes dictadores de la Europa del siglo XX han mostrado rasgos coincidentes con este tipo de personalidad.

No sé si he llegado mostrar la profunda implicación que existe entre estos dos tipos de personalidades, pues ambas se alimentan mutuamente. Para sanar el ego, cada tipo debe afrontar –como todos– el reto de hacer un viaje hacia dentro, enfrentándose a sus respectivos fantasmas, el miedo al fracaso de la imagen en un caso, el miedo al miedo en el otro. Con el trabajo interior, el tipo engañoso irá abriendo su corazón, tan cerrado a cal y canto, e irá descubriendo la gran verdad de que es el alma, y no la imagen, su verdadera identidad; entonces dejará atrás el corazón de piedra y se le regalará un corazón de carne que no necesita de la apariencia para ser amado, porque el amor lo encontrará dentro de su recién estrenado corazón. Por su parte el tipo miedoso irá recobrando la tan necesitada confianza en sí mismo, gracias al desarrollo de las

dos hermosas cualidades perdidas en su interior: la serenidad y el valor; entonces dejará de nadar en la vorágine de la cabeza fabricadora de miedos y fantasmas y, con la mente serena y calmada, irá dándose cuenta de que el mundo no es siempre un lugar inhóspito ni amenazante, sino un hogar donde se puede llegar a convivir.

¿Por qué el engaño y el miedo no se habrán incluido en el cristianismo en la lista de los pecados capitales, a pesar de las muchas y graves advertencias que se hacen contra ellos en las Sagradas Escrituras?

[1](#) . DREWERMANN, Eugen, *La Palabra de salvación y sanación*, Barcelona, Herder, 1996, p. 35.

VIII

EL NIÑO INTERIOR

*No corras. Ve despacio,
que donde tienes que ir
es a ti mismo
y tu pequeño yo, recién-nacido eterno,
no te puede seguir*
Juan Ramón Jiménez

Alguien ha dicho que Dios se comunica con el alma, de modo preferente, a través de los textos sagrados, los cuentos y los sueños. Esta idea es tan cierta e importante que merece la pena volver a ella más adelante y desarrollarla, pues encierra una gran sabiduría. Sin embargo, y por ahora, baste con traerla a colación al hilo de la tarea que todos tenemos pendiente con nuestro *niño interior*: lo mejor de cada uno que quedó aparcado en la infancia y que debemos recuperar, ya que en los sueños en los que aparece ese niño –a veces con una fuerza inaudita– encontramos un valioso material terapéutico, que ilumina el camino hacia nuestra plenitud.

Sirvan de ejemplo dos sueños sobre el niño interior pertenecientes a una numerosa colección de ensoñaciones que un hombre de edad madura tuvo a lo largo de unos dos años de su vida, durante la primera década del siglo actual, que supusieron una gran ayuda en la transformación que realizó durante ese tiempo. Se trata de dos relatos transmitidos verbalmente.

El primer sueño está ambientado en un hotel, donde el soñante –que se ve a sí mismo en edad juvenil– ha invitado a sus padres a pasar un fin de semana con él. En una luminosa mañana, nuestro hombre espera, en los jardines de la entrada principal del hotel, la llegada de los padres que vienen en un coche negro antiguo, de la época de la infancia del soñante. A su llegada, la madre sale del coche y se coloca a la izquierda de su hijo mientras ambos esperan a que el padre aparque cerca de este lugar, observando ambos la maniobra. En ese momento, y sin saber cómo, un niño de unos dos años escasos sale correteando con rapidez desde donde está la madre hacia el coche, a punto de ser atropellado por el padre, que no se da cuenta de la presencia del niño. Gracias a que, justo en ese momento, el coche está parado, pues el conductor está poniendo la marcha atrás para hacer la maniobra correspondiente, el niño no se mete –de milagro– bajo la rueda delantera derecha del coche. Rápidamente el soñante, despavorido, corre y toma al niño en los brazos –sobre su lado izquierdo– y se sorprende –dolido– de la pasividad de la gente que está en los jardines del hotel, indiferente, a pesar de que el hecho ha ocurrido en

presencia de todos. Nuestro hombre –con firme decisión– solicita a su madre que le acompañe en la búsqueda urgente de la madre del niño. Entran en el hotel, llevando siempre el soñante al pequeño en sus brazos, y atraviesan amplios salones-comedores atiborrados de gente que está almorzando. El hombre se empieza a sentir inquieto, pues no encuentra a la madre del niño y, además, la atmósfera le resulta asfixiante debido a que la multitud de comensales solo está pendiente de la comida. Cuando van a pasar al siguiente comedor, prosiguiendo la búsqueda, se produce un incidente entre madre e hijo, y éste arroja una terrible mirada de ira sobre ella. Se acaba el sueño sin haber encontrado a la madre del pequeño, pues probablemente la excitación producida por la rabia del soñante le hace despertar agitado.

El segundo sueño ocurre varios meses después, y su contenido es eminentemente religioso, relacionado con el belén navideño, que en la infancia del hombre tuvo para él un extraordinario significado.

Comienza el sueño con el deseo por parte del protagonista –que aparece en edad madura– de instalar en la casa el *belén* o *nacimiento* de su niñez ante la proximidad de la Navidad. Sabe que muchas figuras ya no están, pues se rompieron con el paso de los años, pero se dice a sí mismo: “afortunadamente conservo el Misterio (es decir, la Virgen, san José y el Niño) que es lo más importante”. Y se anima a instalarlo, a pesar de no ser muy del agrado de la madre del soñante que, obsesionada con la limpieza, puede desbaratarlo o incluso romper piezas a la hora de limpiar la casa, lo que provoca en él una gran inquietud. Para evitar ese problema, nuestro hombre se traslada al sótano de la casa, donde el belén estará más seguro, pues es improbable que la madre baje allí a limpiar. Ya en el sótano, y con la estructura del nacimiento casi montada, va sacando de la vieja caja de madera las figuritas y encuentra la del Niño Jesús, quedándose admirado ante Su extraordinaria belleza, aunque la pequeña figura aparece muy deteriorada por el paso de los años. Tomándola en sus manos y observándola detenidamente con emoción, percibe la singular bondad del rostro de ese Niño, en el que se dibuja, además, una honda tristeza; se da cuenta, entonces, de que el pecho de la figura es blando, lo que permite que sus brazos tengan movilidad. Y se dice a sí mismo muy convencido: “no importa que esté tan deteriorado, yo mismo lo restauraré con mucho cuidado”. Cuando pone el Niño en el belén, éste se transforma en un altar centrado en la Eucaristía expuesta en una custodia; el protagonista enciende unas velas ante el Santísimo, se queda un rato y después se marcha. Al día siguiente, cuando baja al sótano, encuentra todo desordenado y las velas apagadas; y se dice derrumbado: “esto resulta agotador, es imposible escapar de la influencia de mi madre, pues ha conseguido llegar hasta el sótano para derribarlo todo”. Termina el sueño.

Estos dos sueños ofrecen una imagen muy paradigmática de la situación de abandono del niño interior de tantas personas, y del trabajo que cada adulto debe realizar para recuperarlo. Ambos sueños apuntan con claridad al mismo contenido: un niño interior –el del soñante–, cuando menos abandonado por lo padres, que el adulto acepta decididamente socorrer y tomar bajo su cuidado. En el primer sueño, el abandono por parte del padre se manifiesta en forma de peligro grave de atropello del niño (“el coche conducido por el padre” lo representa; la parte derecha masculina –“rueda derecha delantera”–, simboliza también al padre), aunque la actitud paterna no es consciente (“no se da cuenta

y echa marcha atrás”), sin llegar a lo peor. La madre, en este primer sueño aparece ausente, lo que provoca en el protagonista una tremenda ira contra ella por su ausencia, pues está claro que la madre del adulto y la del niño –la cual no aparece en ningún momento–, son la misma persona. Por otra parte, parece que este abandono fue vivido en bastante soledad y aislamiento, pues muchas personas del entorno tampoco prestaron atención ni cuidado al niño (“paseantes” y “comensales”).

El segundo sueño –aunque sigue en la misma línea que el primero– aporta más detalles en lo que se refiere al protagonista y a su madre. El soñante alcanza la experiencia de que el niño al que decide cuidar (“restaurar”) es de naturaleza divina (es el Niño Jesús; la Eucaristía –presencia real de Dios mismo–), que aparece en las partes profundas e inconscientes de su ser (“velas encendidas ante el altar en el sótano” –simbolizan lo sagrado que ilumina el inconsciente–), y aunque es un Niño triste, posee una gran inocencia, hasta el punto de que las heridas de la infancia (“...muy deteriorado por el paso del tiempo”) no han llegado a endurecer su corazón (“...pecho blando”), lo que le ha proporcionado la ventaja de ciertas capacidades especiales de movilidad (“...brazos que se mueven” –*maniobrar= obrar con las manos*), aunque se trate también de un ser vulnerable. El sueño relata con claridad el rechazo que siempre se dio por parte de la madre, y que agota –además– a nuestro hombre hasta el desfondamiento, pues por mucho esfuerzo que haga, no puede liberarse del destrozo materno que alcanza hasta niveles profundos y sagrados del psiquismo del soñante representados por el sótano. (Si nos remitimos a la simbólica religiosa tomada de la infancia de Jesús en el evangelio de Mateo, la madre llega a tener un papel parecido al de Herodes, que quiere destruir al niño, mientras que el protagonista recoge, de alguna manera, el papel cuidador de san José que busca ponerlo a salvo y hacerse cargo de él –Mt 2, 13-16–).

El niño interior es una imagen arquetípica que todos llevamos dentro y representa también para la humanidad la experiencia colectiva de la infancia. Ese niño viene al mundo lleno de inocencia y asombro, con “el pan debajo del brazo” de las posibilidades humanas abiertas al futuro, por lo que su símbolo constituye “la naturaleza global de la plenitud psíquica” en palabras de Jung; el niño interior encarna, pues, las cualidades esenciales del alma. Ahora bien, llega un momento, en el desarrollo del psiquismo, que todo niño sufre un abandono con la aparición de la personalidad, pues ésta –dada su identidad– no puede

existir en el estado de presencia en el que ese niño permanece; es como si la personalidad –o el ego– quisieran hacer de tutores del pequeño para satisfacerlo, prometiéndole que estarán siempre con él, pero es imposible que lo hagan, no pueden, por eso lo abandonan. O dicho de otra manera –usando el lenguaje paulino–, la personalidad es “carne” y el niño es “espíritu”, y ambos no se pueden dar a la vez, pues “lo que nace de la carne es carne, lo que nace del Espíritu es espíritu” (Jn 3, 6).

Cada vez más, tanto la teoría psicológica como la práctica terapéutica, han reconocido con claridad las consecuencias dolorosas de este abandono ocasionado en la infancia, expresado en forma de miedo, tristeza, soledad, ira..., y el papel que los padres y educadores han desempeñado –a menudo de forma inconsciente– por no estar capacitados para mirar el alma del menor, como ya se ha dicho en otras páginas y en estos dos sueños comentados. Cuando compartimos nuestros recuerdos infantiles y nuestra propia historia con otras personas, descubrimos que en todos los casos la relación del niño con los mayores fue una compleja mezcla de logros y fracasos, aciertos e infortunios, tal vez todos ellos necesarios para la maduración y preparación para la vida.

Por encima de las luces y sombras habidas en la niñez de cada uno, su niño interior siempre permanece y espera ser recuperado y cuidado por el único que puede hacerlo: el propio sujeto adulto, por muy olvidado que se halle el pequeño en los niveles más profundos y arquetípicos de nuestro ser. No debemos confundir el niño egoico caprichoso que seguimos siendo de adultos, y que desea satisfacer los deseos narcisistas de la infancia proyectándolos en situaciones y personas adultas, con el niño interior; no es lo mismo seguir *siendo infantiles* que “hacerse como niños para entrar en el reino de los cielos”.

El niño interior representa la necesidad del alma humana de manifestarse y expandirse, de crecer, y reflejar con espontaneidad los aspectos creativos de la vida, lo que requiere de nuestra parte una profunda transformación. Dicho proceso de cambio profundo ha sido concebido, por todas las tradiciones espirituales, como un “nuevo nacimiento” que alumbra en nosotros un niño “eterno” –por tanto “divino”–. La psicología jungiana –tan dada a la expresión simbólica de la realidad– señala lo siguiente, con palabras del propio Jung:

El “niño” es por lo tanto *renatus in novam infantiam* (“renacido a una nueva infancia”); al mismo tiempo principio y fin, una criatura inicial y terminal. La criatura inicial existía antes que el hombre fuera y la criatura terminal existirá cuando el hombre ya no sea. Desde el punto de vista psicológico, esto quiere decir que el “niño” simboliza la esencia pre y post consciente del hombre.

Su esencia preconsciente es el estado inconsciente de su primera infancia; su esencia post consciente es una anticipación, por analogía, de la vida después de la muerte.¹

Este “nuevo nacimiento” alcanza en la simbólica cristiana un profundo significado que Jesús explicita con claridad en el encuentro con Nicodemo: “En verdad, en verdad te digo: el que no nazca de nuevo no puede ver el reino de Dios” (Jn 3, 3). Por otra parte, el nacimiento e infancia de Jesús –tal como aparece en los evangelios– representa un paradigma de nuestro propio renacer. La mística alemana lo subraya sin ningún género de dudas; así, el Maestro Eckhart, en el siglo XIII, habla de la celebración de una navidad misteriosa que ocurre dentro del alma “cuando la criatura humana permite a Dios Padre engendrar de nuevo en ella a su propio Hijo”; varios siglos después, Ángelo Silesius afirma: “Por mil veces que naciera Cristo en Belén, si no nace en ti, estás perdido para la eternidad”.

Los relatos evangélicos, además, apuntan algunas claves muy interesantes que, referidas al nacimiento e infancia de Jesús, proporcionan interesantes pistas simbólicas sobre nuestro propio renacer. Por ejemplo: se trata de un proceso transformador que trasciende el ego y que no procede de él; en este sentido es un nacimiento virginal: “Estos no han nacido de sangre, ni de deseo de carne, ni de deseo de varón, sino que han nacido de Dios” (Jn 1, 13). El orden social establecido, con su manera de ser y de pensar, no es el contexto que va a facilitar esa transformación: “...porque no había sitio para ellos en la posada” (Lc 2, 7); la posada muy bien puede representar dicho orden, por tanto lo fundamental del proceso se decide a un nivel muy personal (“fuera de la posada”). Menos aún podemos buscar tal experiencia en los esquemas de los poderes que rigen las estructuras sociales, bien sea el poder civil, a quien no suele interesarle este tipo de procesos: “al enterarse el rey Herodes se sobresaltó, y todo Jerusalén con él” (Mt 2, 3), ni siquiera –a veces– el religioso, cuya institución conoce racionalmente el dato, la teología y el dogma, pero al que le puede faltar la experiencia del Misterio, no mostrando interés por el mismo: “...convocó (Herodes) a los sumos sacerdotes y a los escribas del país. Ellos le contestaron: En Belén de Judá, porque así lo ha escrito el profeta...” (Mt 2, 4.5).

El nuevo nacimiento entraña, a la vez, un proceso de muerte del ego que Jesús señaló con toda firmeza: “el que quiera salvar su vida la perderá; pero el que pierda su vida por mi causa la salvará” (Lc 9, 24). La cultura cristiana

popular capta de forma tan intuitiva como entrañable este hecho al representar – a menudo sin saber muy bien por qué– a Jesús Resucitado como un Niño, o sea: para el pueblo, Jesús muere hombre en la cruz y resucita Niño a la vida de Dios.

También la pintura ortodoxa representa el nacimiento de Jesús en paralelo con su sepultura. El Niño aparece siempre en los iconos bizantinos dentro de una rocosa y oscura gruta –que recuerda el sepulcro excavado en la roca en el que fue depositado el cuerpo de Jesús–, solo entre los animales, ya que los demás personajes están siempre fuera de la gruta; el pesebre parece una tumba y los pañales las vendas mortuorias. Dicha muerte puede ser experimentada por cada uno de nosotros –entre otras formas– en la meditación u oración contemplativa, cuando al hacer presente al niño interior –incluso visualizándolo y sintiéndolo en el corazón con mirada amorosa–, tenemos acceso al dolor curativo que nos produce su desamparo y aflicción. Entonces, poco a poco, y repitiendo durante tiempo el ejercicio meditativo, podemos hacernos cargo de él y sanar así las heridas de su abandono.

Estoy convencido que los santos que se representan en la iconografía con un Niño Dios en sus brazos, y que la devoción tradicional interpreta como una aparición divina en el sentido más literal, nos muestran, en realidad, el encuentro profundo que dichos hombres y mujeres realizaron con su niño interior, y que los hizo transparentes, sabios, misericordiosos..., en definitiva limpios de corazón. Uno de los ejemplos más populares es quizás el de san Antonio de Padua, cuyo niño divino suele representarse casi siempre sobre el libro de los evangelios, especialmente en la pintura tardo-gótica y renacentista, en la que es frecuente ver al pequeño emergiendo del libro abierto. Fue la vivencia del Evangelio la que hizo brotar en el popular santo franciscano –“doctor evangélico”– su niño interior divino.

¹ . JUNG, Carl G. “Psicología del arquetipo infantil” In JUNG,C.G. et al, *Recuperar el niño interior*, Barcelona, Kairós, 1994, p. 56.

IX

LA SOMBRA

*¡Si todo fuera tan sencillo! Si en algún lugar existieran
personas acechando para perpetrar iniquidades,
bastaría con separarlas del resto y destruirlas.
Pero la línea que divide el bien y el mal pasa por el centro
mismo del corazón de todo ser humano. ¿Y quién está
dispuesto a destruir un solo fragmento de su propio corazón?*
Alexander Solzhenitsyn

La famosa novela *El extraño caso del Dr. Jekyll y Mr. Hyde*, escrita por el inglés R. L. Stevenson a finales del siglo XIX al hilo de un sueño nocturno, ha popularizado a estos dos personajes, ya que la obra ha sido llevada al teatro y al cine en diversas ocasiones. Ambos protagonistas representan identidades de características opuestas existentes en la misma persona; la novela plantea el conflicto interior del ser humano entre el bien y el mal, visible –quizás– en la sociedad victoriana del siglo XIX, en la que vivió el autor, caracterizada por una dicotomía o dualismo –a veces hipócrita– entre respetabilidad exterior y degradación interior. El Dr. Jekyll es un científico maduro, alto y bien plantado, en el que abundan cualidades positivas; por el contrario Mr. Hyde aparece descrito como un joven de baja estatura, con algún tipo de deformidad y de apariencia perversa. Jekyll toma una pócima que lo transforma en Hyde mientras dura el efecto de la misma, pues desea experimentar a ratos los aspectos malvados de Hyde. El experimento se hace trágico para Jekyll pues a partir de un momento, no puede deshacerse de Hyde a voluntad, ya que el efecto del brebaje no desaparece, quedando de esta manera el primero transformado en el segundo. Jekyll se convirtió, pues, en su oscuro *alter ego* Hyde.

Todos llevamos dentro un Dr. Jekyll y un Mr. Hyde; una persona respetable y educada que nos acompaña habitualmente, y otra entidad tenebrosa que permanece oculta la mayor parte del tiempo. Debajo de la máscara de la personalidad consciente se albergan emociones que no han sido bien vistas en la educación recibida y que, por tanto, han quedado reprimidas y disociadas a lo largo de la infancia; a menudo aparecen soterradas bajo capas de ira,

vergüenza, miedo, resentimiento...; en definitiva, se trata de oscuras tendencias más de muerte que de vida. Es lo que llamamos *la sombra*. La sombra personal se engendra ya en los primeros años de la infancia y se desarrolla poco a poco a medida que nos identificamos con cualidades ideales de la personalidad; sin embargo, y al mismo tiempo, vamos desterrando a la sombra los aspectos –no necesariamente negativos– que no coinciden con esa imagen ideal de nosotros mismos. Como si de dos hermanos mellizos se tratara, el ego y la sombra nacen y crecen juntos, alimentándose de la misma experiencia vital; cuanto más se fortalece el primero, más se afianza la segunda.

No podemos, por tanto, percibir directamente nuestra parte oscura, ya que sus características quedan rechazadas y desterradas a lo profundo de nuestro inconsciente, irrumpiendo en ocasiones de modo inesperado con manifestaciones distorsionadas que sorprenden, incluso a nosotros mismos; a menudo lo que solemos hacer con ella es proyectarla sobre los demás en los enfrentamientos interpersonales, como una forma de enajenación de la misma. Con este mecanismo proyectivo intentamos expulsar nuestra sombra fuera de nosotros, atribuyendo sus inaceptables contenidos a los demás, como una manera inconsciente y estéril de liberarnos de ella, sin darnos cuenta de que – en realidad– esos contenidos son nuestros y no de los otros. En el refranero popular encontramos expresiones en este sentido muy ocurrentes: “dime de lo que presumes y te diré de lo que careces”; o bien esta otra: “le dice la sartén al cazo: apártate que me tiznas”.

Una de las tareas más difíciles al enfrentarnos con la sombra es reconocer que las cualidades de nuestra imagen idealizada se revelan –a partir de ese momento– inadecuadas para afrontar la nueva situación; esto es así porque el encuentro con la sombra exige de cada uno de nosotros una nueva respuesta que –hasta ahora– desconocíamos. Cabe la posibilidad de negar la sombra y su relación con nosotros, pero mientras mantengamos esta negación no podremos descubrir las aportaciones enriquecedoras que trae a nuestra vida.

La sombra personal contiene, pues, una serie de capacidades y cualidades potenciales que desconocemos y que es bueno recuperar. Esta recuperación supone un trabajo –a menudo largo y laborioso– que permite alcanzar una mayor plenitud, pues a partir de entonces nuestra relación consciente-inconsciente estará más integrada y será menos temida; como señala el mismo Jung: “la sombra solo resulta peligrosa cuando no le prestamos la debida

atención”. Este camino de autoconocimiento nos enriquece –sin duda– personalmente, sanando nuestras heridas mediante la aceptación y observación de nosotros mismos, lo que nos ayuda a encauzar mejor las emociones negativas que a menudo irrumpen en nuestra cotidianidad, a gestionar adecuadamente los sentimientos de culpa y vergüenza ante lo que no nos gusta de nosotros; incluso nos aporta creatividad, haciéndonos más comprensivos y humildes en nuestra vida. No debemos olvidar que el trabajo con la sombra nos capacita para comprender a los demás y mejorar nuestras relaciones personales, reconociendo lo que hay de nosotros –proyectado– en los juicios a los demás. El cuento de la princesa y la repugnante rana rechazada, que con el tiempo se llega a acoger y amar, y que al besarla se convierte en un príncipe con el que se casa la princesa, expresa, de manera muy plástica, la riqueza que supone el trabajo e integración de nuestra parte oscura.

Aunque para todos esta labor resulte complicada, incluso dolorosa en ciertos momentos, existe un tipo de carácter al que la tarea de trabajar la sombra le llega a ser especialmente gravosa y difícil; en él me quiero detener, por las consecuencias dolorosas que dicho carácter puede a veces generar. Se trata de la *personalidad perfeccionista*, en cuya estructura egoica más profunda está el firme convencimiento de que la bondad moral a la que dicho carácter aspira y por la que debe luchar, como su gran misión en la vida, solo puede conseguirse a través del perfecto cumplimiento de lo que es justo y correcto, corrigiendo y eliminando todo atisbo de imperfección o defecto por pequeño que sea. Pasar por alto cualquier incorrección es casi imposible para esta estructura psíquica – salvo que se trate de personas trabajadas interiormente–, pues supondría dejar rienda suelta a la maldad, cosa que para ellos resulta inaceptable, pues su enérgico y despiadado superego los castigaría severamente con la desagradable sensación de ser inmorales o malos.

En consecuencia, estas personas tienden a enjuiciar tenazmente y a ser críticos, con ellos mismos y con los demás, apareciendo en su carácter un control desmedido con el que fuerzan a los de su entorno para que realicen las cosas de la forma que ellos consideran la más correcta, que para ellos es la única posible, y así eliminar de raíz todo lo que consideran negativo. Dicho control también lo emplean con ellos mismos, evitando cualquier tipo de comportamiento o sentimiento moralmente inapropiado, y de una manera especial en relación con la sexualidad. Esta manera de ser y sentir les lleva a

reprimir la ira, que se acumula en su aparato digestivo –lugar preferente de somatización de dicha pasión–, y que se dibuja– a veces– en un afilado rostro iracundo, de tez pajiza; sin embargo, cuando tienen confianza y se sienten sobrepasados, los estallidos de cólera pueden dispararse hasta alcanzar niveles de agresividad desmesurada, con el consiguiente miedo pavoroso que llegan a ocasionar en su entorno.

Se entiende quizás ahora por qué para una personalidad rígida como ésta –de tendencias obsesivo-compulsivas–, le resulte tan difícil la aceptación e integración de su propia sombra, que tenderá a desterrar enérgicamente en los niveles más profundos e inconscientes de su psique, siempre con la ayuda de su implacable superego. Las consecuencias se manifiestan en el resentimiento y en la tendencia a un estado de permanente malhumor en el carácter, que ellos interpretan como la necesaria y justa indignación ante el descuido, la dejadez e irresponsabilidad que existen por todas partes. En realidad, esta manera de comportarse, responde a la falta de vitalidad y espontaneidad de una personalidad obsesiva, tensa, incompleta y poco integrada, cuya sombra puede estallar súbitamente a través de ocultos y compulsivos desahogos –por ejemplo sexuales– cual terrible Mr. Hyde.

Personalidades de este tipo suelen darse en el sector de la enseñanza, a la que se sienten llamados con frecuencia, pues tienen la impresión o el convencimiento de que han venido a este mundo con la misión de enseñar lo que ellos consideran bueno y correcto, y a hacerlo cumplir con rigor (*la señorita Rottenmeiere* –personaje de *Heidi* de Johanna Spyri– es un buen ejemplo); puede aparecer este tipo con frecuencia en centros –a veces elitistas, aunque no siempre– donde se persigue una educación refinada y rigorista, o donde se corrige y castiga bajo el implacable lema: “la letra con sangre entra”. En fin, instituciones en general de tendencia conservadora, incluso sectaria, donde se exige cumplimiento riguroso y denodada fuerza de voluntad para alcanzar un noble ideal, y en las que se percibe una *energía inquisitorial* o *talibánica*, son ejemplos de este tipo de personalidad a nivel individual o colectivo.

Pero la sombra no pertenece solo a los individuos, alcanza también a los grupos e instituciones; es decir existe lo que se llama la *sombra colectiva*, muy vinculada a la individual especialmente en el caso de la *sombra familiar*, pues en la familia se asientan nuestras raíces y a través de ella nos convertimos en lo que somos. Nacemos y crecemos en su seno, y en ella somos queridos, aunque

también podemos ser ignorados o maltratados hasta el extremo de padecer o ser testigos de la violencia familiar; cada vez más sabemos acerca de sombras familiares que afectan a muchas personas y que han sido originadas en generaciones anteriores. La sombra colectiva se va extendiendo, como una onda expansiva, también a instituciones de todo tipo y rango; no tenemos más que leer un periódico o ver un telediario para ser testigos del sombrío panorama que nos envuelve: conflictos bélicos, corrupción política, fanatismo terrorista, y un largo etcétera.

