RÜDIGER DAHLKE

Las etapas críticas de la vida

La pubertad, el abandono del hogar paterno, el matrimonio o la vejez son etapas de la vida por las que todos pasamos. A menudo estos momentos cruciales en nuestro desarrollo humano van acompañados de profundas crisis, y nuestras necesidades espirituales inconscientes se manifiestan en forma de enfermedad. En este revelador libro, el lector aprenderá a conocer mejor las causas de su malestar en tales situaciones y descubrirá la importancia de mantener una actitud positiva ante las crisis vitales.

Rüdiger Dahlke, autor de la excelente obra *La enfermedad como camino* (publicada también por Plaza & Janés), es un prestigioso médico naturista especializado en el tratamiento de enfermedades psicosomáticas.

ISBN 84-01-52070-3
00199
9 788401 520709

Las etapas críticas de la vida
RÜDIGER DAHLKE

Activapsicología

RÜDIGER DAHLKE

LAS ETAPAS CRÍTICAS DE LA VIDA

Cómo superar positivamente conflictos a lo largo de nuestra vida

Por el autor de *La enfermedad como camino*

PLAZA JANES

Las etapas críticas de la vida

Rüdiger Dahlke

Traducción de
Carlos Fortea

PLAZA & JANÉS EDITORES, S.A.

Diseño de la colección: Marta Borrell
Fotografía de la portada: Garry Nichols. Illustration Stock

Primera edición: mayo, 1999

© 1995, C. Bertelsmann Verlag GmbH, Munich
© de la traducción, Carlos Fortea
© 1999, Plaza & Janés Editores, S. A.
Travessera de Gràcia, 47-49. 08021 Barcelona

Queda rigurosamente prohibida, sin la autorización escrita de los titulares del «Copyright», bajo las sanciones establecidas en las leyes, la reproducción parcial o total de esta obra por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la reprografía y el tratamiento informático, y la distribución de ejemplares de ella mediante alquiler o préstamo públicos.

Printed in Spain – Impreso en España

ISBN: 84-01-52070-3
Depósito legal: B. 21.099 - 1999

Fotocomposición: Comptex & Ass., S. L.

Impreso en Litografía Rosés, S. A.
Progrés, 54-60. Gavà (Barcelona)

L 52070A

Doy las gracias
por las sugerencias y correcciones
a Andrea y Hermann Druckenthaner,
Josef Hien, Christa Maleri
y el doctor Helmut Oberhofer

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN: Significado y potencial de las transiciones 17

PRIMERA PARTE

1. La crisis 25
2. El mandala como modelo vital 29
3. Los rituales como clave para nuevos segmentos de la vida 39
   - Los rituales y su forma de actuar 44
   - Mundos rituales intactos 52
   - Rituales de curación 55
   - Rituales de iniciación 58
   - Cualidad temporal de los rituales y fiestas 61
4. El año y sus fiestas 65
   - Curso del año y curso de la vida en el espejo del sol 66
   - El ciclo de la luna como mandala de la evolución . 70