Erich Neumann, gran conocedor del tema de la sombra, descubre con atinado acierto el vínculo estrecho que existe entre la sombra colectiva y la figura del *chivo expiatorio*, como mecanismo arcaico de liquidar el mal de una colectividad proyectándolo en una persona o grupo minoritario al que el colectivo, para sentirse liberado, necesita desterrar o eliminar. El carácter vicario del chivo expiatorio individual –añade Neumann– puede encarnarse en un deficiente –a menudo “deficiente ético” (psicópata o individuo atávico), pero también en todo lo contrario: un individuo excepcional; en este caso la masa no puede soportar el mayor nivel de humanización que esta persona representa, y cuya vida ejemplar desvela la sombra –a veces terrible– que el colectivo no es capaz de asumir.

La muerte en cruz de Jesús es quizás el más paradigmático ejemplo de este desgraciado fenómeno histórico que se sigue repitiendo hasta la actualidad, aunque con formas menos arcaicas y brutales. El reo identificado con el chivo expiatorio también puede ser un grupo (minorías étnicas o religiosas, homosexuales...) al que el colectivo dominante puede llegar a aniquilar con el mayor sentimiento de buena conciencia, creyendo incluso que han dado con ello la mayor gloria posible a “su Dios”. Todavía más, ninguna guerra se lleva a cabo sin la intervención de la sombra colectiva que se señala –violentamente proyectada– en el enemigo.¹

Al hilo de novela de Stevenson, que nos introducía en este tema, termino con dos reflexiones relacionadas con el argumento y los protagonistas. Primera: está claro que todo intento de mantener confinada la sombra en el interior del inconsciente está condenado al fracaso, pero tampoco está la solución en ceder a los dictados de la misma. Jekyll, en su relación con Hyde, no tuvo en cuenta la postura más sabia: mantener la tensión entre los opuestos, ya que tanto la represión de la sombra como la identificación con ella son caminos sin salida. Solo la tensión de mantenerse consciente entre sombra y luz, a pesar de su

dificultad, posibilita el logro de una mayor integración psicológica y espiritual de la persona, pues supone la creación de un espacio en el que Dios se comunica al alma. Segundo: ¿Qué nos podría sugerir en la actualidad la pócima que tomó Jekyll? En una sociedad como la nuestra en la que por todas partes aparecen sustancias que alteran el estado de conciencia y que están a la fácil disposición del gran público: medicamentos, alcohol, tabaco, drogas..., y cuyos efectos negativos sacan a la luz los aspectos insanos de la personalidad, ¿no tendríamos que ver en ello una forma de querer manifestarse la sombra personal y colectiva de nuestra sociedad para poder actuar en consecuencia?

[1](#) . NEUMANN, Erich, *Psicología profunda y nueva ética*, Argentina, Compañía General Fabril Editora, 1949.

X

EROS Y DESEO

*Se asemeja tu talle a una palmera
y tus pechos a racimos.*

*Me dije: "Tregaré a la palmera,
cosecharé sus dátiles".*

Cantar de los Cantares 7, 8.9

Cuenta Platón en *El banquete* que de la unión entre *Poros (El Recurso)* y *Penia (La Pobreza)* nació el demiurgo *Eros*, intermediario entre dioses y hombres; de su madre heredó la necesidad y de su padre la habilidad para intentar satisfacerla, con lo cual nació con él también el deseo. Es cierto que sobre Eros existen en la mitología griega otras genealogías; la más conocida, quizás, la que lo considera un joven dios alado, hijo de *Afrodita* (diosa del amor) –a la que siempre acompaña– y *Hermes* (el mensajero de los dioses), y cuya versión romana la representa *Cupido*, el ángel niño con ojos vendados que lanza por doquier las flechas del amor. Sin embargo la versión platónica contiene algo importante referido a la búsqueda necesitada y carente de amor que, a través de la atracción física, conduce –como meta– al encuentro amoroso con el alma. Quizás en el mito platónico se halle la razón de por qué el erotismo se identifica, en tantas ocasiones, con el deseo, la atracción física y sexual; también en su significado etimológico se encuentra este matiz, pues deseo viene del latín *desidium* que significa a la vez desidia –pereza– y libido o pulsión sexual.

No obstante, deseo y sexualidad no tienen por qué permanecer siempre unidos; el primero es más amplio que la segunda, ya que cualquier necesidad –sea de la naturaleza que fuere– si se torna consciente, entra a formar parte del deseo. Carlos Domínguez, en su interesante y completa obra *Los registros del deseo*, presenta un amplio espectro que va desde el enamoramiento y la pareja hasta la sublimación –como transformación del deseo–, pasando por la autoestima y el narcisismo –formas de deseo en la propia persona– y la amistad; son parte de los amplios horizontes del deseo, más allá de la sexualidad, aunque a menudo aparezca estrechamente vinculado a ella. Si como señala

este autor, desde nuestra condición de seres separados, existe en todos nosotros una permanente aspiración a recuperar la fusión simbiótica de los inicios de la vida, los registros del deseo –como intentos de recuperación de dicha unión– pueden incluir un extenso y variado espectro de contenidos. Aunque no es menos cierto también que cualquier realidad, en cuanto deseada, puede llegar a alcanzar– de alguna manera– una cierta cualidad erótica (la erótica del poder, por ejemplo).

Así las cosas, será necesario realizar un largo itinerario vital –señala Domínguez– “una compleja historia de elaboraciones psíquicas para que el ser humano llegue a asumir su condición de ser separado, de sujeto faltante, que, por ello mismo, no podrá sino desear”;¹ el hombre –por naturaleza– es pues un ser que desea. El cordón umbilical cortado en el nacimiento, que nos separó biológicamente de la madre, se convierte en la referencia simbólica de otros *cordones umbilicales* que a lo largo de la vida necesitamos cortar a nivel psíquico, si queremos llegar a ser personas adultas, a sabiendas de que algunas conexiones no lleguen quizás a romperse nunca. En todo este proceso aparecerá como trasfondo el tema del deseo, con la tensión entre elementos que lo acompañan: lo real y lo imaginado, lo negado y lo conseguido, la transgresión y la norma, la culpa y el placer..., pues el conflicto y la frustración forman parte del acto de desear.

Aunque realicemos nuestros deseos, el objeto último del deseo nunca se satisface, pues remite a un paraíso perdido que jamás se podrá recuperar. En cierta medida esta idea está contenida también en la misma etimología latina del término, pues desear tiene que ver con el verbo latino *desiderare* (*más allá de los astros –sidere–*) y que evoca –ya en la misma etimología– la inmensa lejanía que existe entre el sujeto que desea y el objeto deseado. Por tanto, la maduración humana comporta renunciar a ese paraíso y asumir conscientemente nuestra carencia, pues no hay nada ni nadie que pueda colmar plenamente nuestro deseo más profundo. La ley del deseo aparece unida a la ley de la difícil alteridad, pues el otro no puede ser todo para mí ni yo soy todo para el otro, ya que en cada presencia hay también ausencia, la cercanía comporta distancia, en toda unión hay a la vez abismo. En última instancia, pertenecemos a un Misterio que san Agustín –en lenguaje religioso– expresó de manera acertada: “Nos hiciste, Señor, para Ti y nuestro corazón está inquieto hasta que no descansa en Ti”. Como señala, de otra manera, J. Garriga referido

al amor de pareja, hay que pasar del *sin ti no puedo vivir/ hazme feliz al sin ti también me iría bien/deseo que seas feliz*, pues “somos dos adultos que nos sostenemos sobre nuestros pies, no dos niños buscando a sus padres”.²

Pero si el deseo extralimitado puede ser devastador, generando a la vez insaciabilidad y voracidad, vaciedad y sinsentido, también su negación y rechazo sistemáticos ocasionan consecuencias negativas, ya que los deseos ignorados pasarán a formar parte del mundo inconsciente mediante el mecanismo de la *represión*. Esto significa que los objetos del deseo, escindidos de la parte consciente y relegados de este modo al inconsciente no desaparecen, sino que desde el desconocimiento reclamarán su aspiración a ser satisfechos a través de otros contenidos, como pueden ser: ansia de poder, adicciones, consumo, acumulación, posesividad..., como forma sustitutoria de satisfacer por un lado lo que se niega por otro.

El resultado puede llegar a ser grave, pues contribuye al desconocimiento de uno mismo y de las motivaciones reales que rigen las opciones fundamentales de vida; podemos llegar a estar bastante perdidos a propósito de quiénes somos y qué hacemos, con la consiguiente frustración de fondo que –al final– todo ello puede generar. Como indica C. Domínguez en su ya mencionada obra, el deseo reprimido intentará mostrarse tímidamente a la conciencia disfrazado en forma de sueños y de neurosis (ésta se traducirá con frecuencia en manías, rarezas y otros trastornos del carácter). Sin embargo, dichos síntomas pueden también servir de toma de conciencias para iniciar un camino terapéutico que conduzca al autoconocimiento y autenticidad de vida.

Para el filósofo francés André Comte-Sponville, el deseo es la fuerza imprescindible que impulsa al hombre a vivir, alcanzando en la sexualidad y en el erotismo su expresión más clara y significativa, hasta el punto de que la ausencia de deseo es síntoma de una especie de muerte en vida. Considera este autor que el erotismo es la sexualidad que persigue como meta el disfrute del deseo, y no la reproducción, incluyendo en él la dosis de transgresión que esto comporta.³ Esta postura, que muy bien podría representar a nuestra sociedad occidental secularizada, en la que se destierra toda dimensión trascendente de la realidad, ya que la realidad inmanente –tal como es percibida– constituye la dimensión última de la existencia, contrasta con la visión oriental y especialmente con la del budismo.

Para Oriente, el deseo es constitutivo de un yo separado que remite y anticipa –por el simple hecho de desear– a un futuro que no existe, y que nos desaloja de la realidad del presente. Ese yo (ego) no tiene consistencia, es una ilusión, pues se trata de una artificiosa creación mental que genera dualidad entre la realidad y nosotros, ya que solo existe en nuestra mente pensante; el deseo, además, acentúa dicha dualidad, pues forma parte de nuestra identidad separada y genera sufrimiento al no poder satisfacer la permanente insatisfacción del yo. Por tanto, extinguir el deseo –no desear– es la única forma de poder trascender el yo y eliminar el sufrimiento.

¿Cómo es posible entender que Oriente y Occidente puedan manifestar visiones tan contrapuestas sobre una cuestión tan importante? ¿No se tratará de dos tipos de experiencias que perteneciendo a niveles diferente de la realidad, según la tesis wilberiana, cada una comporta un grado de verdad acorde con su nivel? ¿Sería posible realizar una síntesis de ambas que, lejos de un fácil y cómodo concordismo, posibilitara un mayor acceso a la realidad? No sé si estas cuestiones pueden encontrar alguna clarificación en la distinción entre deseos del ego y deseos del alma o *anhelos*. El deseo del ego es de lo que hemos hablado hasta aquí y puede haber quedado suficientemente explicitado con lo hasta ahora dicho. ¿Qué serían entonces los deseos del alma? ¿En qué consiste el anhelo? Posiblemente tenga que ver con los impulsos más auténticos y nobles de nuestro ser como expresión de nuestra vida divina, la cual, encarnada en cada uno de nosotros, se despliega a través de la experiencia humana. El alma busca la unión de nuestro ser con el Ser, que muchos llamamos Dios, e intuye los caminos para el encuentro, por duros y difíciles que sean.

El anhelo no excluye nada que sea verdaderamente humano, incorpora también el erotismo y la sexualidad, que pueden vivirse de forma integrada y enriquecedora. Desde esta perspectiva Eros llegaría a alcanzar su más auténtico significado freudiano de impulso de vida que, de forma integrada, realiza su fecundidad y creatividad en la comunión entre seres humanos adultos, por medio de la acogida y apertura respetuosa al otro. Se podría afirmar, por tanto, que el erotismo es una cualidad del alma que contribuye a abrimos a la vida y a fluir con ella, cuando no añadimos nada postizo ni intencionado; en este sentido, el alma y la espiritualidad son eróticas por ser manifestaciones transparentes de la vida. Eros provoca, además, encuentro y unión al difuminar

los límites que separan, creando un espacio de satisfacción y plenitud que llamamos intimidad –con sexualidad o sin ella– que puede ser vivido y sostenido desde el alma.

El arte ha sabido plasmar en la expresión del cuerpo y del rostro, a menudo con inusitada belleza, la similitud que existe entre la experiencia mística y la experiencia sexual. Tanto en pintura como en escultura de temática religiosa cristiana podemos contemplar con frecuencia esa simbiosis entre ambas dimensiones; tal es el caso, por ejemplo, del genial grupo escultórico de Bernini: *El éxtasis de santa Teresa*, donde mística y erotismo se aúnan en la expresión del rostro de la santa. Si el arte religioso muestra a menudo *el eros de lo místico*, en la pintura de Julio Romero de Torres descubrimos un ejemplo de *la mística del eros*; los cuerpos desnudos de las mujeres y sus expresiones, que alcanzan niveles transgresores en los lienzos del pintor cordobés, se integran paradójicamente en una atmósfera religioso-alegórica, a menudo dualista, que atisba hondos horizontes espirituales.

La película *Teorema* dirigida en 1968 por Pier Paolo Pasolini muestra de forma magistral y dramática algunas de las cuestiones señaladas más arriba, intercalando un trasfondo de referencias bíblicas, con frases del Antiguo Testamento e imágenes del desierto que evocan la travesía, la prueba y la transformación. Una familia acomodada de Milán recibe la misteriosa visita de un joven (Terence Stamp) que se instala en la casa como un miembro más, siendo acogido con generosa hospitalidad. Poco a poco el extraño huésped entra en contacto con cada uno de los miembros de la familia, incluida la sirvienta, despertando en ellos horizontes nuevos e insospechados, en los que el erotismo y la sexualidad juegan un papel determinante en todos los casos. De pronto el visitante se marcha, pero su ausencia deja en los personajes un tremendo vacío que no saben cómo llenar, pues el paso del misterioso joven ha generado en todos ellos unas posibilidades de autoconocimiento y transformación, que desbaratan los esquemas inauténticos de la sociedad burguesa en la que estaban instalados. Solo Emilia –la sirvienta– (Laura Betti) acierta en la transformación que provoca la corta estancia del visitante (que bien puede representar el paso del mismo Dios), volviendo a la humildad de sus orígenes familiares y descubriendo allí una extraordinaria dimensión espiritual y mística que apaga todo tipo de deseo, y que la película pone de manifiesto a través de imágenes surrealistas de intensa carga simbólica. Los componentes de la familia

burguesa entran todos en una profunda crisis existencial en la que cada uno, a su manera, queda atrapado. El paisaje desértico del final, que atraviesa el padre de la familia, enloquecido y sin rumbo, es la expresión plástica del desierto interior en el que han quedado inmersos los personajes.

Llegados a este punto, bien podríamos entrever que deseos y anhelos constituyen el entramado –quizás a diferentes niveles– del único y complejo camino que los seres humanos hemos de transitar para vivir la vida manifestada y desplegada en todos y cada uno de nosotros; eso sí, en medio de aciertos y desaciertos, pasiones y extravíos, tormentos y éxtasis. Deseos y anhelos constituyen distintos estratos del dinamismo de una búsqueda profunda que conduce hacia nuestra plenitud, el impulso arrollador de una apertura cada vez mayor que nos introduce en la paradójica presencia en la ausencia de Dios en nosotros. Hacia Él somos atraídos –lo sepamos o no– como un imán, pues “en Él vivimos, nos movemos y existimos” y en el camino tortuoso de esa atracción se manifiestan los deseos que hemos de purificar y equilibrar en un proceso que nos va descentrando del “yo auto-referencial” a la vez que nos introduce en la espaciosidad de plenitud que anhelamos, salvando –en palabras de Serafín Béjar– “la desproporción entre lo anhelado y lo conseguido” y transformando “el deseo de salvación en salvación en deseo”.⁴

¹ . DOMÍNGUEZ MORANO, Carlos, *Los registros del deseo. Del afecto, el amor y otras pasiones*, Bilbao, Serendipity, 15, Desclée De Brouwer, 2001, p. 34.

² . GARRIGA, Joan, *El buen amor en la pareja. Cuando uno y uno suman más que dos*, Barcelona, Destino, 2013.

³ . COMTE-SPONVILLE, André, *Ni el sexo ni la muerte. Tres ensayos sobre el amor y la sexualidad*, “El erotismo”, Barcelona, Paidós, 2012, pp. 149-172.

⁴ . BÉJAR, Serafín, *Cinco razones para creer. Experiencias de la desproporción*. “El deseo: La desproporción entre lo anhelado y lo conseguido”, Santander, Sal Terrae breve, 2013, pp. 23-36.

Tercera parte

EL CAMINO

*“Ponte a salvo; por tu vida, no mires atrás
ni te detengas en la vega...
La mujer de Lot miró atrás y se convirtió en
estatua de sal.”
Génesis 19, 17.26*

XI

EL RETORNO

*Yo adivino el parpadeo de las luces que a lo lejos,
van marcando mi retorno.
Son las mismas que alumbraron, con sus pálidos reflejos,
hondas horas de dolor.*
A. Lepera, canción *Volver*

En el evangelio de Lucas encontramos dos textos paradigmáticos que señalan el camino interior de ida y vuelta que todo ser humano debe realizar en la vida para poder vivirla en plenitud, no en vano su evangelio está escrito precisamente en clave de *camino*. Se trata de *la parábola del hijo pródigo* (Lc 15, 11-31) y *los discípulos de Emaús* (Lc 24, 13-35); ambos textos, en los que merece la pena captar la fina agudeza con que son retratados los personajes, como si de una puesta en escena cinematográfica se tratara, contienen interesantes claves hermenéuticas que, más allá del momento histórico y del contexto en que fueron escritos, aportan una valiosa orientación en todo proceso humano de transformación o crecimiento interior. Dice la tradición –o la leyenda– que el autor del tercer evangelio era pintor, además de médico, y que realizó un retrato de la madre de Jesús. Probablemente esto último tenga poco fundamento histórico, pero lo que no podemos negar es que Lucas es un excelente retratista del alma humana.

El primer relato lucano, también conocido como *la parábola del padre misericordioso* o de *los dos hijos*, perfila magistralmente los rasgos psicológicos y espirituales de dos situaciones que pueden ser bien reconocidas en la vida real; el hijo mayor no solo representa a la persona religiosa satisfecha de sí misma, atrapada en la religión del mérito –fariseos y escribas en tiempos de Jesús, a los que va dirigida la parábola (Lc 15, 1-3)–, sino que, desde una lectura actualizada, va más allá, mostrando los rasgos fundamentales que definen el comportamiento del ego. Éste es incapaz de amar y de reconocer y acoger el don de la gratuidad, pues su identidad congelada se asienta bajo las prescripciones del *todo tiene un precio*, por tanto nada es gratuito. Se comprende ahora que, desde estos presupuestos, utilizados como norma de

vida y tan frecuentes en nuestra sociedad, resulte imposible realizar un proceso que conduzca a la transformación personal, es decir a *la conversión* o al llamado *despertar*, pues la naturaleza del ego es insensible a la misericordia.

El hijo menor representa, por el contrario, la realización de un doble camino, el primero –o la primera parte– de ida, que tiene como punto de llegada la toma de conciencia de la vaciedad del ego, o estado de profunda insatisfacción, que a menudo solo puede ser percibido con la irrupción en la vida de la persona de situaciones llamadas límite o de *tocar fondo*; en estos estados (enfermedad, muerte, separación, fracaso profesional o familiar...) el dolor provocado por tales experiencias hace despertar el anhelo del alma: “Me levantaré, me pondré en camino adonde está mi padre [...] Se levantó y vino a donde estaba su padre” (Lc 15, 18.20). La segunda parte del camino –o camino de retorno– tiene pues como punto de partida dicha toma de conciencia, y como llegada la realización del anhelo del alma: el encuentro con el Misterio de lo divino, representado por *la casa del padre* –nuestro hogar– donde se recupera la plenitud que nunca se perdió, la condición de hijos de Dios de la que nos habíamos desconectado. Este camino de retorno, en la vida real, no supone necesariamente que los problemas que provocaron el estado de crisis hayan desaparecido; por el contrario, pueden quedar irresueltos o incluso agravados, pero han representado la oportunidad para una transformación interior que permite ver y experimentar la realidad de manera bien distinta.

En *los discípulos de Emaús* (Lc 24, 13-35) se hace la narración de un viaje interior de dos personajes, uno de ellos llamado Cleofás (24, 18) y el otro innominado –al parecer es intención del evangelista que en el segundo se reconozca el propio lector–, en el escenario de un camino geográfico entre Jerusalén y Emaús que ambos recorren en situación de huida, ocasionada por la profunda crisis de sentido que desencadenó en los discípulos la muerte en cruz de Jesús. En el marco escenográfico del camino –con todo su simbolismo–, Lucas dibuja con maestría, en los primeros momentos de la narración, los síntomas de la *crisis* de los dos personajes y la desestabilización progresiva de las seguridades que configuran el ego: discusión entre ellos (24, 15.17), profunda decepción ante el derrumbamiento de las expectativas que están en el origen de la crisis (24, 18-24), decisión de abandonar el grupo en Jerusalén y trasladarse a Emaús... En esto, irrumpe en el camino un Misterioso Acompañante –Jesús Resucitado– y se pone a caminar con ellos, “pero sus ojos

son incapaces de reconocerlo” (24, 16).

La ceguera –o imposibilidad de la visión del alma– de los dos caminantes va acompañada también de tristeza (24, 17) –quizás melancolía–, síntomas que suelen aparecer en los estados de crisis profunda o de sinsentido debido a la pérdida de alguien o algo importante, lo que obliga a nuestros protagonistas a detenerse (24, 17). En la acertada decisión de parar cuando aparecen este tipo de situaciones, se halla el comienzo de una solución, pues la posibilidad de iniciar un proceso de transformación interior lleva consigo el distanciamiento de las realidades habituales y el tiempo necesario para comenzar a ver las cosas desde una perspectiva más profunda y auténtica. Se trata de algo que nuestra sociedad –en general– no suele entender, ofertando a veces todo lo contrario, es decir la inmersión en numerosas actividades y proyectos, lo que en la práctica no contribuye más que a adormecer y prolongar los síntomas depresivos sin sanarlos, ocasionando de este modo un estado crónico de insatisfacción, que perpetua en muchas ocasiones una depresión latente.

El Misterioso Acompañante del camino de Emaús toma la iniciativa a partir de un momento, sometiendo a los dos caminantes a una profunda terapia que tendrá como resultado final la sanación de la ceguera, o recuperación de la visión del alma que permite ver con ojos nuevos: “Entonces se les abrieron los ojos y lo reconocieron” (24, 31). Para iniciar este camino interior, el Divino Terapeuta no emplea ningún tipo de discurso ejemplar, ni siquiera referido a Dios, sino que echa mano del sabio recurso de la escucha. Deja, pues, en primer lugar, que nuestros hombres se desahoguen a través del relato de sus inquietudes vitales (24, 19-24) y, después de oírlos en silencio, Él toma la palabra y los confronta con otros relatos (las Escrituras), en los que se narran historias experienciales de salvación –sanación– protagonizadas por Dios en favor de los hombres (24, 25-27).

Este tipo de encuentros interpersonales resultan por desgracia infrecuentes en nuestra sociedad moderna a causa, entre otras razones, del carácter individualista y auto-referencial en el que nuestra cultura nos sumerge. Por un lado, no sabemos escuchar; es decir, resulta problemático para el hombre actual abrirse incondicionalmente a lo que el otro nos trae y acoger en silencio sus palabras como don y regalo, sin caer en la trampa de la pronta intervención protagonista y auto-referencial del oyente. Por otra parte, no es menos cierto que muchos relatos son expresión de rasgos neuróticos del carácter, pues la

persona que habla no está dispuesta a romper tampoco con la centralidad de su propio ego que –en el fondo– no desea cambiar, intentando solo que el interlocutor le conceda la razón con la que auto-justificarse y seguir permaneciendo en un estrecho círculo cerrado, por medio de la reiterada repetición del mismo discurso.

Pocos directores de cine como Ingmar Bergman han abordado de manera tan honda como plástica el tema de la incomunicación actual en las relaciones humanas, por íntimas que puedan llegar a ser o parecer, alcanzando en el film *Persona* quizás su máxima y genial expresión dramática, sin olvidar otros títulos muy significativos en el mismo sentido, como *La vida de las marionetas*, *El silencio*, *Historias de un matrimonio*, *Pasión* o *Gritos y susurros*.

Volviendo a nuestro relato evangélico, la última parte de la terapia ocurre cuando las etapas anteriores han comenzado a transformar a nuestros dos *pacientes*, y ya “empiezan a arder sus corazones” (24, 32). El Resucitado se vale ahora de la acción simbólica, en concreto la comida compartida. La apertura al símbolo encierra un hondo y milagroso potencial curativo, pues es a la vez lenguaje y alimento del alma, el espacio privilegiado en el que ella se nutre, sale de sí misma y se abre al encuentro del otro. Pocas acciones simbólicas tan arquetípicas y profundas como la mesa que se comparte, pues este gesto va más allá de cubrir la necesidad del alimento corporal, para ofrecer y recibir lo que los seres humanos somos y tenemos. Todo ello debería alcanzar para los cristianos en la Eucaristía su máximo exponente, como aparece sugerido en el relato lucano de la comida eucarística de Emaús, pues es en ese momento cuando “a ellos se les abrieron los ojos y lo reconocieron” (24, 30.31).

A la vista de lo que el evangelista Lucas nos ha mostrado en estos dos pasajes, parece que la salida –o camino de retorno– suele iniciarse de la mano del desengaño o decepción, que hace acto de presencia a través del conflicto con nosotros mismos, nuestras relaciones interpersonales y actividades. En estos momentos, el cascarón protector del ego que habíamos creado desde pequeños y que compensó durante tantos años nuestras deficiencias, comienza a resquebrajarse; la imagen ideal que teníamos de nosotros, hasta entonces tan protegida, empieza a dejarnos insatisfechos y nos hace sentir el cansancio de arrastrar el lastre de un personaje con el que en realidad cada vez menos nos identificamos.

Todo esto puede ocurrir preferentemente en la llamada *crisis de la mediana*

edad de la vida (a partir de los cuarenta años), que aporta una promesa de renovación, aunque transida de sufrimiento; solo la aceptación del sufrimiento que acompaña este proceso es capaz de conducirnos a la otra orilla y ayudarnos a renacer. “¿No era necesario que el Mesías padeciera todo esto para entrar en su gloria?” (24, 26) –nos recuerda de nuevo Lucas–. Solo el dolor integrado nos ayuda a aceptar conscientemente nuestras pérdidas, a sacar mayor fortaleza, y a discernir entre las pautas antiguas de corte dualista del ego, marcadas por enjuiciamiento, culpabilización, victimismo, necesidad de llevar razón, afán de poder..., y una nueva sabiduría que emerge con sencillez y que integra sorprendentemente la paradoja y la sorpresa.

El sufrimiento aporta, además, la dosis de humildad que permite transformar las pérdidas en oportunidades, mostrando el dolor curado sin resentimiento ni enojo. En todo este camino, la meditación aparece como un ejercicio cada vez más valorado desde múltiples experiencias, no porque debamos esperar de esta práctica soluciones a problemas concretos como si de un fácil remedio se tratara, sino porque nos ayuda a acallar la mente y –por tanto– a distanciarnos del ego, a conducirnos a nuestra verdadera identidad y poder descansar en ella, en medio de la realidad que nos toca vivir, sea la que sea.

J. Welwood, psicólogo clínico y psicoterapeuta americano plantea, en su interesante obra *Psicología del despertar*,¹ tres posibilidades diferentes de enfrentar la crisis de identidad que puede presentarse en la mitad de la vida. La primera consiste en “no mover las cosas, y no arriesgarnos a entrar en lo desconocido, aunque nuestras viejas pautas hayan dejado ya de servirnos”; amparada en el dicho “más vale malo conocido que bueno por conocer” esta postura refuerza las corazas del ego pues, con palabras del autor: “...la identidad se vuelve más patológica, porque están utilizándola de un modo deliberado para encubrir las potencialidades más elevadas de su ser”. La segunda posibilidad consiste en sentirnos culpables por nuestro ego y luchar con denodada fuerza de voluntad para llegar a alcanzar pronto el despertar, echando mano, de forma indiscriminada, de la amplia gama de ofertas del nuevo mercado llamado espiritual; solo se consigue, por este camino, cambiar un ego por otro que se cree más elevado. La tercera y única solución posible es abrirnos a nuestra experiencia tal cual es, lo que requiere “la capacidad de permanecer presentes en medio del dolor, el miedo y las experiencias por las que atravesemos.”

Puesto que la conexión con el alma se pierde en los primeros años de vida y luego se puede recuperar a través de este camino que he llamado de retorno, algunas tradiciones espirituales denominan al reencuentro con nuestra verdadera identidad la recuperación de “la perla preciosa o de incalculable valor”.² También Jesús utilizó esta misma imagen juntamente con la de un tesoro escondido en el campo, en dos breves parábolas (Mt 13, 44.45), que invito a leer con detenimiento porque en ellas se encuentran claves de sabiduría sobre lo que significa nuestra alma y el modo de recuperarla. La verdadera identidad es una realidad preciosa, de incalculable valor, que nos llena de plenitud y de vida; la persona se siente completa, no hace falta nada más.

El proceso tiene una parte de *descubrimiento* y otra de *desarrollo*. La verdadera identidad está escondida –enterrada– y el descubrimiento consiste en sacarla a la luz haciéndola consciente; se trata de encontrarse con lo que siempre está pero de lo que nos hemos desconectado; la vida suele presentarnos ocasiones para estos encuentros que todos reconocemos en nosotros por su calidad esencial, una especie de percepción de plenitud, aunque después la olvidemos. Sin embargo la recuperación de la perla o del tesoro comporta también un proceso de desarrollo, que se traduce en el despliegue e integración progresiva de las cualidades del alma en una síntesis completa y armoniosa, en cuyo proceso merece la pena empeñarlo todo, convirtiéndolo en el objetivo prioritario de la vida, como muy bien se subraya en las dos parábolas referidas.

Este camino es recomendable –en algunos momentos resulta imprescindible– que sea acompañado por alguien que pueda ofrecer su ayuda y orientación, muy a sabiendas que solo puede ayudar a alcanzar el nivel de crecimiento que el propio acompañante previamente haya conseguido. Con el cuidado de no caer en ningún tipo de dependencia, el guía servirá de espejo donde la persona acompañada se pueda ver reflejada en las cualidades auténticas de su alma, pudiéndole brindar, de este modo, un auténtico y sincero discernimiento que ilumine el mencionado camino.

¹ . WELWOOD, John, *Psicología del despertar. Budismo, psicoterapia y transformación personal*, Barcelona, Kairós, 2002, pp. 57-58.

² . A-HAMEED Alí, *Almaas, La Esencia. El enfoque Diamante para la realización interior*, Madrid, Equipo

Difusor del Libro, 2003, pp. 216-226.

XII

EL DOLOR

*Sufrieron al combatir contra el sufrimiento,
mas su sufrimiento fue digno, gratificante y
profundamente liberador*

Leonardo Boff

Es cada vez más frecuente que en cursos y libros de Psicología y Espiritualidad se aborde la distinción entre dolor y sufrimiento. El primero tiene que ver con un impacto desestabilizador que produce daño, a raíz de una agresión o pérdida que afecta física, emocional o mentalmente y perdura hasta que la persona se puede restablecer; se trata, por tanto, de una experiencia sensorial y emocional. El segundo tiene las mismas causas que el primero, siendo la respuesta cognitivo-emocional con la que reaccionamos ante el dolor, pero puede durar indefinidamente aunque la situación que provocó el dolor haya desaparecido, debido –la mayoría de las veces– a la falta de aceptación, no hacer frente a la situación, o quedar atrapado en ella mental y emocionalmente; resistir el dolor supone por tanto sufrir. Martínez Lozano en su interesante libro *Crisis, crecimiento y despertar*¹ aborda con acierto estas importantes cuestiones, señalando desde el principio la gran diferencia que existe entre la aceptación del dolor –si se vive como oportunidad de crecimiento cuando se presenta– y el sufrimiento como resistencia, manifestada en forma de victimismo, queja o lamento.

Es cierto que el sufrimiento alcanza en el victimismo una de sus mayores y más habituales expresiones, pues genera en la estructura del ego –a menudo de forma inconsciente– una sensación de fortalecimiento del mismo, un refuerzo de su identidad, que le proporciona consistencia y vitalidad, a base de contarse historias, con las que el sujeto se recrea en su desgracia, reclamando –como un niño caprichoso– atención de los demás, o percibiéndose bueno e inocente a costa de considerar a los otros malos y culpables de su situación. ¿Qué pasaría si un día desapareciera la enfermedad que el sufriente necesita para hacerse la víctima? o ¿dónde quedaría la sensación de identidad que una persona ha construido a base de culpar a los demás de sus desgracias, si la realidad le

demostrara que no es así? Probablemente estos sujetos no sabrían en esos momentos quiénes son –con todo el malestar desestabilizador que supone para el ego–, por eso se utiliza la enfermedad en el primer caso y la culpabilización de los demás en el segundo para mantener y alimentar la propia identidad. Como señala Martínez Lozano en su obra², el atractivo del victimismo radica en su narcisismo y en su carácter histérico; haciéndose la víctima, el sujeto se constituye en el centro de todo y con el recurso de la histeria, la persona piensa que ama más que nadie, sin creerse correspondida, aunque no reconozca en el fondo su falta de gratitud y de desapropiación.

A pesar de la gran verdad que entraña lo hasta ahora dicho y las importantes pistas que todo ello proporciona para una terapia del sufrimiento, creo que no es menos cierto que dolor y sufrimiento nacen juntos, pues sufrir es la pasión de sentir el dolor, lo que supone que en las primeras etapas de aparición de una situación que nos daña, no resulte nada fácil separar o distinguir el uno del otro. El hecho de que a menudo –incluso en trabajos de psicología y espiritualidad– se empleen los dos vocablos como sinónimos, parece dar alguna razón a la idea que acabo de exponer; con lo cual, expresiones muy usadas y difundidas en la actualidad a través del budismo, tales como “el dolor es inevitable y el sufrimiento opcional” o “elegimos sufrir”, pueden ser generalizaciones –en determinados casos– un tanto inadecuadas, que se prestan a crear una cierta desazón y desconcierto sobre todo en quien las padece. ¿No existirá unas veces un sufrimiento insano, y otras uno sano que podamos diagnosticar y tratar de diferente manera? ¿No habrá que distinguir entre un tipo de sufrimiento neurótico de otro que no lo es?

Sin duda que luchar por una causa justa hace digno el sufrimiento que dicha tarea supone, y como señala Leonardo Boff³, “causa justa” es tomar partido por la justicia de los explotados y por los derechos de los últimos en contra de situaciones y sistemas que atropellan la dignidad humana. “Bienaventurados los sufridos porque ellos heredarán la tierra” (Mt 5, 4) es la expresión más esperanzada de que hay tipos de sufrimiento que son profundamente transformadores para bien personal y colectivo; sin embargo, también es una gran verdad que ciertos sufrimientos son grandes aliados de la falta de fundamento sobre el que se llega a construir la vida, recurriendo, en estos casos, a la neurosis, que proporciona al menos algo concreto a lo que uno se puede aferrar.

Si la formación del ego se construye en los primeros años de la vida con la creación de capas o corazas protectoras, como reacción a las numerosas situaciones dolorosas por las que tuvo que pasar el niño, parece inevitable que la recuperación del alma necesite el atravesar dichas estructuras rígidas, y revivir, de adultos, el dolor –a menudo intenso– que tales capas soterraron y protegieron en la niñez. En esto consiste gran parte del trabajo de la psicología profunda; permaneciendo en el dolor –tal como aparece– disolvemos poco a poco las corazas y vamos recuperando nuestra verdadera identidad.

La capacidad de apertura y conexión conscientes en medio del dolor, se llama *vulnerabilidad*. Lo que la mayoría de la gente entiende por vulnerabilidad se identifica con un cierto tipo de personalidad frágil e insegura, una falta de fortaleza interior que expresa el débil anclaje y consistencia de la persona. Pero la vulnerabilidad a la que me refiero –poco conocida y valorada– es otra cosa: es una poderosa capacidad para permitirse ser en medio de la aparición del dolor, permaneciendo abiertos al mismo; es la aparente debilidad de estar presente en la aceptación de la realidad que encierra una gran fuerza interior, manifestada espontáneamente a través de la amabilidad y la bondad con uno mismo y con los demás. La verdadera vulnerabilidad permite que la ternura del corazón abierto y herido se transforme en fuerza poderosa que realiza la conexión con nuestra verdadera identidad y con la de los otros. La simbólica cristiana lo expresa de modo admirable en la imagen del Sagrado Corazón de Jesús: un corazón inflamado por el fuego de la compasión y a la vez abierto al dolor, representado por la corona de espinas que lo envuelve y por la herida del costado. La verdadera compasión es un poderoso antídoto contra el sufrimiento y la neurosis, pues contrarresta el sentimiento de alienación y desgracia.

Por el contrario, el dolor enquistado a lo largo de la vida en forma de antiguas emociones, que no han sido afrontadas ni superadas, y que aún perviven en el adulto, se va acumulando en lo que Eckhart Tolle llama “cuerpo-dolor”.⁴ Según este autor, toda experiencia emocionalmente dolorosa puede ser utilizada para alimentar el cuerpo-dolor, por medio de pensamientos negativos y emociones dramáticas, arrastrando a otras personas en esa especie de adicción a la infelicidad, lo que genera un cuerpo-dolor cada vez más denso y pesado.

Sin embargo –siguiendo con E. Tolle–, no siempre la persona que arrastra un cuerpo-dolor pesado tiene menos posibilidades de acceder a la vida espiritual que otra de cuerpo-dolor ligero; a veces es lo contrario, dependiendo de cómo

se gestione el dolor y el sufrimiento. Muchas personas que han llevado una vida difícil experimentan que –gracias a las dificultades vividas– han alcanzado un grado de compasión y amor a la vida que no hubieran conseguido si sus existencias hubiesen sido más benignas, pues afrontar las situaciones difíciles y las emociones negativas ayuda más a despertar que lo pueda hacer cualquier tipo de placer.

En este sentido, la psicoanalista Polly Young-Eisendrath considera en su libro *La renovación del espíritu*,⁵ basado en un gran número de casos vividos en su consulta, que las personas excepcionales que ha conocido padecieron –en muchos casos– infancias muy traumáticas, pero supieron, ya desde niños, encontrar a su dolor un profundo sentido humanitario y espiritual. Suelen ser –relata esta autora–⁶ niños especiales, dotados de una gran resistencia interior, que no encajan en el contexto de su familia de origen, caracterizado por factores de riesgo susceptibles de ocasionar graves trastornos psicológicos. Algunos de estos factores suelen ser: grave discordia familiar, estatus social y familiar bajo, delincuencia del padre, trastornos psicológicos de la madre, internamiento del niño en centro público de acogida de menores, etc. La capacidad de resistencia de estos niños, ya sea como respuesta a una infancia desdichada, a una grave enfermedad o pérdida, o a una catástrofe social, se puede traducir en actitudes tales como: compasión y compromiso con los demás, potencial de desarrollo creativo (intelectual, artístico, espiritual...), sabiduría para descubrir el sentido de la propia vida, incluso desarrollo del sentido del humor.

Aunque el tema del dolor y del sufrimiento nos toca a todos, existe un tipo de personalidad para la que es fundamental saber gestionar acertadamente esta cuestión tan decisiva. Se trata de la personalidad melancólica, caracterizada por un estado interior de tristeza que puede llegar a ser permanente o crónico, al que acompaña una fuerte sensación de abandono, pérdida, escasez, privación y falta de autoestima. Dicha tristeza puede desembocar en estados depresivos más o menos intensos, caracterizados por un fuerte pesimismo o negrura interior, con hondo sentimiento de auto-culpabilidad. Pareciera como si este tipo de personalidad empatizara con un connatural apego al sufrimiento, una adicción al dolor emocional, en el intento fallido de conectar –por medio del sufrir– con el objeto perdido y anhelado. Esta pérdida parece estar en el origen de la personalidad melancólica, se trata de la experiencia temprana de haber perdido algo o alguien importante, que muchas veces la persona desconoce,

pero que la deja en una situación de abandono, abatimiento y duelo, que tiñe su estado emocional.

Aparece espontáneamente en estas personas una búsqueda intensa e inconsciente del objeto perdido, rastreando en el pasado con la ayuda de su memoria emocional caleidoscópica que, en ciertos casos, resulta extraordinaria, pues algunas de estas personas conjugan sus sentidos (una especie de *sinestesia*) en la vivencia de recuerdos intensamente coloreados de emociones, que con frecuencia idealizan. Escudriñar los grandes interrogantes de la vida y el sentido de la existencia, es otra forma que este tipo de personalidad utiliza para reconectar con ese *paraíso* en el que una vez estuvo, y que al parecer se perdió para siempre. Se experimentan a menudo incomprendidos y solitarios, arrojados a la existencia, desterrados en “este valle de lágrimas”..., desarrollando espontáneamente –como hábil recurso para expresar su mundo interior– la creatividad artística, pues sufrimiento y arte han estado con frecuencia relacionados.

Artistas como: Vicent van Gogh, Virginia Woolf, Federico García Lorca, Ingmar Bergman..., por citar unos pocos, pertenecieron a este tipo de personalidad. El objeto perdido y buscado con intenso anhelo –a menudo por caminos equivocados– no es otro que la propia alma, cuyo reencuentro supone una conexión con su auténtico origen divino, como si de una *fuentes* se tratara, en donde pueden calmar la intensa sed o apasionado anhelo que les caracteriza. No parece casualidad que dos grandes hombres, san Juan de la Cruz y Thomas Merton, que mostraron en sus vidas rasgos de este tipo de carácter, expresen la experiencia de lo divino como el encuentro con esa *fuentes*. Dice Merton lo siguiente a propósito de la contemplación:

Es una comprensión profunda del hecho de que, en nosotros, la vida y el ser proceden de una Fuente invisible, trascendente e infinitamente abundante. La contemplación es, por encima de todo, la conciencia de la realidad de esa Fuente. *Conoce* la Fuente de una manera oscura e inexplicable, pero con una certeza que va más allá de la razón y de la simple fe. [...] No obstante, la contemplación no es visión, porque ve “sin ver” y conoce “sin conocer”. [...] La poesía, la música y el arte tienen algo en común con la experiencia contemplativa. Pero la contemplación va más allá de la intuición estética, más allá del arte y más allá de la poesía.⁷

¡Con qué sublime belleza habló de la *fuentes* el santo carmelita!:

“Qué bien sé yo la fonte que mana y corre
aunque es de noche.

Aquella eterna fonte está escondida

qué bien sé yo do tiene su manida
aunque es de noche
Su origen no lo sé, pues no lo tiene,
más sé que todo origen de ella tiene
aunque es de noche...”

- 1 . MARTÍNEZ LOZANO, Enrique, *Crisis, crecimiento y despertar. Claves y recursos para crecer en consciencia*. Bilbao, Serendipity, Desclée De Brouwer, 2013.
- 2 . Ibíd. “Elegimos sufrir” pp. 81-93.
- 3 . BOFF, Leonardo “Sufrimiento” In *Conceptos fundamentales del cristianismo*, Valladolid, Trotta, 1993, pp. 1308-1318.
- 4 . TOLLE, Eckhart, *Un nuevo mundo, Ahora. Encuentra el propósito de tu vida*, Barcelona, Debolsillo, 2013.
- 5 . YOUNG-EISENDRATH, Polly, *La renovación del espíritu. Historias de esperanza y transformación después del sufrimiento*, Barcelona, Paidós, 1998.
- 6 . Ibíd. pp. 91-100.
- 7 . MERTON, Thomas, *Nuevas semillas de contemplación*, Santander, Sal Terrae, 2003, pp. 23-24.

XIII

CULPA Y PERDÓN

*El hombre goza y sufre con ese fuego robado a los dioses
que le ilumina su acción, valorando lo bueno y lo malo.
No puede renunciar a él, por muy molesto que le resulte.*

Luis Zabalegui

Cierto día, un sacerdote mayor –un hombre bueno– me hacía a propósito del “perdón de corazón” que se nos urge en el Evangelio (Mt 18, 35) la siguiente reflexión: “está muy claro lo que Jesús nos pide, se trata de cumplirlo sin plantearse mayores complicaciones”. Me quedé confundido y preocupado ¡Como si lo que atañe al corazón fuese siempre tan fácil de conocer! ¿No tiene el corazón regiones profundas y escondidas, que la mayoría desconocemos y que permanecen deshabitadas por nosotros mismos? Por otra parte, no pude evitar en esos momentos que las palabras del buen sacerdote me recordaran lo que –por desgracia– ha ocurrido tantas veces en la religión: el *voluntarismo* como forma de cumplimiento religioso, el mejor terreno abonado a la *religión del mérito* de la que Jesús tanto se distanció en el Evangelio ¿No será todo esto una muestra del desconocimiento que tenemos del corazón? Reconozco con sinceridad que el tema del perdón no me parece sencillo, pues los seres humanos ocasionamos grandes sufrimientos que a veces resultan complejos de gestionar y de superar en profundidad.

Cada vez estoy más convencido que el verdadero perdón solo procede del alma; el ego jamás perdona de corazón, sobre todo cuando se trata de cuestiones graves o muy graves. Las heridas hondas, perpetradas tanto a niveles personales como institucionales o sociales, no se curan tan fácilmente y, en este sentido, una pronta llamada al perdón manifiesta un desconocimiento de la psique humana y del proceso que conlleva la recuperación del dolor. Esta cualidad del alma –la de perdonar– creo que solo aparece cuando la herida provocada por la ofensa queda –o va quedando– curada, quizás ahí, y solo desde ahí brote la capacidad –incluso espontánea– que tiene el alma de otorgar un perdón auténtico. La sanación a la que me refiero no exige el olvido ingenuo de la gravedad del hecho, lo que impediría o falsearía la verdadera

reconciliación, permitiendo en ese caso, incluso, nuevas y mayores transgresiones, sino que representa la posibilidad de recordar el hecho doloroso sin odio ni rencor, rompiendo así la disyuntiva de si el perdón conlleva o no el olvido de la afrenta.

Por otra parte, el perdón también tiene mucho que ver con la capacidad que tengamos para perdonarnos a nosotros mismos, pues no podemos dar lo que no tenemos o somos, ya que la posibilidad de reconciliación con el otro o con los demás pasa necesariamente por la reconciliación con uno mismo. Esto tampoco es nada fácil –en muchos casos– si no conocemos qué es lo que se tiene que perdonar cada cual en su interior, al permanecer sumergido en las profundidades del inconsciente. En fin, una prueba más de que es complicado adentrarse en los entresijos del corazón... Con todo ello, me atrevo a decir que perdón y curación son la misma realidad, y que dicha restauración necesita de una auténtica y consciente conexión con lo mejor de nosotros mismos.

Creo que habitualmente se dan muchas palabras huera de perdón que se las lleva el viento y que no llegan al alma, ya que son pronunciadas y supuestamente otorgadas desde el ego y, como ya se ha dicho, el ego no perdona. Desde la formulación diplomática de cortesía para quedar bien, pasando por la necesidad de perdonar para sentirse bueno ante sí mismo siguiendo los dictámenes del *superyó*, o incluso con el ofrecimiento de una fórmula de perdón prepotente con la maliciosa intención de humillar al otro y quedar por encima de él...; el ego utiliza toda clase de artimañas, en esta cuestión y en tantas otras –incluidas las más nobles y sagradas–, para su auto-justificación y endiosamiento.

La psicología sistémica de B. Hellinger¹ ha descubierto –como uno de sus principios más básicos y poderosos– la eficacia curativa de las palabras cuando éstas son sentidas y pronunciadas desde el alma, hecho que se confirma muchas veces en la práctica de una manera sorprendentemente beneficiosa (esta misma experiencia ya aparece en la oración que antecede a la comunión: “Señor no soy digno de que entres en mi casa, pero una palabra tuya bastará para sanarme”). Sin embargo la terapia sistémica toma distancia de la palabra *perdón*, cuya pronunciación evita, por considerar que está histórica y culturalmente muy contaminada de elementos engañosos del ego que no se demuestran para nada curativos, sino todo lo contrario. Independientemente del grado de verdad que pueda contener este planteamiento sistémico, su

conocimiento puede servir de ayuda para purificar el perdón de engaños y manipulaciones.

Hellinger argumenta su tesis afirmando que cuando el agresor pide perdón por un mal que ha ocasionado, está aumentando en el perjudicado el peso interior que ya le ha provocado con el daño en sí; como si el agraviado no tuviera suficiente con la carga que el otro le ha ocasionado, tiene que soportar, además, la sobrecarga que le supone el compromiso de tener que perdonarlo, quedando el culpable supuestamente justificado y liberado por el simple hecho de haber pedido perdón. Según este autor, esto nunca funciona bien a nivel del alma; una dinámica de fondo más curativa para ambos es que el que ha realizado el mal exprese su dolor al perjudicado y acepte las consecuencias que se puedan derivar de su ofensa, incluida la posibilidad de distanciamiento o ruptura de la relación que hasta ese momento existía.

Por otra parte, el planteamiento de Hellinger respecto al agraviado que de entrada y sin más concede su perdón al culpable, es que esta actitud tampoco es saludable, pues con ello el ofendido se cree mayor y se coloca energéticamente por encima, generando un peso difícil de soportar para el que ha sido perdonado, lo que acaba provocando poco a poco que éste tome distancia en la relación. En este caso –continúa el psicoterapeuta alemán– resulta especialmente equivocado que los hijos se crean con el derecho de perdonar a los padres, pues al colocarse por encima de sus progenitores con el perdón que les conceden, el orden de la relación familiar y su dinámica profunda se acaban trastornando.

La herencia cultural y educativa de otros tiempos, parece haber dejado la huella subconsciente, en ciertas personas, de que no existe verdadero perdón sin permanecer resignadamente en relaciones personales de carácter tóxico o destructivo, sirviendo a las demandas de las que se nutren ciertos egos de naturaleza patológica, agresiva o violenta. El consuelo que puede generar en personas sumisas, que padecen este tipo de relaciones, de creer que su postura es la más humanitaria o cristiana, pues es la que mejor manifestaría el verdadero perdón, les impide ver –a menudo– que tanto el violento o aprovechado como el que lo padece se necesitan y atraen mutuamente en sus respectivas patologías. Es decir, tan del ego llega a ser el papel de verdugo como el de víctima, siendo necesario descubrir que el ofrecimiento de un auténtico perdón no significa mantener y propiciar situaciones y relaciones que

van en contra de la dignidad humana, puesto que no son nada saludables para ninguna de las dos partes.

Es cierto que muchas veces habría que agotar las posibilidades disponibles que conduzcan a un cambio, entre ellas el diálogo con el que poder flexibilizar y llegar a modificar posturas dañinas; pero esto no siempre es posible, pues por desgracia, en bastantes ocasiones, las dos partes *no hablan el mismo idioma*, resultando inútil toda posibilidad de encuentro dialogante. No olvidemos que en personas muy atrapadas en su ego, cualquier otra postura que no sea la suya es vivida como una amenaza a su estabilidad emocional básica, reaccionando con el desagradable mecanismo de la violencia, el dominio, o las manías intolerables, como forma de auto protección.

La toma de conciencia de la necesidad de restaurar el daño ocasionado, aparece vinculada a los sentimientos de culpabilidad que deberían existir en toda persona cuando ocasiona cualquier tipo de ofensa o daño. El dinamismo de una sana culpabilidad es una señal de madurez y sensibilidad humana y de aprecio por los valores que fomentan una auténtica convivencia. Percatarse de los errores y defectos de cada uno, desarrollando una ajustada auto-crítica, es siempre una necesaria y saludable actitud que está indicando madurez y respeto por los demás.

El origen profundo de esta importante actitud y su gestación, tanto a nivel personal como colectivo, se remonta a las etapas iniciales de la vida humana; el niño –ya desde bebé– experimenta tanto lo bueno como lo malo, lo agradable y lo desagradable, los impulsos de vida y los de muerte; la respuesta inconsciente ante esta dualidad ambivalente, que muy pronto queda interiorizada en el pequeño, es la aparición de una agresividad que le hace sentirse malo o inadecuado, y que lo impulsa a repararla a través del naciente mecanismo de la culpa. Por lo general, los niños tienden a experimentarse culpables del dolor y del sufrimiento que les ocasionan –en algunos casos– sus propios padres, a los que en el fondo siempre exculpan, incluso en casos extremos; esa culpa les lleva a creer que no tienen derecho ni siquiera a haber nacido.

El desarrollo de la culpa en el niño alcanza un momento crucial en la etapa de aparición del *superyó* –del que ya se ha hablado en páginas anteriores–, vigilante policía interior que reafirma con sus dictámenes el modelo educativo y castiga, a menudo de modo implacable, mediante los sentimientos de culpa, el incumplimiento de las normas y los ideales enseñados. Puede aparecer de este

modo, en el escenario infantil, la culpa dañina y corrosiva, que llega a alcanzar niveles altos de desarrollo en los ambientes educativos rigoristas, en los que el castigo es la inmediata respuesta, en cualquier momento, ante la más pequeña de las transgresiones.

Todavía más si cabe, la culpabilidad insana, que nunca es satisfecha ni superada, puede instalarse gravemente para siempre en la vida de las personas cuando éstas han crecido desde pequeñas con el firme convencimiento de que su llegada a este mundo no ha hecho más que complicar la vida de los demás, especialmente de los que más las aman, bien porque la sensibilidad del carácter de estos niños interprete que las situaciones de dolor y carencia existentes en su entorno se deben a ellos, auto culpándose a sí mismos, bien porque los padres les inculquen –ya desde pequeños– la idea de la inmensa deuda contraída hacia los progenitores por haberles dado la vida, la crianza y la educación.