SEGUNDA PARTE

1. Concepción y embarazo 75
   - Rituales de saludo contra desprecio a la vida . . . 88

Problemas del embarazo 93
Sensibilidad a los olores, 93
Estimulantes, 94
Náuseas y vómitos, 94
Mareos y debilidad, 95
Dolores prematuros, 97
Vista atrás al principio de la vida 100
Ámbitos prácticos de experiencia, 103
2. Nacimiento 105
Problemas del parto 118
Complicaciones en el parto 123
La posición de nalgas, 127
Posición transversa, 130
Cesárea, 132
Problemas de la madre, 132
Problemas del niño, 134
Otros problemas del nacimiento y la expulsión . . 138
Rotura prematura de la bolsa, 139
Parto prematuro, 140
Desprendimiento de placenta, 141
Cordón umbilical en torno al cuello, 141
Resumen 142
Posibilidades terapéuticas para solucionar el trauma natal, 145
3. Crisis posnatales y de la primera infancia . . . 147
Después del nacimiento 149
Depresión posparto y psicosis de la lactancia, 150
Pérdida del placer, 153
Problemas infantiles de adaptación, 155
Problemas de la lactancia, 158
La una y la otra cama, 159
Dentición, 160
Destete, 161
Crisis infantiles 162
De gateadores, ratones de biblioteca y legasténicos, 162
Levantarse para erguirse, 163
Primer no y fase de oposición, 164
Clásicas luchas de poder, 166
El primer cuenco (el de arriba): problemas con la comida, 167
El otro cuenco (el de abajo): problemas con el vaciado, 170
Retreta: la hora de irse a la cama, 171
Pequeños rituales en vez de grandes pruebas de poder, 174
4. Crisis de la infancia 179
De enfermedades infantiles y campañas de vacunación, 180
¿Diversión en la guardería o estrés preescolar?, 182
Primer día de colegio, 184
Ejercicios para niños, 187
5. La pubertad 189
Problemas y cuadros patológicos 189
El primer período, 190
Cambio de voz, 191
Acné juvenil, 192
Anorexia juvenil, 194
Bulimia, 195
Propuestas terapéuticas, 196
Rituales de la pubertad 200
Rituales tradicionales, 200
Modernos «ritos», 202
Modernas sociedades infantiles, 205
Del eterno adolescente y las doncellas intemporales, 210
La guardería de la televisión, 211
Comida infantil para todos, 214
El paraíso de la moda infantil, 215
El niño en el ejecutivo, 217
Alpinistas infantiles, 218
Bebés permanentes, 219
Un mundo infantil amenazador: la sociedad de la adicción, 220
Pruebas de valor en coche, 221
Búsqueda del peligro por sí mismo, 223
Juntos somos fuertes (de pacotilla), 223
Rituales sustitutivos más exigentes y mortales, 227
Rituales de la conversión en mujer, 230

En busca de rituales sustitutivos 232
Rituales de búsqueda, 232
Rituales para evitar la adicción, 236
El primer cigarrillo, 236
La primera copa, 238
La trampa envenenada de la embriaguez, 239
Rebeliones necesarias 240
Éxtasis 241
Ejercicios para la pubertad, 244
Fases de los típicos rituales de la pubertad, 247
6. Adolescencia 249
7. Matrimonio 255
Ideas para rituales de divorcio, 266
Ideas para rituales de boda, 267
8. Trabajo 269
9. Crisis espirituales 275
10. Climaterio o crisis de la mediana edad 283
Maniobras de distracción 293
Cuadros patológicos de la crisis de la mediana edad 296
Depresión, 296
Depresión involutiva, 300
Próstata, 302
Caída del pelo, 305
Miomas, 306
Extirpación de la matriz, 308
Molestias climatéricas, 310
La locura de los estrógenos 316
Repercusiones sobre las mujeres, 316
Repercusiones sobre el mundo: daños ecológicos de nuevo cuño, 322
Animus y *anima* 324
Ejercicios, 328
11. Vejez 331
Cuadros patológicos de la vejez 338
Los arquetipos de la vejez 345
Meditaciones como preparación para la gran despedida, 357
Ejercicios, 358
12. Muerte 361
Morir en los tiempos modernos 362
Trato consciente con la muerte 372
Suicidio 375
Crisis posmortuorias 377
Posibilidades de aproximación a la muerte 378
Nuevos intentos de aproximación a la muerte . . . 381
Rituales mortuorios entre nosotros 382
La muerte desde el punto de vista espiritual . . . 386
Ejercicios para el trato con la muerte, 393

TERCERA PARTE

1. El día como espejo de la vida 397
2. Del momento correcto y el orden correcto . . . 405
3. Posibilidades 409
Criterios para el momento de las transiciones individuales 409
Herramientas y ladrillos para unos rituales propios de transición 410
Las fases del ritual de transición, 411
Posibles elementos, sillares y desarrollo de los ejercicios, 414
Otros ejercicios, 415
4. Perspectiva 417

NOTAS 421

Igual que se marchita toda flor, y toda juventud
cede a la edad, así florece en su momento
cada etapa de la vida, cada sabiduría y virtud,
y no puede durar eterno tiempo.
El corazón, a cada grito de la vida,
ha de estar presto a irse y volver a empezar
para entregarse, valiente y sin tristeza
a vínculos nuevos y distintos.
Y en cada comienzo habita una magia
que nos protege y ayuda a vivir.

Recorramos alegres cuarto a cuarto
sin hacer de ninguno nuestra patria,
que del mundo el espíritu no desea atarnos,
sino etapa a etapa alzarnos y ensancharnos.
Apenas una vida nos es familiar,
nos amenaza ya la flojedad,
sólo quien está presto a partir y marcharse
es capaz de escapar a la costumbre.
Quizá incluso la hora de la Muerte
nos devuelva jóvenes a espacios nuevos
el grito de la vida nunca cesa...
¡Así pues, corazón, di adiós y cura!