La culpa que siempre está pidiendo más satisfacción y cuya deuda nunca es compensada, se manifiesta no solo en la falta de valía y auto estima con que la persona atormentada por estos sentimientos se experimenta a sí misma, sino en la necesidad de inmolación de la vida en favor de los demás, como mecanismo expiatorio de compensación de una culpabilidad insaciable. Es el caso de mujeres que han dedicado su vida entera a servir en cuerpo y alma a personas o instituciones –incluida la familiar– siendo *servientas de todos* sin ser apreciadas ni valoradas, haciendo realidad la verdad del refranero popular: “cuanto más das menos mereces”, pues acaban resultando invisibles para el resto, incluidos sus familiares más cercanos.

El cuento de *Cenicienta* ejemplifica muy bien esta dolorosa e injusta situación– casi arquetípica– de entrega servil que instrumentaliza a la persona; *Cenicienta* –hija y hermana– es desdibujada por el núcleo familiar que la excluye; no es visible, por lo que es rebajada a la condición de *hijastra* y *hermanastra* y destinada solo al servicio de la familia. En estos casos el camino de la redención exige superar el lamento inútil de lo injusta que es la vida, y caer en la cuenta de los mecanismos dañinos –a menudo escondidos bajo excelsos ideales– en los que la persona está atascada, para liberarse de dicha situación.

La culpabilidad inconsciente encuentra un filón abonado para su crecimiento en el terreno religioso, incluido el cristiano. Ciertas representaciones de Dios, que han tenido un gran calado en el pueblo creyente y en la religiosidad popular,

han podido dejar una profunda huella de sentimientos de culpabilidad, propiciados en gran medida por la interpretación expiatoria de la muerte de Jesús y por la imagen de un Dios-Padre justiciero y castigador que necesita para su satisfacción el sacrificio. En todo este panorama, el miedo se ha ido afianzando hasta hacerse el gran protagonista de tantas conciencias religiosas. Todo lo contrario de lo que Jesús pretendió con su mensaje: arrancar el miedo atávico que nos impide ser humanos y libres.

La película danesa *Rompiendo las olas* (*Breaking the waves*), dirigida en 1996 por Lars von Trier, es un ejemplo en el que se aborda de lleno el tema religioso de la inmolación de la vida, entregada como sacrificio expiatorio. Bess (Emily Watson) pertenece a una rigorista comunidad cristiana escocesa de corte calvinista. Es una joven ingenua y bondadosa, aunque con una inestabilidad emocional muy marcada, que mantiene una extraña relación con Dios, pues supuestamente le habla a través de su propia voz cambiada en un tono grave y castigador. Enamorada apasionadamente de Jan (Stellan Skarsgård), un hombre mundano con quien se casa, éste queda tetrapléjico a consecuencias de un accidente laboral y, a partir de entonces, pide a su esposa que se prostituya. Bess acaba muriendo trágicamente al cumplir con los deseos de su marido, el cual queda sanado de su parálisis a cambio de la inmolación sacrificial de la vida de Bess. La dependencia patológica de un Dios justiciero y, sobre todo, de un marido desesperado, lleva a la protagonista a la muerte como sacrificio y expiación.

¹ . HELLINGER, Bert, *Órdenes del amor. Cursos seleccionados de Bert Hellinger*, Barcelona, Herder, 2005.

XIV

LA RELIGIÓN

Lo que no puede expresarse en palabras y sin embargo es por lo que las palabras se expresan, eso es en verdad el Absoluto, y no lo que las gentes adoran.

Kena Upanishad

La palabra *religión* entraña grandeza en su significado. Proviene de *re-ligare* (volver a unir), re-ligazón con el Absoluto, que irrumpe en nuestras vidas creando unión –comunidad– con Él, con todo lo humano y también con el cosmos. Religión apunta además a *re-legere* o relectura del gran misterio que es el ser, expresada en las grandes preguntas existenciales: quiénes somos..., a dónde vamos..., que acaban cristalizando en teologías, dogmas y creencias. Sin embargo la riqueza del vocablo no termina aquí, sugiere también la religión el *re-eligere* o elección cada vez más honda, desde el centro o alma y no desde la periferia; que cada acto sea cada vez más elegido, o lo que es lo mismo: “que se haga, Señor, tu voluntad”, pues la expansión de la voluntad de Dios nos alcanza a nosotros de tal manera que llegamos a *ser* y no solo a *hacer* su voluntad.

Las tres palabras latinas ligadas a religión tienen en común el prefijo *re* que expresa el dinamismo transformador que configura a las dos partes que intervienen en el encuentro religioso: la realidad trascendente –inefable e invisible– que sale de sí misma para encontrarse con el hombre, y la realidad humana que se deja afectar en la totalidad de su ser, ante la irrupción de lo divino. La persona experimenta el advenimiento de lo trascendente como un don o regalo que supera cualquier expectativa humana, lo que le lleva a existir de un modo nuevo y diferente. A esta realidad divina, a la que se accede mediante una experiencia no racional ni mental, se le llama a menudo *Misterio*, para designar ante todo la trascendencia y la fuerza transformadora que envuelve al ser humano, y no tanto porque sea algo misterioso o escondido que el hombre sea incapaz de descubrir. El misterio se identifica con Dios en las religiones teístas, es una manera distinta de nombrarlo, mientras que en otras religiones existen otros nombres, o se evoca por la ausencia de todo nombre y el vacío de toda

representación.

El teólogo alemán Rudolf Otto señaló dos cualidades paradójicas que la irrupción del misterio provoca: *tremendo* y *fascinante*. El sentimiento de lo tremendo tiene que ver con el temor ante la desproporción existente entre la dimensión divina y nuestra propia realidad humana, pues la persona se experimenta desconcertada y sobrecogida ante ese misterio trascendente e inabarcable. Mediante lo fascinante, el hombre siente una presencia cercana y amorosa, un confiado abandono, que le afecta y seduce en lo más íntimo de su ser, interpeándole de forma incondicional. Se trata pues de una vivencia honda que se experimenta como la entrada en el terreno de lo sagrado, el salto a una especie de cambio de nivel, una transformación en la que la vida adquiere una nueva dimensión desde la que todo se ve y se vive de un modo diferente. Los grandes personajes bíblicos, tanto del Antiguo como del Nuevo Testamento, se nos muestran como ejemplos paradigmáticos de lo que representa –para toda persona– el encuentro con el misterio tremendo y fascinante.

El despertar a la experiencia religiosa suele desencadenar una actitud de búsqueda, pues la presencia del misterio mantiene una tensión también con la ausencia o negación, que lleva al hombre a sentirse insatisfecho e inquieto, a pesar del encuentro con lo divino; la presencia en forma de ausencia impulsa al sujeto a ponerse en camino, rastreando las huellas de lo divino en las realidades y acontecimientos de la vida, que se van percibiendo cada vez con mayor plenitud. Desde este horizonte, la persona religiosa se abrirá a las mediaciones a través de las cuales se hace presente el Absoluto; se trata de expresiones simbólico-religiosas en estrecha correspondencia con el entorno cultural y social en que nació históricamente la religión, el sujeto y la comunidad religiosa.

Esta necesidad de reconocimiento de la dimensión infinita a través de expresiones finitas, sociales e históricas, afecta a todos los aspectos de la vida humana: tiempos, lugares, personas, ritos, doctrinas y teologías, instituciones, fraternidades... Sin embargo, es muy importante señalar que todas las mediaciones son relativas y por tanto están sujetas, por una parte, a los necesarios cambios históricos y, por otra, a mantenerse en su carácter relativo, es decir a no confundirse con el Absoluto, porque entonces pervertirían la actitud religiosa en lugar de manifestarla y potenciarla saludablemente.

No son pocos los que en la actualidad han señalado que la religión –entendida como el conjunto de mediaciones religiosas– es el dedo que apunta

acertadamente al firmamento de Dios, o el valioso mapa que sirve para encontrar el territorio de lo divino sin perderse. Pero el dedo no es el firmamento, ni el mapa es el territorio, y existe el grave peligro de confundirlos, absolutizando lo primero a costa de lo segundo. Aquí radica la perversión de la religión, pues el ego –personal y colectivo– encuentra en el terreno religioso un extraordinario filón para su autoafirmación e idolatría ¡Qué más aliciente para el ego que tener a Dios de su parte y poder perpetuarse más allá de la muerte!

Ya lo dijo san Jerónimo: *corruptio optimi pessima* (la corrupción de lo mejor es lo peor) y los egos religiosos generan inconscientemente, a menudo y sin mala voluntad, un progresivo oscurecimiento de la realidad religiosa hasta el punto de reducir el Dios experimentado exclusivamente al Dios pensado. Poco a poco, y siguiendo por este camino, la espiritualidad puede quedar convertida en doctrina, la fe ceder paso a la creencia, la religión de la gracia y del gozo rebajarse a religión del mérito y del miedo, el Evangelio –en el caso del cristianismo– perder su prioridad por el Derecho Canónico y el documento eclesiástico...; en fin, el hombre de Dios que celebra y comunica el misterio, quedar mutado en funcionario de lo sagrado que administra rutinariamente *servicios religiosos*.

Son numerosos los autores que han señalado con lucidez algunos de estos peligros; por ejemplo, Ken Wilber escribe, a propósito de la sustitución en Occidente de la espiritualidad por una teología racionalista:

No obstante, la teología, que en Occidente siempre ha adolecido de un ojo de la contemplación un tanto miope, dependía tanto del racionalismo y de los “hechos” empíricos, que cuando la filosofía y la ciencia le arrancaron esos dos ojos, la espiritualidad occidental se quedó ciega. Pero entonces no recurrió al ojo de la contemplación sino que se retiró al exilio y desde ahí se dedicó a malgastar inútilmente el tiempo en fútiles discusiones con los filósofos y los científicos. A partir de ese momento la espiritualidad occidental quedó desmantelada y solo quedaron en pie la ciencia y la filosofía.¹

Javier Melloni, en su obra *Hacia un tiempo de síntesis*, dice acertadamente en relación con las peligrosas trampas en que puede incurrir toda religión:

Las religiones son receptáculos de una plenitud que ha sido vertida en ellas y que tratan de custodiar. Pero al custodiarla se pueden hacer insolentes. Por miedo a perderla, la blindan, y al no saber qué hacer con tanta densidad, la lanzan sobre los demás sin atender a lo que ellas ya contenían [...]. Las religiones se hacen indigestas –no solo indigestas, sino sumamente peligrosas– cuando pretenden apoderarse del Absoluto. [...]. Se reconoce una plenitud que ha sido reducida a totalidad por la crispación con que se defiende.²

La preservación del mensaje religioso conlleva –en todos los casos– una

razonable y legítima institucionalización que asegure la fiel conservación, interpretación y transmisión de la revelación original recibida, cuyo depósito queda garantizado por la institución. La figura del sacerdote –*el que ofrece lo sagrado*– hace de intérprete de la tradición y a su vez de intermediario entre Dios y el grupo creyente. Aparece así una institución sacerdotal: *el clero*, no exenta de peligros inconscientes si se experimenta como una casta superior, elegida y privilegiada por voluntad divina, que comporta actitudes psicológicas y peculiares maneras de vivir el ministerio sacerdotal y la vida religiosa que reciben el nombre de *clericalismo* o *funcionariado religioso*. Martín Velasco describe sus características con especial agudeza:

Desde el punto de vista psicológico el estatuto clerical impone actitudes y comportamientos que se caracterizan por el desarrollo de la conciencia de elección divina y la consagración de la propia persona a la misión que encomienda, la identificación de la persona con la tarea y la función, el predominio de las normas que rigen el ejercicio de esa función sobre el pensamiento, las tendencias y los sentimientos de la persona, que corren el peligro de quedar completamente reprimidos, la sustitución de la consideración de la verdad y los valores tal como los descubre y vive la persona por la “lealtad” a la institución y la función que en ella se ejerce; el predominio del “espíritu de cuerpo”, y el ocultamiento engañoso de la radical inseguridad y la angustia personal tras la identificación con un papel dotado de un prestigio y un poder aparente.³

Drewermann, en su voluminosa y demoledora obra *Clérigos*, desarrolla y profundiza este importante tema que apunta Martín Velasco, llegando a conclusiones bastante atrevidas; en su polémico libro, el psicoanalista y teólogo alemán desvela con todo detalle los mecanismos psicológicos reprimidos que suelen estar en el trasfondo de la vocación sacerdotal y religiosa de muchas personas, los cuales son reforzados por la institución eclesial, de la que el autor hace una dura crítica. No obstante, y a pesar del rechazo que la obra de Drewermann provocó en su momento en muchos sectores eclesiales, los cristianos deberíamos tener siempre muy presente la dura crítica que Jesús realiza en el Evangelio contra la parte oscura de los que representan el poder religioso, aplicable a todos los tiempos y a cualquier religión.

No son pocas las cuestiones conflictivas que pueden aparecer a lo largo de la vida de un sacerdote, religioso o religiosa, incluyendo las que provienen de la propia institución eclesiástica, pero parece cierto que muchas vocaciones religiosas y sacerdotales pueden nacer ya contaminadas de elementos psicológicos bastante engañosos. Que esto sea así, no tiene en principio nada malo, es incluso razonable, pues las carencias y menesterosidades

inconscientes que todos arrastramos en la vida se disfrazan –seguro que sin mala voluntad– de mecanismos nobles y bien aceptados socialmente, a través de los cuales estructuramos y mantenemos nuestra personalidad. Pero sería imprescindible desenmascarar y purificar dichos mecanismos a lo largo de un proceso de acompañamiento y sincero discernimiento, para poder vivir un ministerio saludable y auténtico.

Tres temas de naturaleza psicológica parecen tener especial importancia en el discernimiento de toda vocación religiosa o sacerdotal: 1. El complejo vínculo con la madre, que a menudo es determinante y no siempre sano, y cuyos patrones se suelen proyectar en la *Santa Madre Iglesia*; 2. El tema afectivo-sexual, pues el mecanismo de la sublimación que celibato y voto de castidad requieren no es nada fácil de gestionar en la praxis, pudiendo existir mucha inmadurez en este terreno bajo capa de espiritualismo; 3. El lamentable engaño de confundir la *llamada de Dios* con la ineptitud para vivir en la sociedad como lo hacen la mayoría de las personas, intentando encontrar en el estado clerical un hueco en la vida o *modus vivendi* que incluso pueda procurar estabilidad social y un cierto tipo de poder o influencias de forma cómoda y ventajosa.

El problema se origina cuando en esos elementos engañosos enmascarados, tanto los candidatos como sus orientadores espirituales, creen ver precisamente los signos preclaros de una *llamada divina*; entonces, las posibilidades de superación de los dichos aspectos inmaduros o poco saludables no solo pasan desapercibidos, sino que acaban por enquistarse, convirtiéndose en graves y crónicos –incluso patológicos– con el paso del tiempo, pues en el fondo acaban constituyendo el único soporte de la llamada *vocación*. La creencia, no solo en la elección divina ya mencionada, sino además en la gracia transformadora del sacramento del Orden Sacerdotal en base al *ex opere operato*, pueden hacer creer a no pocos sacerdotes que ya están *curados* de todo por el mismo Dios que los ha elegido y, por ende, capacitado para guiar y curar a cualquier persona o comunidad que se les presente. Con ello se actualizaría desgraciadamente la dura y sabia frase de Jesús: “Ciegos que guían a otros ciegos” (Mt 15, 14).

El paso de los años probablemente manifieste las dolorosas consecuencias que pueden derivarse de la falta de lucidez psicológica y espiritual en la vida sacerdotal y religiosa de algunas personas, sin contar con otros muchos incidentes externos que a veces aparecen. Fenómenos tales como: tedio, rutina,

mediocridad, envidia clerical, autoritarismo, rigorismo, mal carácter..., pueden hacer su aparición sobre todo en la segunda mitad de la vida; o incluso cuestiones más delicadas: pederastia, adicción al alcohol, o apego compulsivo al dinero o al poder.

Resulta significativo que estos aspectos oscuros hayan sido a menudo tratados con especial agudeza fuera del ámbito eclesial, por ejemplo en la literatura y en el cine. Novelas como: *La regenta* de Leopoldo Alas, *Clarín*; *San Manuel Bueno, mártir* de Miguel de Unamuno; *El pecado del padre Mouret* de Emilio Zola; *El crimen del padre Amaro* de José María E. de Queirós..., y películas como *Los comulgantes* de Ingmar Bergman o *El sacerdote* (“*The Priest*”) de Antonia Bird, constituyen un *botón de muestra* de una realidad que afecta a todas las personas religiosas –no solo a sacerdotes y consagrados– que nos obliga a estar en permanente actitud de purificación de esa dimensión del ser humano tan noble, pero a la vez susceptible de confusión y perversión, como es la religión.

[1](#) . WILBER, Ken. *Los tres ojos del conocimiento*, Barcelona, Kairós, 1990, p. 24.

[2](#) . MELLONI, Javier. *Hacia un tiempo de síntesis*, Barcelona, Fragmenta Ed., 2011, pp. 43-44.

[3](#) . MARTÍN VELASCO, J. *El malestar religioso de nuestra cultura*, Madrid, Paulinas, 1993, p. 104.

XV

LA HISTORIA

La historia [...] es un proceso de realización, en el cual se van dando fases cada vez más altas de realidad, que mantienen las anteriores, elevándolas.

Ignacio Ellacuría

La conocida frase “quien no conoce su historia está condenado a repetirla” encierra sabiduría. El *homo sapiens*, como ser itinerante a través del espacio y del tiempo, es también *homo viator* y, en su caminar, echa mano del pasado para descubrir claves de comprensión del presente que le abran a un futuro con posibilidades de esperanza y libertad; pero este proceso es lento, no exento de dificultades y extravíos, pues el caminar conlleva estancamientos y retrocesos, consecuencia del tropiezo reiterado *en la misma piedra*. Por tanto el hombre es el único ser vivo que puede hacer historia, ya que experimenta el tiempo preñado de experiencias y acontecimientos en los que la realidad se hace presente y se abre a sus mayores e insospechadas posibilidades. *Homo viator* es, por consiguiente, *homo historicus*, pues solo en el marco de la historia podemos situar y entender a la persona y su existencia.

Toda realidad histórica está circunscrita en las coordenadas inseparables del espacio y del tiempo. El espacio es la extensión connatural y circundante de toda realidad, que no puede ser concebida sino de manera espacial; gracias al espacio las personas y los demás seres vivos se agrupan e individualizan. El hombre está dotado de una capacidad espaciosa hacia fuera (apertura), y también hacia dentro (interioridad), creando espacios personales, vitales, ecológicos, sociales... que llegan a ser también espacios de la historia. Además, el tiempo hace que podamos diferenciar un *antes-ahora-después* que lo convierte en humano y por tanto en histórico, gracias a la sucesión o movimiento que permite que el presente se transforme en pasado y vislumbre el futuro; la temporalidad también viene caracterizada por la duración y la coexistencia de los acontecimientos que hacen posible la división de la historia en etapas o periodos.

Dos concepciones fundamentales de la sucesión temporal, básicamente diferentes, se han establecido en la humanidad: apertura del tiempo a un horizonte que nunca vuelve sobre sí mismo, y repetición en términos cíclicos. Para el primer modelo la historia es rectilínea o lineal –es el esquema temporal de la cultura judeo-cristiana–, sin ninguna configuración intrínseca de periodicidad (si la hay se debe a otras causas ajenas a la propia naturaleza del tiempo). Quienes dan forma al *tiempo rectilíneo* son Dios y los hombres; por otra parte, esta concepción no cíclica del tiempo es la que nos permite hablar de futuro en un sentido estricto, y no de una repetición futura de algo que ya ocurrió. La otra interpretación se ha dado en Oriente y en la Grecia antigua; el tiempo sucede en ciclos o *eterno retorno* que lo convierten en una dimensión periódicamente repetible, de modo que cada ciclo es equivalente al anterior, aunque Aristóteles matiza que la dimensión cíclica está impulsada por una tendencia decadente de la percepción del tiempo y de la historia.

No podemos asegurar que la interpretación rectilínea –más estrictamente histórica– sea menos interpretativa que la periódica o cíclica, pero sí es cierto que abre un horizonte de acción y esperanza de futuro como *porvenir*, que confiere al hombre un mayor protagonismo en la realización de la historia, a diferencia de la segunda que configura al sujeto de forma más pasiva y determinista. Por otra parte, la visión del Dios personal judeo-cristiano lo hace ser el Dios de los designios de la historia, que en su acompañar a los hombres –personal y colectivamente– por el éxodo histórico, se hace coprotagonista de la historia juntamente con ellos, hasta el punto de converger o entrelazarse en un mismo desarrollo histórico el plan de Dios o *historia de salvación* y la historia que el hombre es capaz de construir o destruir con su propia libertad y determinación.

La sucesión del tiempo y su carácter medible permite hablar de diferentes edades, fechas y periodos o etapas de la historia. Las etapas, establecidas de acuerdo con criterios diversos, comportan para algunos de los que las establecen un sentido o finalidad de la historia, al que tiende toda la realidad buscando su meta o *teleología*. Tal es el caso, por ejemplo, de los estados “teológico”, “filosófico” y “científico” en los que el filósofo positivista Comte divide la historia de la humanidad y su supuesto avance hacia un futuro de progreso científico ilimitado. Otro ejemplo muy diferente es el de Teilhard de Chardin quien, a partir de sus estudios de paleontología evolutiva, considera

que la evolución del cosmos y de las especies tiende a la *cristificación*, alcanzando el Cristo Total o Cósmico, expresión realizada en plenitud de la Resurrección de Jesús o “Punto Omega”, meta de toda la realidad histórica. La visión theilhardiana no es más que la elaboración –fruto de la síntesis científica y mística del jesuita francés– de lo que el cristianismo ha llamado siempre “la Parusía” o “segunda venida del Señor” como meta de la historia; se trata no tanto del final cronológico de la historia como de su plenitud, donde “Dios lo será todo en todos”; dicha plenitud ha hecho ya irrupción en el tiempo con el gran acontecimiento meta-histórico de la Resurrección de Jesús.

No se puede pasar de largo, hablando de historia, el daño histórico que el hombre realiza y que deja huellas dolorosas e injustas, a menudo terribles; es lo que el cristianismo conoce con el nombre de *pecado estructural* y *pecado histórico*. El primero se refiere a situaciones de injusticia social institucionalizada, a menudo graves, que mantienen a los hombres y a los pueblos bajo la opresión, generando tensiones y provocando violencias, y que claman por una crítica social y un cambio de las estructuras sociales de injusticia. El *pecado histórico*, además de ser estructural, hace referencia al carácter formalmente histórico de tanto daño, al apoderarse de las vidas humanas en una etapa concreta de la historia. El teólogo S. Béjar, en su libro *Cinco razones para creer*, reflexiona sobre la desproporción que existe entre las injustas realidades sociales e históricas y el anhelo profundo de justicia, que el hombre no puede conseguir con sus propias fuerzas y que solo de Dios puede provenir; el autor dice al respecto lo siguiente:

En efecto, la contemplación del transcurso de la historia, especialmente vista desde los últimos y excluidos, desde los masacrados y olvidados, abre al hombre, a juicio de Horkheimer, a la “nostalgia del totalmente Otro”. Si el hombre tiene necesidad de justicia verdadera, y él no está en condiciones de realizarla con sus solas fuerzas, no es descabellado levantar la mirada al cielo, aunque sea en la forma de nostalgia de un Dios justo, esperando una respuesta.¹

La dimensión temporal que permite distinguir periodos históricos, ha dado pie a la recuperación reciente del concepto de *paradigma*, muy al uso en la actualidad. Se trata de un marco de referencia histórico caracterizado por su intrínseca unidad de ideas, en las cuales convergen los individuos de una misma cultura y en las que se apoyan para interpretar toda la realidad; dicho con palabras más sencillas, paradigma es algo así como el color de gafas (estado de conciencia) con el que una cultura– en su mayoría– percibe toda la realidad en

una etapa concreta de la historia. Nadie está, por tanto, fuera de un paradigma; nacemos y nos desarrollamos en el marco histórico de una determinada interpretación de lo real, de la que es imposible prescindir. Ahora bien, ningún paradigma es absoluto, sino relativo, por lo que se suceden y reemplazan unos a otros a lo largo de etapas históricas.

Un paradigma comienza a perder fuerza cuando no es capaz de explicar o responder satisfactoriamente a nuevas preguntas que algunos –al comienzo pocos– se plantean, iniciándose entonces una crisis del modelo todavía vigente. En esta situación, la mayoría refuerza los planteamientos del paradigma establecido hasta entonces, como mecanismo de defensa, pues el miedo y la amenaza a perder las seguridades lleva a muchos a seguir aferrados enérgicamente a los planteamientos vigentes, lo que les incapacita para percibir y aceptar el nuevo cambio que se está operando. Solo es posible el acceso a un nivel superior de comprensión de la realidad a través de un doloroso y humilde proceso de purificación que supone transitar por terreno no siempre firme y seguro, asumiendo lo diferente, hasta que se produzca la integración en un plano superior representado por el nuevo horizonte cognitivo.

Una vez implantado y aceptado culturalmente el nuevo paradigma, se inicia una larga etapa de *calma histórica* o tiempo de vigencia del nuevo modelo, de mayor duración que la de la crisis que provoca el relevo de ambos marcos referenciales. Todo paradigma, para serlo en realidad, necesita cumplir varios requisitos; por una parte, debe dar respuesta satisfactoria a los interrogantes que no podía resolver el modelo anterior y, por otra, ha de reinterpretar toda la realidad, elevándola a un horizonte de comprensión más amplio y elaborado del que emergen nuevos planteamientos. En este sentido podríamos hablar de progreso y porvenir de la historia que avanza con la creación y relevo de paradigmas cada vez más evolucionados –aunque ninguno absoluto–, en un proceso hegeliano de “tesis, antítesis y síntesis”, en el que se asume e integra la visión precedente que queda trascendida en el nuevo horizonte de comprensión.

No obstante, y en la práctica, los sucesivos paradigmas permanecen coexistentes en el tiempo, siendo habitual la presencia de grupos humanos que vivencian la realidad según los diferentes modelos. En estos casos, el diálogo entre representantes de diferentes visiones suele ser difícil, cuando no imposible, pues *no hablan en el mismo idioma*, ya que a cada paradigma le

corresponde *un lenguaje* diferente de comprensión de la realidad. Este hecho queda evidenciado en aquellos que no han tenido acceso al paradigma más reciente, pues les resulta inimaginable la realidad fuera del marco referencial con el que ellos se identifican.