HERMANN HESSE,
Etapas

INTRODUCCIÓN

SIGNIFICADO Y POTENCIAL DE LAS TRANSICIONES

En la medida en que cada vez somos más capaces de resolver los problemas tecnológicos, parecemos perder la capacidad de arreglárnoslas con los fenómenos naturales. Especialmente, apenas asimilamos las transiciones de una fase de la vida a la siguiente. Andamos corriendo por la vida, ahorramos tiempo siempre que nos parece posible, y sin embargo no nos queda ninguno para dedicarnos a las estaciones esenciales de nuestra propia evolución.

El fenómeno de la aceleración de la evolución se puede seguir en los más variados niveles. Si la transición de la sociedad nómada a la agrícola costó miles de años, el paso a la sociedad industrial discurrió en el curso de un siglo. Sin embargo, la revolución industrial fue lenta en comparación con el paso a la sociedad de la información, que se produjo con tanta rapidez que muchos ni siquiera lo registraron y retrocedieron en la cohesión social. El próximo paso, a la sociedad de la conciencia, está ocurriendo en tan veloz cambio y tan inadvertidamente que muy pocos son conscientes de él.

Cada vez menos personas viven con plena conciencia las transiciones entre las fases de la vida individual, marcadas por la concepción, el nacimiento, la pubertad, la eman-

cipación de la casa paterna, el matrimonio, la crisis del ecuador de la vida, y la muerte. En la concepción y el nacimiento no se concede al recién llegado que tenga conciencia, o al menos «auténtica conciencia». La pubertad se pasa más o menos por alto. Los mayores esperan verse poco perturbados y desafiados por esta crisis juvenil. La definitiva emancipación de los padres, con el fin de la adolescencia, no pocas veces no existe, o se intenta aplazarla el mayor tiempo posible por razones pragmáticas y de otra índole. El matrimonio se rechaza cada vez más en beneficio de la vida en solitario, supuestamente más cómoda, o se convierte en prolongación de una relación problemática con el padre o la madre. El trabajo ha pasado de vocación a empleo, que satisface cada vez menos a cada vez más personas, lo que se refleja, entre otras cosas, en los frecuentes cambios de trabajo. La mitad de la población femenina trata de saltarse los años de cambio del ecuador de la vida mediante la administración de hormonas, la masculina los ignora lo mejor que puede. Tras tanto reprimir e ignorar, no puede sorprender que también la última gran crisis, la muerte, tenga lugar en una atmósfera de represión y desprecio, en circunstancias en la mayoría de los casos lamentables.

Como si no tuviéramos bastantes dificultades con estas grandes crisis clásicas, a ellas se añaden continuamente nuevos desafíos que gran parte de los afectados no supera o no supera satisfactoriamente, y que tienen sus raíces en las grandes crisis fallidas. Casi podría decirse que al ignorar las grandes transiciones de la vida nos ganamos un montón de pequeñas crisis permanentes. Donde falta una línea de conducta, entra arena en el engranaje de la vida, e incluso las cosas pequeñas se convierten en crisis importantes. En vez de superar el potencial de crisis concentrado en determinados períodos de transición, nos ganamos colectivamente una cotidianidad crítica.

Las crisis de pérdida, desde la pérdida de la pareja hasta la de un querido animal doméstico, muestra que tenemos problemas con las separaciones. La crisis de las pensiones revela que incluso la gran tarde libre tras una dura vida laboral no es sustancialmente mejor que la pequeña y cotidiana tras un día de trabajo agotador. Donde otras generaciones festejaban, nosotros nos creamos miseria. El síndrome del nido vacío simboliza la situación anhelada por las personas psíquicamente sanas de que los chicos levanten el vuelo y los mayores vuelvan también a ser libres de volar a donde quieran. Al parecer, hoy en día a muchos «viejos» se les ha olvidado cómo se vuela o ya no tienen ganas. Se quedan en el nido vacío e intentan dar marcha atrás y recuperar a los «chicos». O, cuando eso fracasa, se vuelven depresivos y necesitados de cuidados. Pero también lo contrario se sufre hoy de forma crítica, en las llamadas crisis de exigencia. El traslado a un nuevo entorno puede servir de desencadenante, igual que un cambio de puesto de trabajo. En el fondo, se trata siempre de un no querer desprenderse de lo viejo y familiar y, consecuencia de ello, no poder aceptar lo nuevo. El modelo de estas crisis corresponde al de las grandes crisis vitales. Ya se trate de aferrarse al antiguo oficio o al viejo tema, por ejemplo el cuidado y atención de la familia, no se es libre ni se está abierto a lo nuevo e inminente. Por bien que haya funcionado en el antiguo modelo, en la nueva situación es inadecuado y conduce al sufrimiento.