Tres paradigmas básicos han recorrido la historia de la humanidad en lo que se refiere a la evolución de la conciencia, que tienen como referente la capacidad de razonar del ser humano y su acceso al conocimiento: *pre-racional*, *racional* y *trans-racional*. El primero abarca los comienzos y primeras etapas de la humanidad, y está caracterizado por formas de conocimiento de naturaleza arcaica, mágica y mítica que se suceden temporalmente hasta varios miles de años antes de Cristo. La conciencia humana evoluciona a partir de aquí para crear un yo separado y protagonista, con capacidad mental auto-reflexiva para elaborar conceptos; es el paradigma racional, que a partir de la Ilustración alcanza su potencial en la modernidad, donde la razón autónoma es la categoría que rige toda la realidad. En las últimas décadas del siglo pasado se inicia el paradigma trans-racional o trans-personal, caracterizado porque la mente pensante deja de considerarse sujeto auto-referente –yo definitivo– y pasa a ser objeto pensado, con lo que se alcanza un nivel de conciencia en el que se supera el dualismo y la identidad separada. Trans-personal no se identifica con impersonal, sino que supone el espacio posibilitador de un mayor acceso a dimensiones unitivas y espirituales, que sabemos fue el nivel evolutivo que alcanzaron individualmente en épocas pasadas los maestros de espiritualidad, sabios y místicos.

El paradigma transpersonal aparece en el tiempo y se extiende en la actual etapa de globalización, llamada en nuestra cultura *postmodernidad*. Los actuales tiempos postmodernos emergen sobre las ruinas históricas de las anteriores certezas y ambiciones que caracterizaron los grandes relatos ideológicos de la modernidad, de los que solo quedan fragmentos. El postmodernismo es una etapa incierta, de pensamiento débil y desencantado, pero abierto a la posibilidad de acoger la existencia como don y celebración, en oposición al endiosamiento provocado por los aires de grandeza y de poder propios de los pretéritos tiempos modernos. Nos apoyamos hoy en un terreno no tan firme, pero abonado y fértil para el crecimiento de la espiritualidad, con brotes que provienen de culturas y religiones orientales y apto para la recuperación de valiosas tradiciones del cristianismo que por desgracia habían

sido olvidadas. La postmodernidad nos ofrece el marco posibilitador del encuentro dialogante entre religiones que capacita al ser humano para acoger y valorar lo más genuino y valioso de cada tradición religiosa, empujándonos, desde todos los frentes, a la tarea común de desvelar el misterio sagrado y profundo de la realidad.

Pero en esta ebullición actual de lo espiritual aparecen también caminos errados que llevan no tanto a la transformación sino a la involución, al narcisismo y comodidad más que a la donación y compromiso. Estos sucedáneos de espiritualidad se recogen bajo la denominación genérica de lo que hoy se ha popularizado con el nombre de *Nueva Era (New Age)*. En la Nueva Era aparece el peligro de una falta de madurez psicológica y espiritual que relativiza cualquier tradición religiosa en favor de la búsqueda personal de paz y armonía, creando a menudo un sincretismo religioso cómodo o *religión a la carta* que en el fondo huye del proceso transformador –siempre doloroso– que comporta todo camino espiritual auténtico.

Sin embargo, no es menos cierto que el sincretismo religioso-espiritual de la Nueva Era no es fácil de discernir en todos los casos, por la complejidad que el propio fenómeno presenta y por la falta de perspectiva histórica que aún tenemos y que impide observarlo con neutralidad. En este sentido, muchos se apresuran a etiquetar peyorativamente de Nueva Era cualquier vivencia espiritual que no encajan dentro de sus experiencias y conocimientos. Dos posturas dogmáticas pertenecientes a ámbitos de conocimiento muy diferentes – a menudo opuestos entre sí (“los extremos se tocan”)–, son muy dadas a incurrir en este tipo de encasillamiento fácil y negativo; por una parte el cientificismo materialista, incapaz de reconocer toda dimensión trascendente, y por otra el dogmatismo religioso que no reconoce verdad fuera de su visión doctrinal inmovilista.

Ken Wilber habla con frecuencia de la “falacia pre-trans”² para expresar la incapacidad de los racionalistas para reconocer los fenómenos trans-personales, confundiéndolos con los pre-rationales; lo expresa de la siguiente manera: “es como confundir a un pre-escolar con un universitario porque ninguno de los dos está en la escuela”. Esta reflexión nos puede venir bien a todos en este momento de nuestra historia, difícil pero apasionante.

- [1](#) . BÉJAR, J. Serafín. *Cinco razones para creer. Experiencias de la desproporción*, Santander, Sal Terrae, 2013, pp. 43-44.
- [2](#) . WILBER, Ken, *Los tres ojos del conocimiento*, “La falacia Pre/Trans”, Barcelona, Kairós, 2003, pp. 174-225.

Cuarta parte

LA PLENITUD

*Vi un cielo nuevo y una tierra nueva
porque el primer cielo y la primera tierra
ya pasaron*
Apocalipsis 21, 1.2

XVI

EL SÍMBOLO

*Decir que el hombre es un ser simbólico equivale
a afirmar que el hombre está abierto al misterio que
lo trasciende y envuelve*

Raimon Panikkar

En la antigua Grecia existía la costumbre –casi convertida en leyenda– que cuando un huésped se despedía de su anfitrión, éste le entregaba a aquél el *symbolon* o *tablilla de reconocimiento* en señal de amistad. Consistía en un objeto –normalmente una tablilla– que el anfitrión rompía en dos, conservando cada uno una mitad como señal de acreditación. Al cabo de los años, cuando los protagonistas de aquella historia, o sus descendientes, se encontraban, los dos trozos servían de señal o prueba, pues unían las dos partes de la tablilla (*symballein*, de *sym*: junto, y *ballein*: arrojar –misma raíz de discóbolo–; *arrojar juntos*, es decir: *reunir*) y si ajustaban, se reconocía aquella primera amistad que perduraba con los años y que el encuentro podía perpetuar. *Simbólico* se refiere pues a una realidad sensible que al unir, va más allá de sí misma, integrando reconocimiento y encuentro, a diferencia de *diabólico* (*dia*: separar) que realiza lo contrario, división y ruptura.

Todos los símbolos parten de una realidad física, material, normalmente sencilla y modesta –una *tablilla de reconocimiento*–, a la que nos aproximamos desde otra mirada que no es la simple percepción inmediata o racional, para la cual el símbolo permanece escondido, es decir sin significado. En esto radica la verdad del símbolo, su pobreza y fragilidad que son a la vez su riqueza y poder, pues contiene una verdad profunda sobre la identidad y el sentido del ser humano que va más allá de la razón, ya que la función del símbolo no es la de informar, sino la de desvelar y provocar. Por eso desconcierta a la sociedad moderna, erigida sobre la razón instrumental dominante que se ha venido estableciendo como medida última de todas las cosas, en su búsqueda de demostración, evidencia, e interpretación unívoca. No es de extrañar, pues, que, desde esta perspectiva, la conciencia racional autosuficiente haya marginado y relegado al olvido la expresión simbólica.

Los estudiosos del símbolo coinciden en señalar que el hombre es por naturaleza *animal simbólico*, lo que equivale a afirmar su apertura al misterio que lo trasciende y envuelve, pues solo las expresiones simbólicas responden al profundo anhelo de búsqueda de identidad y de sentido: Dios, la vida, la muerte, el dolor, la amistad, el arte..., temas estos que desbordan nuestras palabras y escapan del dominio de la racionalidad y del concepto. Esta capacidad de provocar sentido brota de la doble relación que todo símbolo mantiene con sus contenidos, el explícito y el implícito o posible, uniendo gracias a ellos dos significaciones: una literal y otra profunda, a la que se llega solo a través de la primera, aunque ésta nunca pueda agotarla. Gracias a esta cualidad sugerida, intuida y provocada, el todo ya se vislumbra en la parte, la eternidad en el tiempo, lo divino en lo humano..., manteniendo una tensión que resulta paradójica, pero que es inherente a toda realidad simbólica y que P. Ricoeur llamó *transparencia opaca*.

Pero todavía más, el símbolo hace presente la realidad que simboliza, aunque nunca la posea, ¡por eso la simboliza!; la rosa que el enamorado ofrece a su amada no es solo la expresión del amor que comparten, sino su misma presencia y realización que, sin agotarlas, las conduce a horizontes más amplios. Ese ir más allá, que no se deja atrapar pero que solo se entrega en la expresión simbólica, es lo que P. Ricoeur llamó *exceso de significación* para referirse a la presencialidad del símbolo, inagotable e inefable, que remite en última instancia al misterio de Dios y del hombre, creando comunión entre lo simbolizado y aquellos que participan en la mediación simbólica.

C. G. Jung señaló con acierto que existen en la humanidad unas formas simbólicas universales, esencialmente idénticas o parecidas, aunque modeladas por cada cultura, que a lo largo de la evolución humana llegaron a configurarse como maneras de captar la realidad. Estas formas, que se encuentran en los estratos profundos de la psique de todos los seres humanos o *inconsciente colectivo*, Jung las llamó *arquetipos*; éstos son patrimonio de la humanidad y se fueron elaborando en las primeras etapas de la evolución de la especie. Lo interesante es que cada ser humano alberga los arquetipos básicamente dentro de sí mismo.

Drewermann insiste en sus escritos sobre el carácter terapéutico de la experiencia simbólica y su eficacia curativa –que alcanzan en los arquetipos su más lograda y universal manifestación–; dicha experiencia acontece cuando el

símbolo toca algo en lo profundo de nuestra existencia, ya que el encuentro con las imágenes arquetípicas pueden despertar nuestros registros profundos, permitiendo la aparición de dimensiones transcendentales. En este sentido, para el teólogo y terapeuta alemán, la Biblia, los cuentos y los sueños, contienen la comunicación privilegiada de Dios al hombre, a través del lenguaje simbólico-arquetípico, pues en los tres casos lo que allí se narra son experiencias hondas que pueden ser acogidas como coetáneas de todas las épocas, por poseer un profundo valor humano más allá del tiempo.

Alguien ha dicho que, independientemente de la fe, la Biblia es una grande y hermosa colección de símbolos. Y es cierto, pues en coherencia con lo señalado más arriba, Dios mismo se hace símbolo para nosotros –se nos revela simbólicamente– y, puesto que el símbolo es el lenguaje del alma, el hombre solo puede expresar la experiencia inefable de lo divino por medio de formas simbólicas, pues dicha experiencia resulta inaccesible para el concepto. Ya en el libro del Génesis aparece el gran símbolo bíblico: el hombre es imagen y semejanza de Dios; como si de una *tablilla de reconocimiento* se tratara, Dios guarda el fragmento que corresponde a *la imagen*, y a nosotros se nos da el trozo de *la semejanza*, con lo cual estamos destinados –Él y nosotros– a coincidir para reconocernos mutuamente. En tanto que Dios nos busca nos encontramos a nosotros mismos; o también, en palabras de Pascal puestas en boca de Dios: “no podrías buscarme de no haberme encontrado”, pues el encuentro con uno mismo y el encuentro con Dios constituyen –en el fondo– un único y mismo encuentro. En Jesús, esta dimensión de encuentro –la tablilla de reconocimiento de lo humano y lo divino– se hace plenitud; en Él, Dios y el hombre se reconocen y unen sin mezcla ni confusión, sin separación ni división.

El *Érase una vez* con el que suelen comenzar los cuentos está expresando ese más allá del tiempo, la atemporalidad en la que el cuento nos sumerge, la suspensión del tiempo y del espacio que provoca el relato. Ana M. Schlüter, gran conocedora del tesoro escondido de los cuentos, especialmente de los hermanos Grimm (que recogen en sus cuentos los contenidos de inconsciente colectivo de Centroeuropa), lo expresa con gran acierto:

El cuento popular transmite una sabiduría profundamente humana y una gran bondad en medio de un mundo hostil (que el cuento no ignora). Al niño le llega sin más. El adulto necesita muchas veces una ayuda para comprender el lenguaje simbólico en el que el cuento se expresa. Cuando las imágenes arquetípicas tocan el alma, la despiertan, orientan e iluminan.¹

Muchos cuentos hablan de reyes y reinas, de príncipes y princesas que representan la alta nobleza de nuestro ser; nacieron y vivieron un tiempo en el mundo feliz del inconsciente, hasta que un día ocurre algo desgraciado que trastoca profundamente ese contexto vital paradisíaco con el que el cuento se inicia. Este infortunio representa la oportunidad para realizar un complejo proceso que conduzca al despertar de la inconsciencia en la que el ego nos sumerge; es en esa crisis donde comienza el desarrollo de la aventura del cuento. La conquista del espíritu demanda atravesar, por ejemplo, el bosque, lugar de la prueba y la transformación, pues aparecen las dificultades y la noche oscura (enanos malévolos, fieras, pantanos –el inconsciente–, el sapo o la rana –la sombra–, la bruja y el ogro –parte oscura de los padres–, y un largo etc.).

San Juan de la Cruz recomienda atravesar estos parajes con decisión, sin entretenerse para no confundirse ni perderse –es decir permaneciendo despiertos y sin temor en medio de las pruebas–. Así lo expresa bellamente:

Buscando mis amores,
iré por esos montes y riberas;
ni cogeré las flores,
ni temeré las fieras,
y pasaré los fuertes y fronteras.²

Todo lo contrario es lo que hace *Caperucita Roja* cuando entra en el bosque, por eso se pierde y se engaña. Pero también aparece, en el mismo lugar existencial de la crisis, el hada madrina, el sabio venerable, los enanitos buenos..., que simbolizan las mociones certeras del alma que nos impulsan a continuar; de nuevo el místico carmelita atina señalándolo de manera sublime:

Sin otra luz ni guía
sino la que en el corazón ardía
Aquesta me guiaba
más cierta que la luz del mediodía.³

El bosque centroeuropeo tiene su equivalente en el mundo bíblico con el desierto, lugar de la travesía y de la prueba–, incluso con el mar –en cuyo fondo habitan los grandes monstruos– y que hay también que atravesar “remando mar adentro” (Lc 5, 4) hasta “llegar a la otra orilla” (Mc 4, 35). Es probable que en algún momento del relato se vislumbre *el castillo* o aparición repentina de la dimensión espiritual a la que todavía no se ha llegado, pues faltan más pruebas –quizás las más difíciles– hasta encontrar en su interior a la princesa (o la dama)

dormida –el alma– a la que hay que despertar y rescatar, o el precioso tesoro escondido –la riqueza de nuestro ser esencial–. El cuento suele concluir con la boda regia, símbolo de la unificación e integración de nuestras dimensiones y potencialidades que residen en nuestro ser recreado. Es la misma boda –la boda del Cordero– que relata el libro del Apocalipsis (19, 7-9).

Los sueños pueden mostrar una realidad importante que en el estado de vigilia hay que reprimir para poder funcionar de acuerdo con los patrones de comportamientos habituales o establecidos; si el sueño conecta con la conciencia profunda, muchas cosas de las que muestra desvelan una importante verdad liberadora. Como ejemplo, quiero relatar dos sueños que los respectivos soñantes me confiaron y en los que se desvelan dimensiones hondas que afectaban a estas personas en esos momentos de sus vidas, además de mostrar la estructura arquetípica que conecta dichos sueños con la Biblia y los cuentos. El primero es de un joven amigo que mantuvo siempre una relación ambivalente de amor-odio con su madre, lo que le supuso un prolongado trabajo para integrar y sanar dicha relación. El sueño es el siguiente:

El joven entra en la cocina de su casa –lugar de significación materna– y delante de él, sobre la mesa de cocina, aparece una fuente repleta de bombones; detrás de la mesa se encuentra su madre de espaldas. Cuando el soñante, llevado de un fuerte impulso, quiere tomar los dulces, la madre se vuelve violentamente, con el rostro cubierto con una inexpresiva máscara blanca de porcelana china, y se abalanza sobre él para impedirsele. Se despertó muy impresionado.

En este sueño existen claras resonancias arquetípicas contenidas en el *cuento de Hansel y Gretel*, en el que la bruja que habita la casita de chocolate captura a los dos hermanos hambrientos, atraídos por el dulce con el que está fabricada la casa. La vieja utiliza a Gretel –la niña– de sirvienta, y al chico –Hansel– lo encierra para engordarlo y comérselo. No es casualidad que la bruja realice esta distinción entre los dos niños, pues la parte oscura de la madre –a la que la bruja del cuento representa– prefiere *devorar* casi siempre al hijo varón –reteniéndolo para ella–. En el sueño, la posibilidad del joven para hacerse con el chocolate solo puede ocurrir “a espaldas de la madre”, aunque ella siempre está prevenida para impedirsele, ya que reacciona de inmediato, volviéndose hacia él de modo frío –la *máscara*– y violento. La posesividad de esta madre, en concreto, se manifestaba en la vida real en su firme propósito de que el hijo fuese sacerdote (una manera de *devorarlo*, es decir, tenerlo para ella), a la vez que intentaba deshacer con rapidez y firmeza el más mínimo acercamiento del hijo hacia las chicas (representadas, con probabilidad en el sueño, por los

bombones). La interpretación del sueño supuso una gran ayuda para este joven en su trabajo con el tema materno.

Conocí a una mujer que había perdido a su hijo de dieciocho años, muerto en un accidente de moto hacía menos de dos años. Esta madre, a poco de conocerme, me relata el siguiente sueño:

La soñante va de noche al cementerio del pueblo, donde está enterrado el hijo, a llevar flores a su tumba. De pronto, se da cuenta de que la tumba está vacía y, con gran desesperación, busca al encargado del cementerio para que le diga dónde ha puesto el cadáver de su hijo. El encargado no sabe responderle y la mujer despierta en medio de un mar de lágrimas.

El sueño me impresionó no solo por su paralelismo con los primeros momentos del encuentro de Jesús resucitado con María Magdalena, en el evangelio de san Juan (Jn 20, 13-15), completado con detalles de los evangelios sinópticos, sino porque me permitió profundizar en la exégesis del propio relato evangélico. En efecto, en esta narración del cuarto evangelio se dibujan dos paisajes simbólicos bien definidos, cuya interpretación se me impuso en el momento de escuchar el sueño. En la primera parte, María Magdalena está atrapada en el círculo de la muerte, por eso es imposible que reconozca al Resucitado, solo en la segunda –al escuchar su nombre– se abre al misterio de la resurrección, superando la situación anterior. El sueño de nuestra mujer, desconocedora del relato evangélico, pues se trata de una persona poco religiosa, muestra notables coincidencias con la primera parte de la vivencia de Magdalena. Dicha situación bien podría corresponder con la *fase de duelo* ante una pérdida, que el sueño revela como no superada en el caso de esta madre, por eso la ensoñación termina justo ahí, en medio de un gran dolor.

[1](#) . SCHLÜTER, Ana M., *La luz del alma, el tesoro escondido de los cuentos*. Madrid, PPC, 2004, p. 10.

[2](#) . *Cántico Espiritual* (10-15).

[3](#) . *Noche Oscura* (14-17).

EL SILENCIO

*Todo se alcanza calladamente
y se diviniza con el silencio.*

Soren Kierkegaard

Todos hemos pronunciado unas veces y escuchado otras, palabras que por su calidad se apoderan de nosotros alcanzando zonas profundas de nuestro ser, muy diferentes a las que, por su superficialidad, construyen un parloteo que pronto nos cansa. Las primeras se han gestado en el silencio, por eso se acogen; las segundas proceden del ruido, por eso aturden. El silencio no anula la palabra, todo lo contrario: es el fondo originario que hace posible la encarnación de la palabra en cada uno de nosotros. Un bello villancico, referido a la Palabra hecha carne, así lo proclama:

En medio del silencio
el eco de Tu voz
¡Misterio del Amor!
En medio del silencio
el Verbo se encarnó.

El silencio es por tanto la posibilidad de engendrar palabras valiosas que brotan de nuestra verdadera identidad y a las que debemos atender. La religiosa contemplativa Cristina Kaufmann lo expresa de la siguiente manera:

Silencio y soledad son el ambiente maternal desde donde tiene que brotar toda palabra, toda comunicación [...], no sea que la palabra y la relación se conviertan como en un aborto, en ruido y movimiento, muertos antes de nacer.¹

K.G. Dürckheim abunda en la misma idea, aunque referida con matices diferentes:

Por el sonido de la voz se discierne si el hombre vive enlazado en su ser esencial o, si todavía prisionero del yo, se ha separado. En la voz que viene del ser esencial hay un silencio que le es propio. Esa voz no será nunca apresurada, rápida. No estará inflada de importancia, ni será enfática. Su timbre no es particularmente bello. Se diría que tiene algo de arenilla. Y no obstante, a través de esa voz tan simple resuena el milagro del sonido primordial.²

Pero damos un paso más adelante, el silencio no es tampoco lo contrario del

ruido exterior, pues al ser aquél la realidad omnipresente que contiene el ruido y lo que no lo es, constituye el trasfondo que soporta a ambos y en el que los dos se manifiestan, siendo objeto de escucha cuando nos distanciamos de pensamientos y sentimientos a los que poder observar. De nuevo Dürckheim, en su mismo libro, ayuda a poner palabras a esta realidad inefable, difícil de describir:

Mezclado en el barullo del mundo resuena también ese silencio del SER, resuena su tonalidad eterna. Ningún oído humano puede apoderarse de él. Y sin embargo se le oye, está ahí. No solo cuando cesa el ruido del mundo: oír el silencio del SER en el silencio del mundo, o en medio de su tumulto, depende del modo en que el hombre lo perciba.³

Javier Melloni, que ha escrito y hablado bellamente sobre el silencio y cuyas ideas me inspiran los siguientes párrafos, expresa esto mismo de manera tan breve como acertada: “el silencio no es la ausencia de ruido, sino de ego”.⁴ El ruido del ego es interior, un parloteo continuo mediante el cual la construcción mental adquiere identidad y se defiende. El silencio es el acallamiento de esa palabrería –expresión de las demandas del ego– cuyo silenciamiento engendra un espacio interior que permite acoger lo que es, y en el que aparece el testigo que toma distancia y observa. Jesús lo expresó con singular maestría cuando señaló las dos maneras de vivir las prácticas importantes de toda religión (Mt 6, 1-18): la del ego religioso –propio de hipócritas y gentiles, que desean ser vistos y escuchados–, o bien en lo secreto o escondido, es decir la manera silente. Ramón Andrés dice del silencio:

No puede concebirse como una oposición de la palabra ni como una pausa o interrupción del habla, ni tan siquiera como el reverso del ruido ni tomarse como un concepto sinónimo de estaticidad. Es, antes que otra cosa, un estado mental, una mirada que permite captar la amplitud de nuestro límite. Estar sosegado es tarea del silencio [...].El verdadero silencio no está en la lejanía [...] sino [...] en los dominios donde el ego pierde su cimiento. Es entonces cuando el silencio detiene, ordena, crea y disuelve.⁵

Como casi todo en la vida el silencio también requiere de práctica, pues vivimos extrovertidos creyendo que lo real está solo fuera, sin saber que toda transformación se genera en el silencio interno que hay que aprender. Ya los latinos distinguían entre *Tacere* (de donde viene *taciturno* –que habla poco–) o acallamiento activo, ejercitación de la voluntad en callar, y *Silere* o verbo que expresa el detenimiento de lo que no cesa, un abandono o desapego del deseo. El primero tiene que ver con un ejercicio, mientras que el segundo con un estado, éste con una actitud más contemplativa y aquél con una voluntad más

ascética, por utilizar términos de espiritualidad tradicional.

El ejercicio silencioso se realiza en la toma de conciencia de la respiración. Como bien señala de nuevo Melloni, la respiración contiene el ritmo fundamental de la vida: “acoger y entregar”, “recibir y ofrecer”⁶. Tomar conciencia de la respiración conectando con ella, es la forma más sencilla e inmediata de sumergirse y percibir el don de la vida –Dios mismo– que se nos ofrece continuamente como regalo (inhalar), y al que respondemos con nuestra entrega y desprendimiento (exhalar). La práctica acaba por convertirse, de esta manera, en un estado que posibilita una *espaciosidad* y un *conocimiento*, en palabras del mencionado autor.⁷

Cuando logramos silenciarnos se abre un *espacio* que permite percibirnos y percibir toda la realidad de una manera diferente. Es como si pasásemos de una vivienda ruidosa, oscura y angosta –donde todo está atiborrado por la posesividad que provoca el ego– a una casa espaciosa donde el alma se sosiega y en la que existe claridad y paz. El acallamiento de imágenes, conceptos y sentimientos, creados para llenar nuestros vacíos interiores, produce un desapego que nos conecta con lo más auténtico y profundo de nosotros mismos; se trata de un ensanchamiento espacioso que es el hogar donde estamos a salvo y desde el que podemos percibir y acoger la realidad tal como es. Esta espaciosidad es otro nombre de la espiritualidad.

Silenciar no es solo acoger y entregar, es también *conocer*. Existen en el ser humano dos tipos fundamentales de conocimiento: la de la mente funcional o pensamiento, apto para aprehender objetos mediante la reflexión que la mente elabora. Es un proceso racional que nuestra cultura identifica sin más con conocimiento, pues para la sociedad en que vivimos el discurrir de la mente abarca y agota todas las dimensiones del conocer. Pero hay un conocimiento connatural por identidad, que va más allá de la mente que objetiva; se trata de un conocer más profundo, por participación en lo que se es: es el conocimiento del silencio que somos; en este caso se produce un relevo del pensar por el atender u observar.

Ya en san Buenaventura hablaba, en el siglo XIII, de “tres ojos del conocimiento”⁸: el del mundo externo espacio-temporal y de los objetos físicos, captados mediante el “ojo de la carne” o del conocer empírico; el de los temas filosóficos y de la lógica, elaborados mediante la reflexión del “ojo de la razón”, y

el de las realidades trascendentes –más allá de la racionalidad– captadas por el “ojo de la contemplación”, mediante la experiencia participante o conocimiento silencioso. Aunque cada nivel visual conserva su autonomía, sin embargo el superior o espiritual penetra en los anteriores (“porque está más saturado del Ser”⁹), generando un intercambio o unión entre lo conocido y el cognoscente que lo transforma en un sujeto más receptivo y abierto para captar la realidad como un misterio de gozo y gratuidad. Este saber que contiene un *sabor* o *poso*, se llama *sabiduría*, porque el sujeto saborea el conocimiento por participación con el objeto conocido.

La claridad que aporta la sabiduría repercute en todo tipo de saberes. También en el campo científico; sirva de ejemplo el caso de las ciencias empíricas, cuyo método específico propio es el *método inductivo*, pues toma como punto de partida la recopilación de datos, obtenidos de la observación de los objetos, con los cuales se elaboran hipótesis que, suficientemente contrastadas con la realidad física, se convierten en tesis o teorías. Sin embargo el investigador dotado de sabiduría supera todo cientificismo positivista decimonónico, del que todavía quedan importantes residuos en el presente siglo, ya que la propia *epistemología* –el conocer del conocer científico– señala con claridad que la razón científico-técnica no tiene asegurado el único acceso a la realidad, existiendo dimensiones de lo real que quedan fuera del patrón de la racionalidad empírica. El científico sabio está dotado de una receptividad ante el contenido de la investigación que lo hace humilde, abierto a una saludable duda científica y al diálogo con otros investigadores que le aportan la riqueza de una necesaria y provechosa confrontación de datos y rectificación de resultados en favor del avance de la ciencia. Si esto fuese siempre así, desaparecerían la endogamia que a veces se advierte en Departamentos Universitarios y Centros de Investigación y el carácter prepotente y exclusivista de apropiación del saber científico, en que pueden incurrir algunos profesores universitarios e investigadores.