Al parecer, hemos empezado a desarrollarnos tan deprisa que ya no podemos adaptarnos. Además, nos falta una red segura de rituales a los que confiarnos en lo cambios de la vida. De ello se derivan enormes problemas a todos los niveles de la vida personal y social. Estos problemas y crisis serán aclarados aquí sobre la base de la filosofía esotérica, igual que interpretaremos correspondientemente los problemas y cuadros patológicos que surjan. El hecho de poner sin

piedad el dedo en la llaga de nuestro trato social con las transiciones no significa que el autor tenga mejores soluciones que ofrecer, y la mirada a las sociedades arcaicas —que tenían más fáciles los cambios gracias a los ritos de pasaje— no incluye el consejo de regresar a tales formas de vida. Al contrario, a la filosofía esotérica siempre le interesa la evolución, sólo que en un sentido muy distinto al que nuestro moderno concepto del progreso permite suponer.

La utilización del adjetivo «esotérica» no deja de ser problemática hoy en día. Antes, remitía a la expresión «esoteros», que se remonta a Pitágoras y designaba el círculo más íntimo de esa escuela. «Exoteros» hacía referencia al círculo externo de discípulos, más numeroso. Tradicionalmente, los conocimientos del círculo íntimo sólo estaban al alcance de un pequeño grupo de personas que los guardaban celosamente, no para sustraerlos a los otros sino porque para las personas mundanas no ofrecían ventajas, y sí en cambio albergaban una serie de peligros. Hasta hoy, casi nada ha cambiado en esto. El secreto se mantenía menos por exclusión de otros que por la tendencia a autoprotegerse de esos conocimientos. Se guardaban de ser profanados, por ejemplo, cuando el secreto saber del tarot egipcio se hizo accesible a todo el mundo en naipes normales, que no obstante siguieron siendo incomprensibles para el gran público. Algo parecido ocurre con el Evangelio de San Juan. En tanto que incomprensible para la mayoría de las personas, es sencillamente ignorado, y protegido así del abuso. También los libros sobre astrofísica se mantienen secretos sin gran esfuerzo, porque sus fundamentos matemáticos son demasiado exigentes para la mayoría de la humanidad.

Sin embargo, hay unas cuantas cosas que han cambiado profundamente debido a la ola esotérica de las dos últimas décadas. Para que esos conocimientos resultaran del gusto de muchas personas fueron, por una parte, burdamente simplificados, y por tanto también falsificados; por la otra, fueron incluso distorsionados y ensalzados de forma ridícula y con frecuencia embarazosa. En los libros de autoayuda esotérica que se difunden por millones de ejemplares, se echa una pizca de esoterismo a los temas que inspiran temor a nuestra sociedad. Se promete tanto superioridad psíquica en el ámbito laboral y de pareja como riqueza material, juventud eterna e imbatibilidad, mediante una forma correcta de rezar. La consecuencia es que la gente exigente con esa temática rehúye cada vez más el uso del concepto «esoterismo». En todo caso, habría que objetar a esa comprensible reacción que ni el esoterismo es responsable del abuso al que está sometido en estos momentos ni la medicina y la religión son las culpables de todo lo que se ha cometido y se comete aún en su nombre. Por eso esos tres conceptos seguirán siendo empleados aquí en su significado originario, tal como fueron introducidos en el libro *La enfermedad como lenguaje del alma*, que en su parte general proporciona una base fiable para el trato con la comprensión esotérica del mundo y su particular interpretación.

Dado que los cuadros patológicos devienen con frecuencia en crisis vitales o las acompañan, y en general existe una estrecha relación entre ambos grupos de temas, en los libros *La enfermedad como camino, La enfermedad como lenguaje del alma* y las publicaciones correspondientes a cuadros patológicos específicos[1] se ha hecho un trabajo preliminar general. Viceversa, las crisis vitales no superadas son la base de muchos síntomas patológicos. En el caso de algunos lo dice su propio nombre, como el acné juvenil y la anorexia nerviosa, la depresión involutiva o la angustia vital. Otros trastornos de la salud sólo se pueden entender sobre la base de un modelo vital, como la enfermedad de Alzheimer, la parálisis espasmódica de Parkinson y otros cuadros patológicos de la ancianidad.

PRIMERA PARTE

1

LA CRISIS

La palabra griega «crisis» significa, además de crisis, decisión, separación, división, partición, sentencia, elección y puesta a prueba. El signo chino para crisis es idéntico al de peligro y oportunidad. Si limitamos la crisis a su aspecto negativo, como se hace ampliamente en el uso lingüístico español, nuestra visión del hecho queda limitada. En todo caso, conocemos por la medicina el concepto de «crisis curativa» y calificamos en general de «crisis» el momento decisivo de la enfermedad. Partiendo de aquí, en caso positivo hay curación, y por tanto la crisis es también el punto de inflexión hacia la mejoría. Si entendemos el concepto también como «decisión», como ocurre en el griego antiguo, tendremos una clave sobre la esencia de todas las crisis. Tomando prestada del chino la inclusión del concepto «oportunidad», tendremos una visión de sus perspectivas. La definición de Karl Jaspers va también en esa dirección: «En el curso de la evolución, crisis es el momento en que todo sufre un brusco giro del que el hombre sale transformado, ya sea con el nuevo origen de una decisión, ya con la rendición.» Importante en el contexto del que hablamos es cómo prosigue Jaspers: «La historia de la vida no sigue en cuanto al tiempo un ritmo uniforme, sino que divide su tiempo de forma cualitativa, impulsa el desarrollo de la vivencia al punto culminante en que hay que tomar una decisión. Sólo

oponiéndose a la evolución puede hacer el hombre el vano intento de mantenerse en la cúspide de la decisión sin decidir. En ese caso, el progreso fáctico de la vida decidirá por él. La crisis tiene su tiempo; no se la puede anticipar ni saltar. Como todo en la vida, tiene que madurar. No tiene por qué presentarse como catástrofe, sino que, con paso tranquilo y externamente insignificante, puede tener resultados decisivos para siempre.»

De hecho cada crisis nos confronta al menos con la posibilidad de elegir, aceptarla conscientemente o defendernos de ella con todas nuestras fuerzas. En ese momento se decide ya si va a ser peligro u oportunidad. El antiguo pensamiento chino, que gira en torno a la polaridad del Yin y el Yang, aún ve la unidad tras estas dos posibilidades contrapuestas.

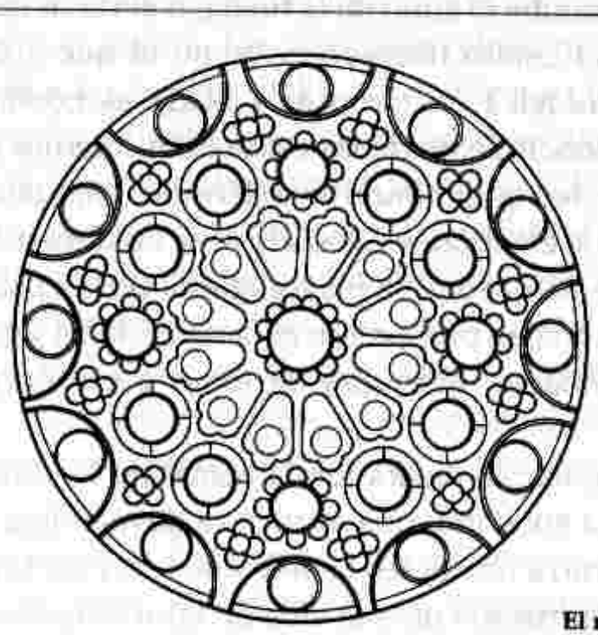
La misma decisión fuerza también todo cuadro patológico. O se acepta su mensaje, y se transforma así en una oportunidad, o es rechazado y se convierte por tanto en peligro. La propia producción del cuadro patológico discurre por esta vía de decisión. En cuanto la conciencia no acepta un desafío, la energía de éste deriva hacia el inconsciente. Con frecuencia, después toma cuerpo en forma de manifestación patológica. La temática originaria es entonces representada de manera simbólica por los distintos síntomas. Así pues, decidimos constantemente entre confrontación consciente o aplazamiento y ulterior elaboración en condiciones agravadas, por estar codificadas. Aunque apenas registremos conscientemente estas decisiones, porque por costumbre elegimos el camino —supuestamente más sencillo— de reprimirlas, las estamos tomando constantemente.