La luz que arroja el conocimiento silente alcanza en el arte una de sus manifestaciones más excelsas y sublimes. El ser humano siente la necesidad de crear belleza porque, como ocurre con el amor, la belleza –natural o plasmada en la obra artística– contiene la fuerza del éxtasis que nos saca de nosotros mismos y nos traslada a horizontes profundos y universales reconocibles por quien la contempla. La realidad bella consigue entregarnos el todo en la parte

de la pieza artística, en esa tensión paradójica, presencia-ausencia, que solo el símbolo, cargado de dimensión estética, es capaz de sugerir hasta la emoción de lo sublime.

La obra de arte entraña, por tanto, un poder redentor que alcanza –de manera inmediata– a la materia de la que está fabricada, aunque ésta sea en sí misma poco valiosa (arcilla, madera, hierro, pigmentos...), rescatándola de la vulgaridad para elevarla a categoría noble. Este poder envuelve también por completo al artista, como hacedor y mediador de su obra, quien llevado de un movimiento incontenible que lo posee es capaz, entre el tormento y el éxtasis, de imprimir en la materia un atisbo de trascendencia que confiere al trabajo artístico un carácter religioso –sagrado– por el anhelo profundo que el arte despierta. Ramón del Valle-Inclán en sus *Normas para una Estética* expresa estas ideas de modo admirable:

Los caminos de la belleza son místicos caminos por donde nos alejamos de nuestros fines egoístas para transmigrar en el Alma del Mundo [...]. Beatitud y quietud, donde el goce y el dolor se hermanan, porque todas las cosas al definir su belleza se despojan de la idea de Tiempo. La belleza es la intuición de la unidad, y sus caminos, los místicos caminos de Dios.¹⁰

El conocimiento silencioso es también el hilo conductor que vincula la pieza artística con quien la contempla, pues la experiencia extática y trascendente que supo imprimir el autor en su momento, no pertenece en exclusividad al hacedor de la obra ni queda atrapada solo en su sensibilidad, sino que se expande más allá del tiempo y del espacio para encontrarse con todo aquel que la contempla. Este poder comunicador del arte, que puede provocar una honda experiencia transformadora, queda corroborado, como ejemplo, en la profunda atracción que produjo en Dostoievski la contemplación del *Cristo yacente* de Hans Holbein, pintado en témpera sobre tabla, que se exhibe en el Museo de Bellas Artes de Basilea, que el escritor visitó *ex profeso* en varias ocasiones; la visión pictórica de un cadáver y la ausencia de belleza que la muerte crea en el rostro de Cristo produjo en Dostoievski un gran impacto que lo transmite a través del personaje de Hipolit en su obra *El Idiota*.

A finales del siglo pasado, el sacerdote holandés Henri Nouwen escribió su conocido libro *El regreso del Hijo Pródigo* como resultado de la profunda experiencia que el cuadro del mismo título pintado por Rembrandt provocó en su alma. Nouwen transmite con todo detalle las fuertes impresiones que la contemplación de la pintura tenebrista le creó, en sus largas horas de

permanencia en el Museo de Hermitage en san Petersburgo, y expresa ensimismado el misterio que se desprende del cuadro por efecto de la incidencia sobre el mismo de la luz natural, a medida que transcurre el paso de las horas.

El auténtico conocimiento silencioso de la obra bella nos transforma en veraces y bondadosos, pues la Belleza es *la armonía que brota de la Verdad y la Bondad*, con las que se halla indisolublemente unida, por eso pudo afirmar Dostoievski: “la belleza salvará al mundo”. Cuando esta unidad se rompe, la belleza nos hace inconsistentes y narcisistas. Esta ruptura aparece genialmente expresada en la trama de la película *La gran belleza (La grande bellezza)*, rodada en 2013 por el director italiano Paolo Sorrentino. El exceso de belleza de la ciudad de Roma, captado por la cámara de modo admirable, hasta el punto de provocar la muerte fulminante de un turista japonés (¡se puede morir de sobredosis de belleza!), es a la vez el contexto decadente y esteticista que reúne a personajes de la alta sociedad italiana, insustanciales y vacíos. El protagonista, Jep Gambardella (Toni Servillo) es el centro de dichas reuniones a las que asiste con distanciamiento y hastío, buscando a tientas el sentido de la vida y la redención del arte. El camino tan buscado aparece insinuado a través del ejemplo de una religiosa anciana que, cual madre Teresa de Calcuta, ha entregado su vida en austeridad al servicio de los demás.

Los límites del arte son superados y trascendidos por la espiritualidad, lugar donde el silencio encuentra su más verdadero y espacioso hogar. Dejemos – para terminar– que los místicos sean, desde su experiencia de silencio elocuente, los que nos hablen. Dice el maestro Eckhart:

En medio del silencio me fue dicha una palabra secreta. ¿Dónde está ese silencio y dónde el lugar donde esa palabra es pronunciada? [...] En la parte más pura que el alma puede presentar, en su parte más noble, en su fondo; en resumen: en la “esencia del alma”. Allí está el profundo silencio, pues allí no ha penetrado ninguna criatura ni ninguna imagen[...]. Y es precisamente de esta manera, y no de otra, como Dios-Padre engendra a su Hijo en el fondo y la esencia del alma y se une así con ella.¹¹

Y añade san Juan de la Cruz: “Una palabra habló el Padre, que fue su Hijo, y ésta habla siempre en eterno silencio, y en silencio ha de ser oída el alma”¹².

¹ . KAUFMANN, Cristina. “Diccionario Teológico de la vida consagrada”. En BERCIANO, J. *Qué es... El Silencio*, Madrid, Paulinas, 1996, p. 6.

- [2](#) . DÜRCKHEIM, Karlfried Graf. *El sonido del silencio*, Bilbao, Desclée De Brouwer, 1966, p. 59.
- [3](#) . *Ibíd* p. 57.
- [4](#) . MELLONI, Javier, *La espaciosidad del silencio*, Zaragoza, I Foro de Espiritualidad, Asociación Aletheia, 2011, Ponencia.
- [5](#) . ANDRÉS, Ramón. *No sufrir compañía. Escritos místicos sobre el silencio*, Barcelona, Acantilado, 2010, pp 11-13.
- [6](#) . MELLONI, Javier, *La espaciosidad del silencio*, Ponencia.
- [7](#) . MELLONI, Javier, *El conocimiento silencioso*, Zaragoza, III Foro de Espiritualidad, Asociación Aletheia, 20013, Ponencia.
- [8](#) . WILBER, Ken, *Los tres ojos del conocimiento*, “Los tres ojos del alma”, Barcelona, Kairós, 2003, pp. 13-19.
- [9](#) . *Ibíd*, pp. 44.
- [10](#) . DELCLAUX, F. *El silencio creador*, Madrid, Rialp, 2003, pp. 37, 38.
- [11](#) . ECKHART (Maestro), Sermón sobre el Nacimiento Eterno.
- [12](#) . ANDRÉS, Ramón, *No sufrir compañía. Escritos místicos sobre el silencio*, Barcelona, Acantilado, 2010, p. 294.

XVIII

LA MUERTE

*Por el amor supimos de la muerte;
por el amor supimos que se muere:
sabemos que se vive
cuando llega el morirnos.*

Miguel de Unamuno

Decía el filósofo Plotino que “la humanidad se encuentra a mitad de camino entre las bestias y los dioses”; aquéllas son mortales, tienen que morir, pero lo ignoran, sin embargo éstos son inmortales y lo saben. El hombre, como los animales, se debe a la muerte, pero lo sabe, como los dioses. Esta desafortunada combinación que marca la singularidad específica de la especie humana, nos hace conscientes de que la muerte nos alcanzará más pronto o más tarde, y por esta razón la idea de morir acompaña inseparablemente el vivir de todo ser humano. Por muchos cambios culturales que ocurran, ninguno puede suprimir el hecho innegable de tener que morir; de este modo la muerte se convierte en una cuestión decisiva que debemos encarar para comprender la vida del hombre. “Los que te digan que no les preocupa nada, o mienten o son estúpidos, unas almas de corcho” afirmaba Unamuno con tesón, de aquí que la meditación sobre la muerte sea objeto de permanente reflexión por parte de pensadores y punto de mira de todas las religiones.

En la sociedad del bienestar, con el convencimiento de que el progreso científico-técnico consigue todo, la existencia se remite a la permanencia en esta vida, a veces a cualquier precio. No deja de resultar significativa la mentalidad existente en nuestra cultura que llega a creer que los conocimientos médicos y los remedios farmacológicos, por ejemplo, tienen el poder de asegurar la pervivencia de la naturaleza humana de forma casi ilimitada. Con ello la muerte se hace más patética, un fracaso o sinrazón no solo para el que muere, sino para todo aquel que queda afectado personalmente por algún tipo de morir. En la mentalidad de muchos contemporáneos nuestros se ha borrado de su horizonte vital cualquier mención o reflexión sobre la conciencia de la muerte; la conocida frase: “si existimos, ella no existe; si existe, nosotros ya no existimos”,

supone el olvido de nuestra condición mortal y el profundo miedo soterrado de nuestra sociedad que excluye la muerte de su cosmovisión, recluyéndola en hospitales y tanatorios y ocultándola bajo una estética superficial, como uno de los grandes tabúes de nuestros días.

¿No será ese miedo resultado de la angustia que genera en el hombre entender la existencia como apropiación posesiva y voraz? Si experimentásemos la existencia como un don que se recibe y que nos confiere plenitud, y no como furtivos que se apoderan de la vida para poseerla en propiedad, el acto de entregarla no generaría tanta resistencia y frustración, se experimentaría más bien dentro del dinamismo espontáneo que emana del recibir y entregar; sin duda que esta actitud requiere de un aprendizaje nada fácil de realizar en la actual sociedad consumista y pragmática. Algo de verdad debe haber en ello cuando la sabiduría de algunos ha coincidido en señalar que “quien no tiene asumida su propia muerte no puede vivir esta vida de manera plenamente humana”. Quizás por eso hay que recorrer un camino pedagógico en la confrontación y aceptación de nuestra condición mortal que supone el consentimiento a la muerte propia y a la de las personas queridas. Consentir a la vida y a la muerte como realidades totales, fundantes que cuestionan a toda persona. Olegario González de Cardedal lo expresa en los siguientes términos:

Consentir a la muerte es consentir a la gratuidad de la existencia, aceptar entrar por la puerta angosta de la propia imposibilidad para ser, para perdurar y para prolongar destino. A quien le ha sido dado poder experimentar el vivir como gracia, puede pensar y, sobre todo, puede esperar realizar también el morir como gracia.¹

Consentir a la muerte bien podría ser el primer paso para poder objetivar el hecho de tener que morir, sabiendo, por otra parte, que desconocemos el tiempo y las circunstancias en que dicho acontecimiento nos va a ocurrir. Objetivar la muerte, como una realidad inevitable que permite ser interpretada e integrada, pues siendo verdad que el hombre posee un anhelo de perdurabilidad, no es menos cierto que éste no se corresponde con una permanencia indefinida en el estado presente. Una sucesión indefinida de la vida en rutinaria igualdad existencial no es un buen horizonte de plenitud para el ser humano, pues esta existencia, tal como la experimentamos, comporta el estigma de muchas formas de deficiencia que no pueden saciar los anhelos del corazón.

El hombre desea perdurar, pero transformado; continuar, pero renovado. Sin embargo ese salto cualitativo que el *homo sapiens* no puede alcanzar por sus

propios medios, necesita esperar a Otro que conduzca las posibilidades humanas a su destino y realización. Por tanto integrar la muerte significa permitir que la vida surja en libertad, con actitud agradecida por el don y la tarea de la existencia, aceptando la realidad objetiva que supone el morir, pues nada es posesión absoluta y definitiva del hombre. Steve Jobs, fundador de la empresa de equipos electrónicos “Apple”, en un discurso memorable dirigido a los jóvenes de la universidad americana de Stanford en el año 2005, expresó con las siguientes ideas la integración de su propia muerte:²

Recordar que voy a morir pronto es la herramienta más importante que haya encontrado para ayudarme a tomar las grandes decisiones de mi vida. Porque prácticamente todo, las expectativas de los demás, el orgullo, el miedo al ridículo o al fracaso se desvanecen frente a la muerte, dejando solo lo que es importante. Recordar que vas a morir es la mejor manera que conozco de evitar la trampa de pensar que tienes algo que perder. Ya estás desnudo. No hay razón para no seguir tu corazón.

El trabajo de integrar la propia muerte puede venir forzado por la irrupción de la pérdida de un ser querido. La muerte de las personas a las que amamos nos introduce en un estado de desolación y vacío que nos convierte en supervivientes involuntarios de enfermedades, padecimientos y forzosas y desoladoras despedidas. Esta situación, que se ha dado en llamar *duelo* y que necesita de elaboración, nos obliga a realizar un proceso que no es puramente pasivo, como si solo dependiéramos del paso del tiempo para que cure o mitigue el dolor por la pérdida, sino que ofrece posibilidades para el despliegue de tareas, elecciones o elusiones, que transforman a la persona doliente para situarse de nuevo en una realidad que la pérdida del ser querido ha cambiado para siempre. El duelo se presenta, pues, como un desafío, un proceso activo de asimilación e integración de la muerte del otro.

Evitar la conciencia de pérdida puede ser un mecanismo de defensa que aparezca al principio, ya que a menudo resulta demasiado dolorosa la aceptación inicial de la realidad; sin embargo, el proceso de duelo suele ir acompañado de la aparición de reacciones emocionales que provocan a menudo el llanto. Hay lágrimas de impotencia, de renuncia a la aceptación y transformación de la realidad, de rabia y humillación. Pero también existen lágrimas que anhelan, suplican y oran implorando consuelo y manifestando amor; lágrimas generadoras de lazos fraternos que expresan grandeza humana ante el rendimiento a nuestra finitud y limitación.

Abrirse al dolor es indispensable para poder realizar una adecuada

elaboración del duelo, acogiendo los sentimientos de tristeza, llanto y angustia cuando aparecen, reflexionando sobre la persona que nos ha dejado y entrando en contacto con sus recuerdos y pertenencias. Esta apertura al dolor es algo que esta sociedad difícilmente nos puede enseñar, pues nuestra cultura más bien nos empuja –en estas situaciones– a seguir ciegamente hacia adelante, sumergiéndonos en numerosas actividades externas, sin hacer caso al ritmo que nos marca nuestro mundo interior de sentimientos.

La muerte no solo nos arrebató a seres queridos sino que también nos replantea cuestiones fundamentales, al enfrentarnos con una realidad existencial que a partir de ahora puede parecer injusta o aleatoria y que socava creencias y visiones que hasta entonces podían mantenerse firmes y que sustentaban la visión de la vida hasta ese momento. Pero esta crisis se convierte también en posibilidad de revisión de nuestras opciones fundamentales y prioridades, permitiéndonos alcanzar mayor lucidez sobre qué es importante en la vida y qué no lo es, pues nos confronta ante la realidad de que, como seres mortales que somos, todos tenemos un final. Quizás aprendamos –gracias al duelo– a ser más maduros y humanos, dejando atrás actitudes y modos de ser más superficiales que ocultaban ante nuestros ojos la contingencia y precariedad de la condición humana.

No es desacertado señalar que cuando alguien de los nuestros muere una parte de nosotros muere con él. Esa persona importante para nosotros con la que anduvimos una parte del camino, ya no estará aquí para compartir experiencias que quedarán inexorablemente en el pasado, en el mundo de los recuerdos. Queramos o no nunca volveremos a ser los mismos de antes tras la pérdida de un ser querido, aunque con esfuerzo podemos reconstruirnos y encontrar un nuevo espacio vital, sin perder la conexión con el anterior ni con la persona desaparecida. Esta transformación dolorosa ofrece la posibilidad de un saludable aprendizaje para afrontar la vida de manera renovada, abriendo posibilidades que anteriormente pudieran parecer insospechadas.

La apertura a la dimensión religiosa, al misterio que nos trasciende, ofrece una riqueza de posibilidades en la elaboración del duelo que es comúnmente aceptada y reconocida por psicólogos, terapeutas y maestros de espiritualidad, incluso por aquellos que no se consideran creyentes. Los signos de que la vida humana trasciende la existencia terrena, más allá de la pura biología mecanicista, y la experiencia de que el amor con el que hemos sido amados y

con el que hemos amado –que configuran nuestro ser– no pueden dejar a la persona que muere atrapada para siempre en las garras de la muerte, suponen un gran consuelo ante la aflicción por la pérdida. Este consuelo no niega nada del dolor ni del desgarró que la muerte representa, pero ofrece la posibilidad de integrarlo y trascenderlo –dándole un sentido– a la luz de la experiencia religiosa, lo que supone una transformación que cura y genera esperanza.

El cristianismo, además, afirma como esencial en su anuncio, que Dios ha revelado su amor a los hombres hasta el extremo de compartir la muerte con ellos, padeciéndola y transformándola. La entrega de Jesús por amor, hasta la muerte, con toda su vulnerabilidad y oscuridad, es asumida también amorosamente por el mismo Dios en solidaridad con el destino de la humanidad, y al resucitar a Jesús como primicia, ha puesto la meta de la humanidad no en la muerte sino en la resurrección. Esta esperanza no es una alternativa a otros tipos de conocimientos, ni una respuesta de saber especulativo; supone, en gran medida, entregar confiadamente en manos de Dios, del Dios de la Vida, el destino de los que mueren, como hizo Jesús al morir en la cruz.

La experiencia creyente durante el duelo puede ser también la gran oportunidad para purificar y trascender imágenes de Dios atrapadas en la omnipotencia infantil de tipo narcisista, que hacen de Dios un *dios tapagujeros*; superar esas imágenes supone desterrar la idea de que Dios debería tratar a los cristianos –por el hecho de serlo– de manera más benevolente que al resto de los mortales.

En conclusión, en el modo de morir se manifiesta el modo de vivir. La vida humana conlleva asumir la muerte como acto supremo y culminación que le da plenitud y sentido. Esta es la paradoja: que a pesar de tanto sufrimiento y contrariedad, a pesar de la misma muerte, la vida nos muestra los anhelos más profundos del corazón humano y nos conduce hacia ellos, contando con nuestra pequeñez y limitación. Este sí definitivo a la vida como la máxima aspiración humana, que no podemos consumir en plenitud por nosotros mismos y que transforma la muerte desde dentro en vida, es la respuesta de Dios que llamamos resurrección. Raimon Panikkar lo exprese con acertadas palabras:

La experiencia de la resurrección no es la experiencia de una vida, propiedad privada –de mi *bios*–. La vida del resucitado no es mía, no es mi vida; es experiencia de Vida, de aquella Vida que es y que era desde el Principio, que simplemente vive, que palpita en toda realidad y en la que yo entro en comunión por convivir con esa vida. Esto implica (exige) haber muerto al *ego*, haber dejado morir al egoísmo –con todo lo que ello comporta–. Se vive esa Vida en la medida

que uno va muriendo a este sí-mismo que no soy yo-mismo. Esta “vida eterna” de la que habla Cristo.³

- ¹ . GONZÁLEZ DE CARDEDAL, Olegario. *Sobre la muerte*. Salamanca, Sígueme. 2002, p. 21.
- ² . ISAACSON, Walter. *Steve Jobs: La biografía*, Barcelona, Debate, 2011, p. 573.
- ³ . PANIKKAR, Raimon *De la Mística. Experiencia plena de la Vida*, Barcelona, Herder, p. 253.

XIX

TÚ ERES MI HIJO AMADO

O Tú y yo jugando estamos
al escondite, Señor,
o la voz con que te llamo
es tu voz.

Antonio Machado

La carta paulina a los filipenses contiene un himno cristológico (Flp 2, 6-11) proclamado por la primitiva comunidad cristiana de Filipos en sus celebraciones litúrgicas. La narración del himno describe una trayectoria que, representada gráficamente, bien puede dibujar una curva parabólica cuyos dos extremos – origen y destino de Cristo– se encuentran en Dios, y su punto más bajo, o inflexión de la parábola, corresponde a su muerte en cruz. El cuarto evangelio resume esa misma trayectoria de manera sumaria con otras palabras: “Salí del Padre y he venido al mundo (Encarnación). Ahora dejo otra vez el mundo (Cruz) y vuelvo al Padre” (Resurrección-Exaltación) (Jn 16, 28).

El himno a Filipenses (que representó para Carlos de Foucauld un gran referente en su espiritualidad) se detiene intencionadamente en el anonadamiento de Cristo que, dejando de lado su condición divina, se solidarizó con los últimos de este mundo y se sometió a una muerte ignominiosa. El comienzo del himno, según la traducción más cercana al original griego, resulta ser un texto provocador e incluso subversivo: “El cual, siendo de condición divina, no retuvo ávidamente el ser igual a Dios (*morfê Theoû*), sino que se vació de sí mismo (*ekénôsen*)”. Este *vaciamiento de sí* (*kénosis*), que el teólogo von Balthasar considera como un dejar espacio a otro, como condición básica de todo amor, ha sido el punto de partida de la actual *teología kenótica* sobre el Dios cristiano vulnerable que se ha manifestado plenamente en Jesús, que sucumbió históricamente a manos de los poderes fácticos de este mundo.

Jesús –el Hijo– al vaciarse de sí, se desprende de todo lo que no es Dios y precisamente por esa razón es colmado por Dios; esta imagen podría ayudar a entrar en el misterio de la divinidad de Jesús que las cartas paulinas –por ejemplo– recogen con claridad en algunas expresiones: “Él es imagen visible del

Dios invisible” (Col 1, 15); “Porque en Él reside toda la plenitud de la divinidad corporalmente” (Col 2, 9); “Todo encuentra su recapitulación en Cristo, las cosas del cielo y las de la tierra” (Ef 1, 10).

El misterio de Jesús no puede desvelarse si no es a la luz de la profunda e íntima relación que mantuvo con Dios, al que llamó Padre (*Abbá*), y que fundamenta todo el anuncio e irrupción del *Reinado de Dios* que Jesús manifestó con su vida y su muerte. El teólogo Serafín Béjar apuesta –con decidido acierto– por esta experiencia fundante de Jesús con el Padre como eje central de la cristología, y en su obra *Dios en Jesús* señala el carácter determinante de esta relación:

El acercamiento al ministerio de Jesús nos ha aportado como conclusión fundamental que el sentido último de su vida y misión se esclarece a la luz de la relación que mantiene con su Padre. Por tanto, como hemos afirmado, este es un camino privilegiado para acceder a las profundidades de conciencia de Jesús, es decir, la relación nos da la medida exacta de nuestra propia identidad porque somos nuestras relaciones. O, de otro modo, profundizando en esta relación podemos desvelar no solo aspectos primordiales del rostro de Jesús, sino fundamentalmente el rostro del Dios en quien Jesús esperó. De ahí que un criterio esencial de naturaleza cristológica sea defender cómo *todo lo que se creía saber sobre Dios es puesto en cuestión por lo que le sucede a Jesús*. Dios y Jesús están en juego en la clarificación de esta relación.¹

Los evangelios muestran esa experiencia relacional de sentido y plenitud que vivió Jesús con el Padre: “Todo me lo ha entregado mi Padre y nadie conoce al Hijo más que el Padre, y nadie conoce al Padre sino el Hijo y aquel a quien el Hijo se lo quiera revelar” (Mt 11, 27). “Mi alimento es hacer la voluntad del que me envió y llevar a cabo su obra” (Jn 4, 34). “Sabiedo que el Padre había puesto todo en sus manos y que había salido de Dios y a Dios volvía” (Jn 13, 3). El recibir del Hijo encuentra su correlato en la donación del Padre, expresada como mirada amorosa y complaciente: “Tú eres mi Hijo amado, en Ti me complazco” (Mc 1, 11), dando así cumplimento a lo que ya había preconizado el salmo: “Hijo mío eres tú, yo te he engendrado hoy” (Sal 2, 7).

Sin embargo, en la progresiva autoconciencia de Jesús de que el anuncio del Reino va conduciendo su vida hacia un desenlace trágico, el Hijo tiene que afrontar dramáticamente, a partir de cierto momento, su fidelidad a un Padre que se ausenta en la hora de la prueba. Este silencio de Dios ante la muerte exige del propio Jesús una apertura incondicional al misterio inalcanzable e inmanipulable que supone *dejar a Dios ser Dios*. La crisis profunda de Jesús en

su relación filial toca su punto límite en el momento de morir: “¡Dios mío, Dios mío! ¿Por qué me has abandonado?” (Mc 15, 34); Jon Sobrino dice al respecto:

En ese Padre descansa Jesús, pero a su vez, el Padre no le deja descansar. Dios se le ha manifestado como Padre, pero el Padre se le ha manifestado como Dios. Dios sigue siendo misterio, sigue siendo Dios, no hombre, y por eso distinto y mayor que todas las ideas y expectativas de los hombres.²

Como se ha señalado en páginas anteriores, somos seres relacionales que nos reconocemos a nosotros mismos en la mirada de los otros. Sin embargo las miradas humanas, por muy transparentes que sean, no son capaces de alcanzar totalmente el misterio profundo de nuestra singularidad –el otro humano es cercanía y abismo a la vez– pues siempre aparecerá algo nuestro que sea negado, no visto, incluso manipulado por la mirada de otro hombre. Al contrario que ocurre entre nosotros, Dios –nuestro Padre– nos ve y reconoce con mirada de absoluta gratuidad y amorosa incondicionalidad. Existe en la espiritualidad cristiana una afianzada experiencia de que el Padre al contemplar el rostro de su Hijo nos está contemplando –en Él– a cada uno de nosotros, ya que somos “hijos en el Hijo”. Y también a la inversa, cuando somos vistos personalmente por Dios, su mirada complacida contempla en nosotros al Hijo Amado. Por eso también resuena en lo más profundo del corazón humano la voz del Padre que nos dice a cada uno: “Tú eres mi hijo amado, Yo te he engendrado hoy”; un engendrar en el hoy atemporal de Dios (*kairós*) a la Vida que no puede “nacer de sangre, ni de amor carnal, ni de amor humano, sino de Dios” (Jn 1, 13).

En esta experiencia mística, específicamente cristiana, se encuentra la raíz de la conversión que Jesús plantea a sus discípulos, como condición indispensable para la acogida del Reino que está llegando; y de esa misma raíz brota la motivación y fortaleza para entregar la vida –recibida en gratuidad– en compromiso y solidaridad con los demás, de acuerdo con una dinámica que incluye simultáneamente: despojarse de sí, dejarse llenar de Dios y entregarse a los otros. Pero cuando no acontece este dinamismo ¡cuántas acciones *generosas y solidarias* no transformadoras –más bien lo contrario– ni para quien entrega ni para quien recibe!, pues, en tales casos, proceden de la confusión generada en ambas partes por el ego auto-referencial.

La experiencia de sentirse amado incondicionalmente por el Padre genera, por otra parte, una vivencia de gozo inmenso; el mismo que hizo saltar a Juan Bautista en el seno de su madre (Lc 1, 44), el gozo estremecedor con el que

clamó Jesús: “Te doy gracias, Padre, Señor de cielos y tierra, porque has ocultado estas cosas a los sabios y entendidos y se las has revelado a la gente sencilla”. (Mt 11, 25), el flujo gozoso y vivificante del torrente de agua viva que mana de las entrañas de todo aquel que ha bebido en Jesús (Jn 7, 37. 38).

Pero esta experiencia –que no es resultado de nuestro esfuerzo sino del dejarse hacer por Dios– no acontece al margen de nuestra propia *kénosis* o conversión, pues es imprescindible soltar la apropiación de la vida como ávida posesión; es decir, desalojarse del ego voraz para que, desde ese despojamiento, Dios nos llene de Él. O dicho de otra manera: morir al endiosamiento para nacer a la divinización, pues quien quiera salvar la vida del ego perderá la Vida divina y al contrario, parafraseando al propio Jesús. *Kénosis* –que he identificado con conversión– y *noche oscura* comparten la desapropiación que exige el nacer de nuevo, aunque quizás la primera sea más una actitud existencial permanente, continuada en el tiempo, que acompaña el transcurrir de la vida, mientras que la segunda corresponda a etapas de la primera más puntuales, intensas y dolorosas. Ambas representan un proceso en el que hay que soportar –como en el caso de Jesús– momentos de silencio y ausencia de Dios. Con qué inaudita belleza A. Machado supo poner poesía a su *Viernes Santo personal* cuando, a propósito de la muerte de su joven esposa, Leonor, envió a Unamuno el poema: *Señor me cansa la vida*, en dos de cuyos versos el poeta clama con desgarró al Dios ausente: “Señor, me dejaste solo,/solo, con el mar a solas”.

El proceso de conversión pone a prueba al creyente ante la permanente tentación de crearse un Dios a medida de sus aspiraciones egoicas y deseos inconfesados. No en vano la trampa de proyectar en Dios los propios sueños de pervivencia y engrandecimiento aparece siempre al acecho en el horizonte de toda religión, sobre todo en el caso de las religiones teístas o del Dios personalizado. O dicho con otras palabras: la conversión que reclama Jesús en el Evangelio comporta la constante purificación de las imágenes falsas de Dios, imágenes que lo convertirían en un ídolo hecho a nuestra imagen y semejanza con el grave peligro que esto supone, pues como muy bien señaló J. Sobrino: “los ídolos siempre exigen víctimas humanas”. El Dios desconcertante misericordioso que se revela en Jesucristo es el *Dios diferente* del que habla Ch. Duquoc como el Dios que menos hubiera podido imaginar cualquier persona religiosa, pues “es imposible ser al mismo tiempo discípulo de Jesús y compartir

sin más las ideas comunes sobre Dios o el Absoluto”.³

Occidente nos ha hecho más deudores de la herencia filosófica grecolatina antigua, en las raíces de la cultura occidental, que del pensamiento bíblico, donde se encuentran los orígenes de la tradición judeo-cristiana. Esto significa que para el cristiano occidental resulte históricamente más fácil entender a Dios en las categorías de los filósofos de la antigüedad griega, tales como: *motor inmóvil, todopoderoso e impasible*, que desde los rasgos del Dios misericordioso y sufriente –*el Dios kenótico*– que se revela en Jesucristo. Si a esto añadimos el profundo calado que ha tenido en el pueblo creyente –y que aún sigue teniendo– la interpretación de Anselmo de Canterbury sobre la muerte de Jesús entendida desde un esquema legalista-jurídico, por el que la humanidad ha de compensar con la sangre del Hijo a un Dios ofendido y justiciero, la relación con Dios acaba incorporando un componente fundamental moralista y meritorio que dista mucho de lo que Jesús nos transmite en el Evangelio.

Todo esto acarrea importantes consecuencias prácticas en lo que a la imagen del Dios cristiano se refiere; una de ellas –nada despreciable– es que el Evangelio puede ser leído, entendido e interiorizado desde el filtro previo que la cultura y doctrina cristiana occidental históricamente nos han transmitido sobre Dios, es decir desde el *dios griego y anselmiano* y no desde el Dios de Jesucristo que aparece en el Evangelio. En esta situación resulta ser muy acertada la reflexión hecha recientemente por algunos teólogos, según la cual “para el cristianismo de hoy la cuestión más candente no es tanto el problema de la actual increencia cuanto el tema de las imágenes falsas de Dios”.

Con el debilitamiento progresivo de la espiritualidad en el cristianismo occidental, la creencia doctrinal ha ido suplantando históricamente a la experiencia de Dios en el conjunto de la llamada *cristiandad*. No deja de ser significativo que, incluso en una etapa tan floreciente de la mística española como es el *siglo de Oro*, donde el arte español alcanza también uno de sus momentos religiosos más sublimes, el misterio del Dios cristiano se represente plásticamente de una manera un tanto peculiar. Sirva de ejemplo paradigmático los dos cuadros sobre la Santísima Trinidad pintados respectivamente por Ribera y el Greco; en ambos, la extraordinaria belleza artística de los lienzos no es capaz de desdibujar la atmósfera distante que envuelve a Dios-Padre al sostener con frialdad en su regazo al Hijo muerto; el Greco, influenciado, en este

caso, más por Miguel Ángel que por los pintores bizantinos que están en su origen, muestra a un Padre-Sumo Sacerdote, que parece representar más la religión de la Ley que la de la Gracia.

Todavía más llamativo resulta ser el tema iconográfico-pictórico, muy extendido en los conventos andaluces entre los siglos XVII y XVIII, titulado *Místico Lagar* que, al inspirarse en el símbolo de Cristo como vid verdadera (Jn 15, 1-8), presenta al Padre aplastando al Hijo colocado en un lagar, de cuyas llagas brota abundantemente el *vino-sangre* del cruento sacrificio.

Sin embargo, lejos de los cánones pictóricos de Dios, acordes con las enseñanzas doctrinales y piadosas oficiales de Occidente, también encontramos obras de arte que transmiten la experiencia mística personal del artista. De entre ellas merece la pena destacar *La Trinidad* del monje ortodoxo A. Rublev (siglo XV); la simplísima belleza de los trazos –propia de los iconos bizantinos– con los que Rublev pinta a los tres ángeles peregrinos en apacible y profundo diálogo, en torno a la comida, eleva la escena de *La teofanía de Mambré* del Génesis (Gn 18, 1-15) –en la que la pintura se inspira–, a la entraña misma del Dios trinitario. Todo en el icono es sagrada belleza y sublime armonía, a través de las cuales se nos posibilita la entrada en el misterio del Dios manifestado en el Hijo Amado que, situado en el centro de la pintura, muestra al mundo con dos de sus dedos extendidos cómo lo humano y lo divino han quedado para siempre –en Él y por Él– inseparablemente unidos.

[1](#) . BÉJAR, J. Serafín, *Dios en Jesús. Ensayo de cristología*. Madrid, San Pablo, pp. 134-135.

[2](#) . SOBRINO, Jon, *Jesucristo liberador. Lectura histórico-teológica de Jesús de Nazaret*, Madrid, Trotta, 1977, p. 207.

[3](#) . DUQUOC, Christian, *Dios diferente. Ensayo sobre simbólica trinitaria*, Salamanca, Sígueme, 1982, p. 19.

XX

FELICES LOS POBRES EN EL ESPÍRITU...

*Yo soy un hombre sincero
de donde crece la palma
y antes de morir yo quiero
cantar mis versos del alma.*

José Martí, canción *Guantanamera*

Decía Gandhi que “las bienaventuranzas son la quintaesencia del cristianismo”; y es cierto, pues relatan el discurso programático de Jesús sobre el contenido del Reino de Dios, desde cuya perspectiva –y no desde nuestra lógica– hay que acogerlas. Solo podremos reconocer la sabiduría escondida que encierran si trascendemos el ego, pues éste no las puede entender ni experimentar, ya que nos muestran –de manera paradójica y provocativa– que la felicidad se encuentra donde la personalidad menos puede imaginar. Por eso parece errado hablar de ellas como si se tratara de los mandamientos de la ley de Dios. Éstos se pueden cumplir con buena voluntad y empeño, pues su horizonte pertenece al de la lógica común, en cambio las bienaventuranzas requieren la conversión del corazón que supone entender y vivir la realidad de manera bien distinta.

Es probable que las bienaventuranzas compartan un cierto parentesco con lo que en la dimensión espiritual del eneagrama se llaman *Ideas Santas*. Se trata de percepciones directas de la realidad que la permiten contemplar, experimentar y comprender sin el filtro del ego. No son experiencias espirituales en sí mismas –aunque las pueden inducir–, sino maneras de ver y entender la vida más allá de la visión convencional, libre de la influencia de la personalidad. Sin embargo la personalidad interpreta mentalmente la realidad de modo fijo e ilusorio –*fijación*–, como consecuencia de haber perdido la conexión con el alma y, por tanto, la comprensión de las Ideas Santas. Las bienaventuranzas se recuperan –como las Ideas Santas– en la medida que realizamos el camino desde ego al alma. En este sentido cada una de las sentencias del Maestro de Nazaret se sitúa, como punto de partida, en el estado de precariedad del ego

para alcanzar –como meta– la plenitud que lo trasciende; Javier Melloni lo expresa de la siguiente manera:

Las bienaventuranzas, pronunciadas sobre un monte, tienen el carácter de una teofanía y constituyen una de las páginas más bellas de la sabiduría universal. Hablan de una felicidad extraña que se abre camino en medio de la adversidad y contradicción. Cada frase es un pasaje, una pascua, donde se extrema la paradoja: las tierras de escasez se revelan como tierras de plenitud...Cada bienaventuranza comienza en precariedad y termina en completud...Todo ello son imágenes de la humanidad transfigurada, a partir de la humanidad desfigurada, el tránsito entre el *todavía no* y el *ya sí*. En ese largo trayecto transcurre la existencia de cada cual y de la humanidad entera.¹

En la versión de Mateo (5, 1-11), el evangelista presenta las bienaventuranzas mediante el recurso del *quiasmo* u ordenamiento de términos en forma simétrica para enfatizar y completar la expresión de una idea, mediante dicha figura literaria. Jesús empleaba a menudo el quiasmo en sus expresiones no solo para acentuar la fuerza de sus palabras, sino para mostrar la paradoja del Reino de Dios; por ejemplo: “hay *primeros* que serán *últimos* y *últimos* que serán *primeros*” (Lc 13, 30) o “el que quiera *salvar* su vida la *perderá* y el que la *pierda* la *salvará*” (Mt 16, 25). Pues bien, en las ocho bienaventuranzas mateanas, se relaciona de forma quiástica la primera: “Bienaventurados los pobres en el espíritu, *porque de ellos es el Reino de los cielos*” (Mt 5, 3) con la octava y última: “Bienaventurados los perseguidos por causa de la justicia *porque de ellos es el Reino de los cielos*” (Mt 5, 10) y así sucesivamente las seis restantes, dos a dos entre sí.

El Reino de Dios (o de los cielos) pertenece aquí y ahora –en presente– a un grupo de personas tipificadas por dos características equivalentes y complementarias “pobres en el espíritu” y “perseguidos por causa de la justicia”. Es decir, en los pobres privados de justicia, Dios reina ya; no se les promete dejar de ser pobres o perseguidos, sino la seguridad de pertenencia al Reino, cuyo contenido aparece en las seis bienaventuranzas restantes como promesa futura de consuelo.

El Reinado de Dios formó parte de los anhelos más profundos del antiguo Israel y representa la intervención de Dios como Señor de la historia con poder para cambiar una humanidad establecida en la depredación y menesterosidad, en la humanidad transformada en fraternidad y plenitud, donde brote la paz fruto de la justicia. La novedad de Jesús es que ese reinado no queda aplazado a un futuro indeterminado, como podía esperar cualquier israelita piadoso, sino que

ha comenzado ya en los pobres privados de justicia, a los que el reino les pertenece, aunque su ofrecimiento sea universal. L. Boff lo expresa con palabras tan breves como oportunas: “El Reino es primeramente de los pobres porque empieza a realizarse para todos a partir de los pobres”. S. Béjar desarrolla esta misma idea de modo más extenso:

Y se puede encontrar una clave de lectura racional de las bienaventuranzas que rece del siguiente modo: *solo hay futuro verdadero cuando existe futuro para todos*. Razón y fe se encuentran así en la reivindicación de la infinita dignidad de todo hombre en su absoluta singularidad y concreción. No hay, no puede haber universo de sentido posible que legitime la inmolación de un solo hombre en el altar de su propia gloria. Los pobres, los que sufren, los calumniados, los humildes de corazón, los que construyen la paz...es una forma de poner rostro a las infinitas historias de sufrimiento acontecido para que nunca olvidemos que la dignidad del hombre es absoluta y que la religión verdadera hace que el hombre viva.²

Las características del Reino de Dios que se derivan del anuncio de Jesús, tal como nos lo presentan los Evangelios Sinópticos, sintonizan con los anhelos profundos del alma humana, que se van haciendo conscientes a medida que se despliega el proceso de conversión. Se trata de la vida en plenitud que solo Dios mismo puede conceder, por tanto es Él quien toma la iniciativa e invita al hombre a participar en ella. O dicho de otra manera, el Reino no viene de nosotros, ni lo construimos nosotros con nuestro esfuerzo, es don y ofrecimiento que pide de nuestra parte la apertura necesaria para dejarse amar; esta actitud básica de acogida gratuita, que transforma el corazón, representa un eficaz antídoto contra las imágenes falsas de Dios y desmonta los cimientos de las pretensiones sobre las que el ego se construye: *soy lo que consigo con mi esfuerzo*, que están a la base de la prepotencia humana y de la *religión del mérito* que termina por convertirse en perversa.

La paradoja, que pertenece a la entraña misma del anuncio del Reino es – como ya se ha señalado reiteradamente– una experiencia y un lenguaje connatural del alma humana, pues solo ella puede captar la sabiduría escondida que encierra. ¿No resulta chocante que el pastor abandone todo el rebaño para ir a buscar a una sola oveja que se ha descarriado (Mt 18, 10-14)? ¿A qué extraña lógica pertenece el hecho de que los obreros que han trabajado solo una hora reciban el mismo salario que los que han tenido que soportar la carga que suponen todo un día de intenso trabajo (Mt 20, 8-16)? ¿Qué padre es ése que recibe con tantos agasajos al hijo que ha derrochado todos sus bienes perdidamente, y no hace lo mismo con el otro hijo siempre fiel y obediente (Lc

15, 20-30)? ¿Por qué salen bien paradas las jóvenes que no comparten el aceite de sus lámparas con las que carecen de él, siendo el cristianismo la religión del compartir (Mt 25, 9-12)?...

¡Las “cosas” del Reino! (Mt 11, 25) que “permanecen escondidas a los sabios y entendidos y han sido reveladas a los pequeños”. Paradojas que alcanzan a un Dios y Padre que no es neutral, pues opta decididamente por los pobres, pero que a la vez “hace salir su sol y derrama su lluvia sobre buenos y malos, sobre justos e injustos” Paradojas de un Reino que es *ya pero todavía no*, pues estando presente en la historia la trasciende; nunca alcanza su total realización y plenitud dentro de ella, pues no hay sistema socio-político que se identifique plenamente con él, ni lo abarque en su totalidad. Todas las realizaciones intramundanas son relativas, y sucumben ante la ilusoria pretensión de definitividad.

Con todo lo dicho, parece claro que los pobres son los que tienen acceso privilegiado a las bienaventuranzas y –por ende– al reino. En el evangelio de Lucas son proclamados sin más bienaventurados (Lc 6, 20), por lo que los especialistas coinciden en señalar que se trata de los pobres por necesidad, mientras que el añadido *en el espíritu* de Mateo expresa más bien la libre elección de ser pobre, ya que en el espíritu reside la facultad volitiva del hombre para tomar decisiones, pues es cierto que se puede poseer la riqueza en el corazón independientemente de ser rico o pobre en lo material. Es por ello que para bastantes entendidos la primera bienaventuranza de Mateo puede reformularse así: “Bienaventurados los que deciden ser pobres, porque ellos tienen a Dios por rey”. De ambos tipos de pobreza –la no elegida y la decidida– se aparta nuestro ego, pues éste se constituye en el afán de poder, identificando *ser con tener*; Jesús, al contrario, hizo alabanza de ambas, viviendo las dos para dejar totalmente espacio a Dios. Javier Melloni³ pone palabras a la entraña misma de la pobreza:

No solo elogió (Jesús) a los pobres, sino que se hizo pobreza... Cuando nos hacemos pobres abrimos un lugar para que Él (Dios) se haga realidad en nosotros y tome nuestra existencia desalojada, de modo que haya espacio para los demás. Nuestra pobreza nos hace uno con Él al renunciar a toda posesión que no sea Él.

Las riquezas sobre las que nos afirmamos son la prueba de que estamos incompletos: necesitamos cosas para ser. El tener es la marca de nuestra incompletud. El no tener, en cambio, es signo de una plenitud. La pobreza se convierte así en la participación del ser desnudo de Dios que es sin *tener*.

No lejos de esta cita, se encuentra el conocido sermón del Maestro Eckhart sobre “los pobres de espíritu”, que puede resultar incomprensible por su extrema radicalidad. Para el místico renano, la verdadera pobreza de espíritu no es externa sino interior y comporta: “no querer nada, no saber nada y no poseer nada”. Esa *nada* conduce a una total desposesión, especialmente la referida “no querer nada”, ni siquiera el querer conseguir una meta espiritual, pues la propuesta atrevida de Eckhart es que el hombre se desprenda de todo lo suyo – incluso de sus buenas intenciones– para que Dios lo pueda ser todo en él. O dicho de otra manera: desde el vaciamiento de sí –o total renuncia a los apegos–, el hombre puede dejar plenamente a Dios que sea y actúe en él. Todo lo que no ocurra de esta manera sería engañoso. Por tanto se trata de optar radicalmente por Dios desde una actitud aparentemente pasiva –también llamada negativa–, más allá de uno mismo y de la propia voluntad.

El poema de la fe en el Espíritu: “Shin Jin Mei” –una de las obras maestras del patrimonio espiritual de la humanidad–, que es el texto más antiguo de la esencia Zen, escrito en el siglo VII, muestra en algunos de sus versos numerosas coincidencias con el mencionado sermón cristiano, aunque con un lenguaje bien distinto:

Si en el espíritu se crea una particularidad.
Por ínfima que sea,
El cielo y la tierra quedan separados
Por una distancia ilimitada
La lucha entre lo justo y lo falso,
En nuestra conciencia,
Conduce a la enfermedad del espíritu
Queremos atrapar o rechazar,
En verdad.
Esta es la razón por la que no somos libres.

La triple *nada* de Eckhart bien puede relacionarse con los conocidos *votos religiosos*, basados en los llamados *consejos evangélicos*. No querer nada (voto de castidad), no saber nada (voto de obediencia), no poseer nada (voto de pobreza), que ciertamente representan una meta de plenitud a través del radical desasimiento. Sin embargo cuando tales compromisos se construyen sobre carencias no resueltas y reprimidas, lo que debería ser un camino de crecimiento y liberación puede convertirse en un enquistamiento paralizante y engañoso. Con otras palabras: para poder *soltar algo* hay primero que haber tenido ese *algo* de algún modo o ser consciente del desapego, pues es

frecuente encontrar personas que han padecido necesidades importantes en su infancia –afectivas y/o materiales–, para las que cualquier opción de desprendimiento puede estar asentada más en la *represión del deseo de tener* que en la *generosidad del entregar*. Generosidad que resulta ser auténtica y saludable cuando fluye con naturalidad desde la abundancia amorosa del corazón. Jesús la ejemplificó con maestría en la actitud de la viuda que echó en el cepillo del templo los dos únicos centavos que tenía para vivir (Lc 21, 1-4); también atinó con ella en su conocida sentencia: “que tu mano izquierda no sepa lo que da tu mano derecha” (Mt 6, 3).

Personas profundamente condicionadas por una sensación interna de escasez y de vacío en sus vidas, pueden comportarse ante las cosas materiales con una actitud tacaña, que los hace encogidos y en el fondo avariciosos de lo que tienen, sea mucho o poco. Hay en ellos un cierto impulso a tener y no consumir, expresión de una cierta avaricia temerosa o empobrecimiento interno en muchas facetas de sus vidas, que puede confundirse con austeridad, pero que nada tiene que ver con la pobreza evangélica. El caso extremo y patológico se alcanza en el *síndrome de Diógenes* cuya lógica inconsciente –en estas personas– es creer que el ahorro y acumulación de cosas les hará desaparecer la sensación de profunda escasez y carestía interior que padecen.

[1](#) . MELLONI, Javier, *El Cristo interior*, Barcelona, Herder, 2010, pp. 49-50.

[2](#) . BÉJAR, J. Serafín, *Dios en Jesús. Ensayo de cristología*. Madrid, San Pablo, 2008, p. 85.

[3](#) . *Ibíd* p. 51.

EPÍLOGO

*Muchos sueñan en despertar, y éstos son los artistas.
En su campo deberían asentarse también los teólogos,
para abrir el mundo y hacerlo transparente
en el ámbito de una poesía vivida.*

Eugen Drewermann

A Delfos acudían los griegos de la antigüedad clásica a preguntar a los dioses sobre el futuro y el destino. La respuesta divina era interpretada y transmitida por *Pitia*, sacerdotisa del dios Apolo, quien –después de un complicado ritual– contestaba al oráculo, previa ofrenda sacrificial y pago por parte del interesado. Sin embargo, la respuesta sabia ya estaba escrita en el frontispicio del pórtico del templo de Delfos, para que todos la leyeran y se la aplicaran: *gnósti sautón* (*conócete a ti mismo*).

La máxima antigua sigue siendo un reto para el hombre contemporáneo, hasta el punto de que la tarea fundamental de conocerse a uno mismo supone atinar con el camino estrecho y la puerta angosta que conducen a la Vida. No es cuestión sencilla, pues no existen soluciones fáciles para cuestiones complejas, y el ser humano es complejo –en el sentido más enriquecedor y completo de la palabra–, ya que se da en él una multiplicidad de niveles por los que ha de transitar hasta alcanzar la *compasión universal que han experimentado todos los místicos*. En esa andadura, aparece y se despliega la opción fundamental que cada uno ha de tomar en su vida, en el entramado de las relaciones interpersonales que nos configuran como humanos y que forman parte de nuestra urdimbre, pues la existencia del hombre se construye y realiza en la alteridad.

Cuando hemos recorrido ya un trecho de la vida suficientemente largo para poder ver la realidad con cierta perspectiva, nos damos cuenta de que repetimos varias veces la misma historia difícil –“hemos tropezado más de una vez en la misma piedra”– aunque con formas y personajes diferentes. Dicen –en tales casos– que esa repetición de tropiezos está apuntando a una cuestión fundamental de la vida que está aún sin resolver, por eso se repiten las

oportunidades –como si de convocatorias académicas se tratase– hasta conseguir la sabiduría y el coraje suficientes para superar la prueba. La clave – en todo caso– parece estar en el *desvelamiento*, o acceso al nivel adecuado conciencia que hay que alcanzar, más que en el *voluntarismo*, y para ello se necesita atención y fortaleza –que no esfuerzo– (son dos cosas diferentes, aunque a menudo se parezcan o confundan). Entonces nos damos cuenta, poco a poco, que todo es un regalo, que don y tarea se articulan de una manera tan paradójicamente admirable –¡siempre la paradoja!–, que damos la razón al evangelista cuando afirma: “De su plenitud todos hemos recibido gracia tras gracia” (Jn 1, 16).

Todo ello pasa irremediabilmente por el dolor –no se trata de un optimismo fácil ni ingenuo– pues el andar despierto se inicia cuando comenzamos a experimentar insatisfacción en la vida y aparece el sufrimiento que desbarata las fantasías habituales sobre la realidad y nos obliga a *despertar*. Somos entonces introducidos en la conciencia de las realidades más profundas de nosotros mismos y de la vida, las cuales permanecen ocultas hasta que el dolor no hace su aparición. Despertar supone librar toda clase de batallas, conflictos o crisis, donde el dolor se acompaña del miedo, la angustia, el abandono, la desolación..., que se convierten de este modo en oportunidades para crecer. Se ha dicho que el sufrimiento es la primera gracia, porque con él comienza la intuición creativa. Con ella se desactiva el bloqueo creado por el engaño y se abre el camino hacia el *inconsciente* o “locus de todas las formas en que me he mentido a mí mismo”.¹

Como dice Drewerman²: “siempre será mejor conocer el sufrimiento en el amor, que por miedo al sufrimiento no haber conocido el amor nunca”. Sirvan las siguientes ideas de este autor– que me son muy propias– como punto final de este ensayo³:

Hay momentos en los que durante las conversaciones, siento que puedo entender a una persona como para brindarle imágenes para entenderse a sí misma. A veces ocurre que la persona en cuestión dice: eso es exactamente lo que he soñado estos días. Cuando se da esa coincidencia en el sentir, a menudo tras un largo camino de trabajo, y como cuando los instrumentos musicales bien afinados emiten una armonía concertada, yo me siento muy, muy feliz.

¹ . WILBER, Ken, *Breve historia de todas las cosas*, Barcelona, Kairós, 2005, p. 154.

- [2](#) . DREWERMANN, Eugen, *La Palabra de salvación y sanación. La fuerza liberadora de la fe*, Barcelona, Herder, 1996, p. 329.
- [3](#) . *Ibíd*, p. 282.