En cuanto sacamos un tema del ámbito consciente y con ello se lo entregamos al cuerpo, surge de manera automática un abismo entre el cuerpo y la psique. Si éste se hace insoportable, porque ambos se alejan demasiado, se produce un intento de autoayuda del organismo. O la persona enferma o cae en una crisis de otro tipo, con la oportunidad de tomar una nueva decisión sobre el tema pendiente. Ambas cosas son intentos de reunir cuerpo y psique a través del acontecimiento encarnado o puesto en escena en el entorno social. Pero la forma más sencilla en que esto ocurre es mediante la comprensión consciente del drama representado en el escenario social o físico. De la proximidad entre crisis física, psíquica y social se desprende la posibilidad de contemplar las tres bajo los mismos puntos de vista de su significado en el campo de la filosofía esotérica. Para insertar las crisis en su contexto temporal —Jaspers hablaba de que cada crisis tiene su tiempo— es necesario dedicarse primero al modelo básico de la vida, el *mandala*.

2

EL MANDALA COMO MODELO VITAL

Un mandala es una estructura circular que, en su construcción, remite desde todos los lugares al punto central. Los científicos la calificarían de una estructura de rotación simétrica. La concepción oriental parte de la base de que el mandala ha surgido del centro y contiene el todo en su punto central. De hecho, se puede suponer que un mandala surge hinchando por igual un punto y dejando así que afluyan a él espacio y tiempo.



El rosetón sur de la catedral de Chartres

El mandala tiene una posición especial entre los símbolos e imágenes en cuanto que integra en sí a todos los demás, y en última instancia a todo lo creado. Desde las estructuras más pequeñas hasta las más grandes encontramos mandalas por doquier. Cada átomo, no importa si elegimos el viejo modelo atómico de Niels Bohr o el nuevo de la física cuántica, forma, con su danza de electrones en torno al núcleo inerte, un mandala. Como en esta creación nuestra todo consiste en átomos, los mandalas son la estructura básica de toda materia. El principio de la danza en torno al centro es vinculante para todos los átomos, distinguiéndose el centro por sustraerse ampliamente a nuestra comprensión. Incluso en la concepción de las matemáticas, el centro no es de este mundo; el *punto central* no tiene extensión en el espacio y, por definición, no puede tenerla. Si lo dibujáramos como punto, eso ya sería demasiado, porque nuestra concepción se plasma en el espacio y, por tanto, va más allá del punto. El punto es unidimensional y por tanto, desde el punto de vista geométrico, perteneciente a la unidad. El *Tao Te King* describe el cubo de la rueda, o el vacío que reina en él, como el centro decisivo en torno al que gira todo. La danza mitológica en torno a la Nada es confirmada por nuestro conocimiento de las estructuras internas de los átomos. El núcleo es diminuto en extensión, comparado con su envoltura de electrones. Si ésta tuviera las dimensiones de la basílica de San Pedro, la mayor iglesia de la cristiandad, su núcleo tendría en proporción el tamaño de un grano de polvo. Sin embargo, todo gira en torno a ese núcleo, a esa nada.

En la célula, la piedra fundamental de la vida orgánica, volvemos a encontrar una estructura de mandala. Todo gira aquí en torno a un núcleo la mayoría de las veces en reposo; toda la información para la vida de las múltiples estructuras celulares procede de él. Como toda la vida orgánica está

construida sobre células, también a este nivel el mandala es la base de la vida. Incluso en el ámbito inorgánico, muchos cristales se basan en la estructura del mandala, en torno a cuyo centro se construye el cristal.

Si pasamos a las estructuras mayores que podemos conocer, volvemos a encontrar mandalas. La Tierra misma, pero también todos los demás planetas y cuerpos celestes, responden al modelo del mandala al girar en torno a su centro inerte, en el que actúa la fuerza de la gravedad. Todo el sistema solar representa también un mandala, igual que las nebulosas en espiral y el universo en su conjunto.