BIBLIOGRAFÍA

- ABRAMS, J. (editor), *Recuperar el niño interior*, Kairós, Biblioteca Nueva Conciencia, Barcelona, 1993
- ALMAAS, A.H., *La esencia. El enfoque diamante para la realización interior*, Equipo Difusor del Libro, S.L., Madrid, 2003.
- ÁLVAREZ, J., *Mística y depresión: san Juan de la Cruz*, Trotta, Madrid, 1997.
- ANDRÉS, R., *No sufrir compañía. Escritos místicos sobre el silencio*, Acantilado, Barcelona, 2010.
- BÉJAR BACAS, J. S., *Dios en Jesús. Evangelizando imágenes falsas de Dios*, San Pablo, Madrid, 2008.
- *Cinco razones para creer. Experiencias de la desproporción*, Sal Terrae Breve, Santander, 2013.
- BERCIANO GARCÍA, J., *Qué es... EL SILENCIO*, Paulinas, Madrid, 1996.
- BLY, R., *Iron John. Una nueva visión de la masculinidad*, Gaia, Madrid, 2004.
- CENCILLO, L., *Paradojas de la belleza. Un estudio psicoevolutivo de la creatividad artística*, BAC, Madrid, 2003.
- COMTE-SPONVILLE, A., *Ni el sexo ni la muerte. Tres ensayos sobre el amor y la sexualidad*, Paidós, Barcelona, 2012.
- DELCLAUX, F., *El silencio creador*, Rialp, Madrid, 2003.
- DOMÍNGUEZ MORANO, C., *Crear después de Freud*, San Pablo, Madrid, 1992.
- *Los registros del deseo. Del afecto, el amor y otras pasiones*, Desclée De Brouwer, Serendipity Maior, 15, Bilbao, 2001.
- DREWERMANN, E., *Clérigos. Psicodrama de un ideal*, Trotta, Madrid, 1995.
- *La Palabra de salvación y sanación. La fuerza liberadora de la fe*, Herder, Barcelona, 1996.
- DÜRCKHEIM, K.G., *El sonido del silencio*, Desclée De Brouwer, Bilbao, 1996.
- *El despuntar del ser. Etapas de maduración*, Mensajero, Bilbao, 2009.
- ELLACURÍA, I., *Filosofía de la realidad histórica*, Trotta, Madrid, 1991.
- FLORISTAN, C. y TAMAYO J. J. (editores), *Conceptos fundamentales del cristianismo*, Trotta, Madrid, 1993.
- GARRIDO, J., *Proceso humano y gracia de Dios. Apuntes de espiritualidad cristiana*, Sal Terrae, Presencia Teológica, Santander, 1996.
- GARRIGA, J., *El buen amor en la pareja. Cuando uno y uno suman más que dos*, Destino, España, 2013.
- GONZÁLEZ DE CARDEDAL, O., *Sobre la muerte*, Sígueme, Salamanca, 2002.
- HELLINGER, B., y TEN HÖVEL, G., *Reconocer lo que es. Conversaciones sobre implicaciones y desenlaces logrados*, Herder, Barcelona, 2004.
- HELLINGER, B., Órdenes del amor. Cursos seleccionados de Bert Hellinger,

- Herder, Barcelona, 2005.
- JUAN DE LA CRUZ (San), *Obras completas*, Madrid, 1991, (edición a cargo de Lucino Ruano de la Iglesia).
- MAITRI, S., *La dimensión espiritual del Eneagrama. Los nueve rostros del alma*, La Liebre de Marzo, Barcelona, 2004.
- MARTÍN VELASCO, J., *El malestar religioso de nuestra cultura*, Paulinas, Madrid, 1993.
- MARTÍNEZ LOZANO, E., *¿Qué Dios y qué salvación? Claves para entender el cambio religioso*, Desclée De Brouwer, Bilbao, 2008.
- *Vida en plenitud. Apuntes para una espiritualidad transreligiosa*, PPC, Madrid, 2012.
- *Crisis, crecimiento y despertar. Claves y recursos para crecer en conciencia*, Desclée De Brouwer, Serendipity, Bilbao, 2013.
- MELLONI, J., *El Cristo interior*, Herder, Barcelona, 2010.
- *Hacia un tiempo de síntesis*, Fragmenta, Barcelona, 2011.
- MERTON, Th., *Nuevas semillas de contemplación*, Sal Terrae, Santander, 2003.
- MILLER, A., *El cuerpo nunca miente*, Tusquets, Barcelona, 2005.
- MOORE, T., *El cuidado del alma. Cultivar lo profundo y lo sagrado en la vida cotidiana*, Urano, Barcelona, 2009.
- NEIMEYER, R.A., *Aprender de la pérdida. Una guía para afrontar el duelo*, Paidós bolsillo, Barcelona, 2007.
- NEUMANN, E., *Psicología profunda y nueva ética*, Compañía General Fabril Editora, Argentina, 1960.
- SCHLÜTER, A.M., *La luz del alma. El tesoro escondido de los cuentos*, PPC, Madrid, 2004.
- TERESA DE JESÚS (Santa), *Obras completas*, Apostolado de la Prensa, Madrid, 1964.
- TOLLE, E., *Un mundo nuevo, AHORA. Encuentra el propósito de tu vida*, Debolsillo, España, 2013.
- VARO ZAFRA, J. *Desaforado*, Alhulia, Granada, 2002.
- WELWOOD, J., *Psicología del despertar. Budismo, psicoterapia y transformación personal*, Kairós, Barcelona, 2002.
- WILBER, K., *Los tres ojos del conocimiento. La búsqueda de un nuevo paradigma*, Kairós, Barcelona, 2003.
- *La conciencia sin fronteras. Aproximaciones de Oriente y Occidente al crecimiento personal*, Kairós, Barcelona, 2005.
- *Breve historia de todas las cosas*, Kairós, Barcelona, 2005.
- YOUNG-EISENDRATH, P., *La renovación del espíritu. Historias de esperanza y transformación después del sufrimiento*, Paidós Jungiana, Barcelona, 1998.
- ZWEIG, C. y ABRAMS, J. (editores), *Encuentro con la sombra. El poder del lado*

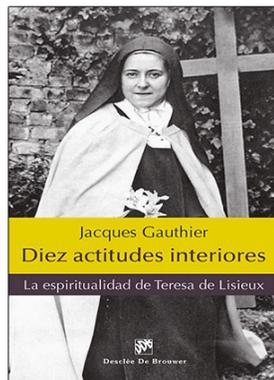
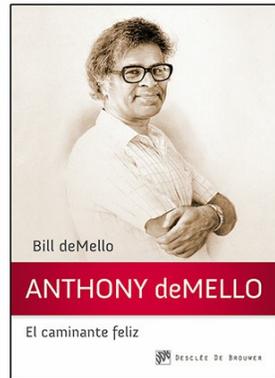
oscuro de la naturaleza humana, Kairós, Barcelona, 1994.

ACERCA DEL AUTOR

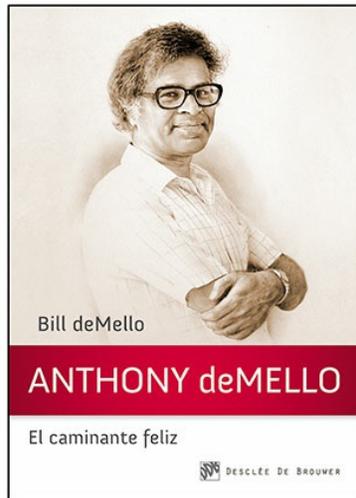


Manuel García Hernández (Granada, 1950) es doctor en Ciencias Geológicas por la Universidad de Granada, de la que fue profesor entre los años 1972 y 2011. Estudió Teología en la Facultad de Teología de Granada, ordenándose sacerdote diocesano en 1991. En la actualidad alterna su labor como párroco de dos pueblos granadinos (Cogollos Vega y Nívar) con el acompañamiento personal y la realización de cursos, talleres y conferencias sobre conocimiento personal y espiritualidad, temas que constituyen el centro de su vida y dedicación.

OTROS LIBROS



Adquiera todos nuestros ebooks en
www.ebooks.edesclée.com



Anthony deMello

El caminante feliz

Bill deMello

ISBN: 978-84-330-2755-9

www.edesclée.com

Un relato único y cordial de la vida y el mensaje de un gran maestro espiritual, escrito por su hermano menor.

Anthony deMello, jesuita indio fallecido en 1987, es uno de los maestros espirituales más populares e influyentes de nuestro tiempo. Gracias a sus libros y sus retiros se ganó en todo el mundo la admiración de un número de seguidores que no ha dejado de crecer en los últimos años. Pero ¿quién fue Anthony deMello? ¿Cuáles fueron las fuentes que nutrieron su desarrollo espiritual?

En esta oportuna biografía, Bill deMello, hermano menor de Tony, ofrece un retrato honesto e íntimo. Empezando por sus primeros años de vida en la India y su formación como jesuita, seguimos el progresivo perfeccionamiento de Tony en una nueva aproximación a la espiritualidad cristiana que integró las fuentes orientales y las occidentales. Aun reconociendo que empezó a apreciar el mensaje de Tony después de la muerte de este, Bill logra transmitir ese mensaje -una invitación a despertar a la experiencia de Dios en la vida diaria- y el impacto que ha tenido en innumerables personas.

Esta biografía, durante mucho tiempo esperada, será un gran don para todas aquellas personas que han estimado los escritos y la sabiduría de Anthony deMello.



Entra en ti

Enrique Montalt - Mercedes Montalt

ISBN: 978-84-330-2752-8

www.edesclée.com

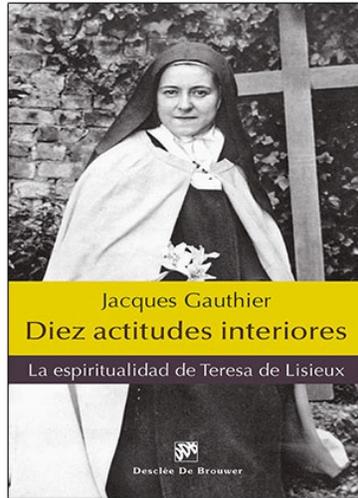
Este libro lo hemos escrito dos hermanos, Enrique y Mercedes, con la pretensión de facilitar el camino hacia dentro que nosotros mismos estamos recorriendo. Un camino simple pero muy valioso que nos lleva a la verdad de lo que somos. Este camino está vacío de conceptos, teorías o métodos; solo necesitas la intención de emprenderlo, la confianza en ti, la perseverancia en la práctica y así disponerte para vivir la experiencia de Dios que está en ti.

Los doce capítulos nos presentan un estilo de vida que es la Mindfulness o Atención Plena de nuestras percepciones, emociones, sentimientos y pensamientos; para estar conscientes y proyectar nuestra consciencia en la vida cotidiana; para ser conscientes y a través de la práctica meditativa llegar al adentramiento íntimo.

Nos abre a la riqueza y belleza de lo que somos; entramos en ese espacio de quietud, serenidad y calma donde descubrimos que ése es mi ser, mi identidad. Ahí se respira a Dios, que es la Presencia que nos habita.

Aquí no encontrarás planes y proyectos pero sí la posibilidad de entrar en ti. Y en ese espacio nadie puede entrar más que uno mismo. Dios siempre está ahí y se encuentra muy a gusto, aunque nosotros estemos muy a menudo fuera. La clave

para construir un mundo más humano es descubrir lo bien que se está en el alma, en mi esencia, en mi ser, en ese espacio íntimo y sagrado. Es entrar en ti.



Diez actitudes interiores

La espiritualidad de Teresa de Lisieux

Jacques Gauthier

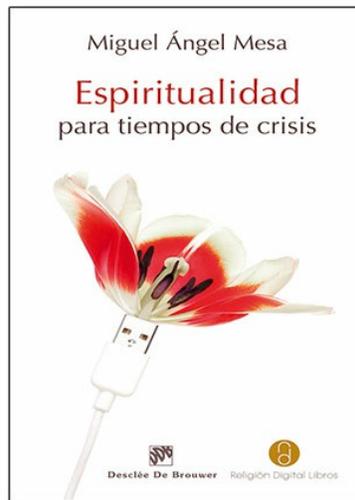
ISBN: 978-84-330-2744-3

www.edesclée.com

Lo que siempre me ha fascinado en Teresa es su deseo de amar hasta el extremo, de amar sobre todo a Jesús, el centro de su vida. Teresa no tiene nada de especial, salvo amar.

La espiritualidad de aquella a la que la gente llama afectuosamente la pequeña Teresa no se resume en una práctica o virtud particular, sino en una intención fundamental del corazón que se manifiesta a través de una apertura confiada a la acción de Dios y a través de un ardiente deseo de vivir de amor. Para Teresa, el amor tiene siempre la última palabra.

De esta experiencia centrada en la persona de Jesús, Jacques Gauthier ha extraído diez actitudes interiores en las que los verbos constituyen otras tantas invitaciones a vivir la aventura de la santidad. Así, el autor rinde homenaje a Teresa de Lisieux, cuya fe bebe con sencillez y profundidad en el Evangelio. De este modo, se esboza un retrato cautivador destinado a imitar el amor ardiente que animaba a la santa y nos incita a seguir hacia adelante.



Espiritualidad para tiempos de crisis

La espiritualidad de Teresa de Lisieux

Miguel Ángel Mesa Bouzas

ISBN: 978-84-330-2744-3

www.edesclée.com

Lo que siempre me ha fascinado en Teresa es su deseo de amar hasta el extremo, de amar sobre todo a Jesús, el centro de su vida. Teresa no tiene nada de especial, salvo amar. Este libro que tienes en tus manos respira por todos los poros, y buena falta que nos hace respirar en estos tiempos de crisis. Por eso es tan urgente la espiritualidad. Siempre lo fue, y hoy lo es más todavía. La espiritualidad no es propiedad de ninguna religión, ni de la religión. Es el arte de respirar, de acoger y de infundir el Espíritu. Este libro nos ayuda a respirar. Late en cada página todo lo que duele a la vida, lo que la hiere y la ahoga. Y lo que la cura y alivia. Aquí encontrarás el diagnóstico justo en las palabras que salen al paso una y otra vez: explotación, paro, desahucio, opresión, pobreza, recortes... Es la elegía de la crisis, tan antigua y extendida.

Pero acerca tu oído, escucha más adentro. Del fondo de la crisis sube el aliento de la vida nueva, del mundo nuevo, con otras palabras, las más bellas y verdaderas: vida, entraña, encarnar, regalo, gratitud, cotidianidad, hondura... Es el salmo de la vida. Cada página rebosa sencillez, claridad y hondura. No hay pretensión ni artificio. En la gracia de la palabra se derrama la gracia de la vida.

Cada capítulo se abre con la cita de un pensamiento y se cierra con una bienaventuranza que abre la mirada y el aliento.

Dice Pedro Casaldáliga en el epílogo: El libro es un abanico de actitudes complementarias, esenciales para que la espiritualidad no sea dicotómica ni vivida fuera del lugar y la hora. Es una espiritualidad que se nutre del Misterio de la Encarnación asimilado en la integridad de la Pascua. Es espiritualidad de la liberación... Una espiritualidad integral...

CAMINOS

Director de Colección: Francisco Javier Sancho Fermín

1. Martín Bialas: *La “nada” y el “todo”*.
2. José Serna Andrés: *Salmos del Siglo XXI*.
3. Lázaro Albar Marín: *Espiritualidad y praxis del orante cristiano*.
5. Joaquín Fernández González: *Desde lo oscuro al alba*.
6. Karlfried Graf Duckheim: *El sonido del silencio*.
7. Thomas Keating: *El reino de Dios es como... reflexiones sobre las parábolas y los dichos de Jesús*.
8. Helen Cecilia Swift: *Meditaciones para andar por casa*.
9. Thomas Keating: *Intimidad con Dios*.
10. Thomase Rodgeron: *El Señor me conduce hacia aguas tranquilas. Espiritualidad y Estrés*.
11. Pierre Wolff: *¿Puedo yo odiar a Dios?*
12. Josep Vives S.J.: *Examen de Amor. Lectura de San Juan de la Cruz*.
13. Joaquín Fernández González: *La mitad descalza. Oremus*.
14. M. Basil Pennington: *La vida desde el Monasterio*.
15. Carlos Rafael Cabarrús S.J.: *La mesa del banquete del reino. Criterio fundamental del discernimiento*.
16. Antonio García Rubio: *Cartas de un despiste. Mística a pie de calle*.
17. Pablo García Macho: *La pasión de Jesús. (Meditaciones)*.
18. José Antonio García-Monge y Juan Antonio Torres Prieto: *Camino de Santiago. Viaje al interior de uno mismo*.
19. William A. Barry S.J.: *Dejar que le Creador se comuniqué con la criatura. Un enfoque de los Ejercicios Espirituales de San Ignacio de Loyola*.
20. Willigis Jäger: *En busca de la verdad. Caminos - Esperanzas - Soluciones*
21. Miguel Márquez Calle: *El riesgo de la confianza. Cómo descubrir a Dios sin huir de mí mismo*.
22. Guillermo Randle S. J.: *La lucha espiritual en John Henry Newman*.
23. James Empereur: *El Eneagrama y la dirección espiritual. Nueve caminos para la guía espiritual*.
24. Walter Brueggemann, Sharon Parks y Thomas H. Groome: *Practicar la equidad, amar la ternura, caminar humildemente. Un programa para agentes de pastoral*.
25. John Welch: *Peregrinos espirituales. Carl Jung y Teresa de Jesús*.
26. Juan Masiá Clavel S. J.: *Respirar y caminar. Ejercicios espirituales en reposo*.
27. Antonio Fuentes: *La fortaleza de los débiles*.
28. Guillermo Randle S. J.: *Geografía espiritual de dos compañeros de Ignacio de Loyola*.

29. Shlomo Kalo: *“Ha llegado el día...”*.
30. Thomas Keating: *La condición humana. Contemplación y cambio.*
31. Lázaro Albar Marín Pbro.: *La belleza de Dios. Contemplación del icono de Andréï Rublev.*
32. Thomas Keating: *Crisis de fe, crisis de amor.*
33. John S. Sanford: *El hombre que luchó contra Dios. Aportaciones del Antiguo Testamento a la Psicología de la Individuación.*
34. Willigis Jäger: *La ola es el mar. Espiritualidad mística.*
35. José-Vicente Bonet: *Tony de Mello. Compañero de camino.*
36. Xavier Quinzá: *Desde la zarza. Para una mistagogía del deseo.*
37. Edward J. O’heron: *La historia de tu vida. Descubrimiento de uno mismo y algo más.*
38. Thomas Keating: *La mejor parte. Etapas de la vida contemplativa.*
39. Anne Brennan y Janice Brewi: *Pasión por la vida. Crecimiento psicológico y espiritual a lo largo de la vida.*
40. Francesc Riera i Figueras, S. J.: *Jesús de Nazaret. El Evangelio de Lucas (I), escuela de justicia y misericordia.*
41. Ceferino Santos Escudero, S. J.: *Plegarias de mar adentro. 23 Caminos de la oración cristiana.*
42. Benoît A. Dumas: *Cinco panes y dos peces. Jesús, sus comidas y las nuestras. Teovisión de la Eucaristía para hoy.*
43. Maurice Zundel: *Otro modo de ver al hombre.*
44. William Johnston: *Mística para una nueva era. De la Teología Dogmática a la conversión del corazón.*
45. Maria Jaoudi: *Misticismo cristiano en Oriente y Occidente. Las enseñanzas de los maestros.*
46. Mary Margaret Funk: *Por los senderos del corazón. 25 herramientas para la oración.*
47. Teófilo Cabestrero: *¿A qué Jesús seguimos? Del esplendor de su verdadera imagen al peligro de las imágenes falsas.*
48. Servais Th. Pinckaers: *En el corazón del Evangelio. El “Padre Nuestro”.*
49. Ceferino Santos Escudero, S. J.: *El Espíritu Santo desde sus símbolos. Retiro con el Espíritu.*
50. Xavier Quinzá Lleó, S. J.: *Junto al pozo. Aprender de la fragilidad del amor.*
51. Anselm Grün: *Autosugestiones. El trato con los pensamientos.*
52. Willigis Jäger: *En cada hora hay eternidad. Palabras para todos los días.*
53. Gerald O’collins: *El segundo viaje. Despertar espiritual y crisis en la edad madura.*
54. Pedro Barranco: *Hombre interior. Pistas para crecer.*
55. Thomas Merton: *Dirección espiritual y meditación.*
56. María Soave: *Lunas... Cuentos y encantos de los Evangelios.*

57. Willigis Jäger: *Partida hacia un país nuevo. Experiencias de una vida espiritual.*
58. Alberto Maggi: *Cosas de curas. Una propuesta de fe para los que creen que no creen.*
59. José Fernández Moratíel, O.P.: *La sementera del silencio.*
60. Thomas Merton: *Orar los salmos.*
61. Thomas Keating: *Invitación a amar. Camino a la contemplación cristiana.*
62. Jacques Gautier: *Tengo sed. Teresa de Lisieux y la madre Teresa.*
63. Antonio García Rubio: *Aún queda un lugar en el mundo.*
64. Anselm Grün: *Fe, esperanza y amor.*
65. Manuel López Casquete de Prado: *Regreso a la felicidad del silencio.*
66. Christopher Gower: *Hablar de sanación ante el sufrimiento.*
67. Katty Galloway: *Luchando por amar. La espiritualidad de las bienaventuranzas.*
68. Carlos Rafael Cabarrús: *La danza de los íntimos deseos. Siendo persona en plenitud.*
69. Francisco Javier Sancho Fermín, O.C.D.: *El cielo en la Tierra. Sor Isabel de la Trinidad.*
70. Thomas Merton: *Paz en tiempos de oscuridad. El testamento profético de Merton sobre la guerra y la paz.*
71. Xavier Quinzá Lleó, S. J.: *Dios que se esconde. Para gustar el misterio de su presencia.*
72. Thomas Keating: *Mente abierta, corazón abierto. La dimensión contemplativa del Evangelio.*
73. Anselm Grün - ramona robben: *Marcar límites, respetar los límites. Por el éxito de las relaciones.*
74. Teófilo Cabestrero: *Pero la carne es débil. Antropología de las tentaciones de Jesús y de nuestras tentaciones.*
75. Anselm Grün - fidelis ruppert: *Reza y trabaja. Una regla de vida cristiana.*
76. Manuel López Casquete de Prado: *Las dos puertas. La reconciliación interior en la experiencia del silencio.*
77. Thomas merton: *El signo de Jonás. Diarios (1946-1952).*
78. Patricia Mccarthy: *La palabra de Dios es la palabra de la paz.*
79. Thomas Keating: *El misterio de Cristo. La Liturgia como una experiencia espiritual.*
80. Joseph Ratzinger -Benedicto XVI-: *Ser cristiano.*
81. Willigis Jäger: *La vida no termina nunca. Sobre la irrupción en el ahora.*
82. Sanae Masuda: *La espiritualidad de los cuentos populares japoneses.*
83. Eusebio Gómez Navarro: *Si perdonas, vivirás. Parábolas para una vida más sana.*
84. Elizabeth Smith - Joseph Chalmers: *Un amor más profundo. Una introducción a la Oración Centrante.*
85. Carlo M. Martini: *Los ejercicios de San Ignacio a la luz del Evangelio de Mateo.*

86. Carlos R. Cabarrús: *Haciendo política desde el sin poder. Pistas para un compromiso colectivo, según el corazón de Dios.*
87. Antonio Fuentes Mendiola: *Vencer la impaciencia. Con ilusión y esperanza.*
88. María Victoria Triviño, O.S.C.: *La palabra en odres nuevos, presencia y latido. Una mirada hacia el Sínodo de la palabra.*
89. Robert E. Kennedy, S. J.: *Los dones del Zen a la búsqueda cristiana.*
90. Willigis Jäger: *Sabiduría de Occidente y Oriente. Visiones de una espiritualidad integral.*
91. Dorothee Sölle: *Mística de la muerte.*
92. Thomas Merton: *La vida silenciosa.*
93. Eusebio Gómez Navarro, O.C.D.: *¿Por qué a mí? ¿Por qué ahora? Y ¿por qué no? Sentido del sufrimiento.*
94. Mary Margaret Funk, O.S.B.: *La humildad importa. Para practicar la vida espiritual.*
95. Teófilo Cabestrero: *Entre el sufrimiento y la alegría. Nuestra experiencia actual y la experiencia de Jesús de Nazaret.*
96. William A. Meninger, O.C.S.O.: *El proceso del perdón.*
97. Laureano Benítez: *Cuentos cristianos. Una fuente de espiritualidad.*
98. Dietrich Bonhoeffer: *Los Salmos. El libro de oración de la Biblia.*
99. José Luis Vázquez Borau: *La inteligencia espiritual o el sentido de lo sagrado.*
100. Eugen Drewermann: *Sendas de Salvación.*
101. Anselm Grün: *El camino a través del desierto. 40 dichos de los padres del desierto.*
102. Antonio Fuentes Mendiola: *La alegría de perdonar. El odio superado por el amor.*
103. Gisela Zuniga: *Está todo ahí: mística cotidiana.*
104. Teófilo Cabestrero: *¿Por qué tanto miedo? Los miedos en la vida humana, el miedo de Jesús, nuestros miedos en la Iglesia actual.*
105. Thomas Keating: *Terapia divina y adicción. La oración centrante y los doce pasos.*
106. Regina Bäumer - Michael Plattig (ed.): *Noche oscura y depresión. Crisis espirituales y psicológicas: naturaleza y diferencias.*
107. Lola Poveda Piérola: *Conciencia energía y pensar místico. El hoy de Teresa de Jesús y Juan de la Cruz.*
108. Mariano Ballester: *Meditación profunda y autoconocimiento.*
109. Lázaro Albar Marín: *Hacia la orilla de Dios. Camino de crecimiento espiritual.*
110. Eusebio Gómez Navarro: *Escucha su latido. Encuentro con Cristo.*
111. Yolanda Velázquez Cortés: *Aprendiendo de Jesús a expresar nuestras emociones.*
112. Anselm Grün: *Los sueños de la vida. Guías hacia la felicidad.*
113. Lázaro Albar Marín: *Hacia la cumbre de Dios. Mística y compromiso de vida.*

114. Anselm Grün: *El espacio interior*.
115. Enrique Montalt Alcaide: *Sentirse habitado por la presencia*.
116. Anselm Grün - Michael Reepen: *Los gestos de la oración*.
117. Fr. Benjamín Monroy Ballesteros, OFM: *Contempla y quedarás radiante. Místicos franciscanos hoy*.
118. Manuel López Casquete de Prado: *La tienda del encuentro. A Jesús por el camino del silencio*.
119. Carlos Rafael Cabarrús, s. j.: *Puestos con el hijo. Guía para un mes de ejercicios en clave de justicia*.
120. Txemi Santamaría: *La interioridad. Un viaje al centro de nuestro ser*.
121. Manuel Regal Ledo: *Los salmos hoy. Versión oracional a la luz del evangelio*.
122. Romano Guardini: *El comienzo de todas las cosas. Meditaciones sobre Génesis, capítulos 1-3*.
123. Francesc Grané: *Alimento del deseo infinito*
124. Anselm Grün: *En camino hacia la libertad. Palabras de ánimo para los jóvenes*
125. Romano Guardini: *Sabiduría de los salmos. Meditaciones*
126. Anselm Grün - Friedrich Assländer: *La espiritualidad en el trabajo. Dar un nuevo sentido a la profesión*.
127. Antonio López Baeza: *Ojos nuevos para un mundo nuevo. De la experiencia mística a "otro mundo posible"*.
128. Miguel Ángel Mesa Bouzas: *Espiritualidad para tiempos de crisis*.
129. Jacques Gauthier: *Diez actitudes interiores. La espiritualidad de Teresa de Lisieux*.
130. Anselm Grün - Wwilligis Jäger: *El misterio más allá de todos los caminos. Lo que nos une, lo que nos separa*.
131. Manuel García Hernández: *Ensayo sobre vida y espiritualidad*.

Índice

Portada interior	2
Créditos	4
Agradecimientos	5
Prefacio	7
Primera parte. El misterio que somos	12
I. El alma	14
II. La caída	21
III. La personalidad (ego)	28
IV. Masculino y femenino	35
V. Psicología y espiritualidad	42
Segunda parte. El principio	50
VI. Padres e hijos	52
VII. El binomio engaño-miedo	59
VIII. El niño interior	67
IX. La sombra	74
X. Eros y deseo	81
Tercera parte. El camino	88
XI. El retorno	90
XII. El dolor	98
XIII. Culpa y perdón	105
XIV. La religión	112
XV. La historia	119
Cuarta parte. La plenitud	127
XVI. El símbolo	129
XVII. El silencio	136
XVIII. La muerte	144
XIX. Tú eres mi hijo	151
XX. Felices los pobres	158
Epílogo	165
Bibliografía	169
Acerca del autor	173

Otros libros	175
Anthony deMello</2>	176
Entra en ti	178
Diez actitudes interiores	180
Espiritualidad para tiempos de crisis</2>	182
Caminos	184