La espiral, mandala ella misma, da especial énfasis a la forma del mandala ya que recalca el elemento de movimiento inherente a él. Todo procede del centro, se mantiene referido a él y tiende a regresar a él. El universo ha surgido del centro de la espiral y volverá algún día a él, como nos revela el mito indio de la creación y, desde hace poco, afirman también algunos astrofísicos. La luz vitalizadora del sol no nos alcanza en línea recta, sino por un recorrido en espiral. También en el microcosmos, donde surge la materia, está presente la espiral. Las partículas subatómicas siguen a menudo rutas en espiral. Y allá donde tiene su fundamento la vida orgánica, en el código genético, en el interior de los núcleos celulares, la doble espiral del ADN ocupa el centro. En todos los puntos de la vida es reconocible el modelo en espiral. Así, no sorprende que también represente un papel esencial en la concepción y la muerte. Cuando el alma se sumerge en el cuerpo, esto se experimenta a menudo como un torbellino en espiral, y del mismo modo vuelve a abandonarlo al morir, como sabemos por la terapia de reencarnación.

Desde la mayor dimensión del macrocosmos hasta la más pequeña del microcosmos, nos encontramos con el mandala. Pero también en los ámbitos intermedios en que

se desarrolla nuestra vida está próximo el mandala. Nos mira desde los cálices de las flores como desde los ojos de los animales y las personas. Gira en cada remolino de agua, pero también en los torbellinos y tifones. Está en las conchas de los moluscos y los caracoles y en cada copo de nieve. Si se piensa que no hay dos copos de nieve o cristales de hielo iguales, pero que todos están formados con el modelo de estrella de seis puntas de un mandala, se podrán medir sus múltiples posibilidades y su papel en el marco de la Creación. Todo viene del mandala o está en camino hacia él, porque también la gran explosión originaria, tal como nos la describe la ciencia, forma un mandala. E incluso el más imponente macizo de roca se desmenuza con el tiempo en granos de arena, y por tanto en mandalas. De los mandalas del átomo surge todo, y a esos mismos mandalas volverá. No es más que el gran engaño del tiempo lo que nos separa del mandala.

Si todo se encuentra de camino al mandala, no debe sorprender que también los seres humanos sigamos este modelo universal. La vida en el mundo polar toma su primera forma en el centro del mandala, en el óvulo fecundado, un mandala a su vez. De la falta de vinculación del espacio libre, el alma es absorbida a la estrechez del cuerpo, que se siente al principio como una prisión. El *punto* central del mandala corresponde a la unidad, el paraíso, donde todavía no hay oposiciones. Conforme al mandato bíblico de someter a la tierra, el niño querrá salir cada vez más del centro. En el seno materno aún está muy próximo al centro y por tanto a la unidad. Está íntimamente unido con la madre a través del cordón umbilical, una situación paradisíaca en que el alimento está garantizado. Con su crecimiento, el niño se aleja paso a paso de este paraíso, y se hunde en la polaridad en cada etapa de su evolución. Pronto su nido se vuelve demasiado estrecho. Entre dolores, y lo quiera o no,

la madre expulsa al niño mediante fuertes contracciones. Con la primera respiración, el niño se une a la polaridad del inspirar y espirar. El corazón se divide por la mitad, surge una mitad izquierda y una derecha. Si hasta ahora el niño respiraba con la madre, ahora tiene que aspirar por sí mismo. Si hasta ahora el alimento le llegaba solo, ahora tiene que chupar. Sin duda sigue recibiendo lactancia, pero también eso termina pronto. Con el destete se ejecuta un paso más hacia fuera, en dirección a la polaridad. Aún es alimentado, pero pronto tendrá que comer por sí mismo y, finalmente, alimentarse a sí mismo. Tendrá que abandonar a la segura Madre Tierra, que hasta ahora ha conocido sobre todo boca abajo, para ponerse sobre sus patas traseras. Con ello alcanza un inestable equilibrio, y sigue avanzando hacia la inseguridad de la polaridad. Con su primer «¡No!» sigue avanzando por ese camino, y empieza a excluir cosas, con lo que en última instancia surgen sombras y las oposiciones de la polaridad emergen aún más bruscas.

Al llegar la pubertad ya se ha alejado un buen trecho del centro del mandala, y pone fin a su existencia infantil, todavía relativamente neutra. El niño tiene que morir para que la mujer o el hombre puedan vivir. Con la emancipación de los padres, tras una adolescencia lograda, se da otro paso hacia la autonomía, y la tensión de la vida aumenta constantemente. Con la búsqueda de la media naranja, como la voz popular llama a la pareja, las tensiones suelen crecer aún más, y con el matrimonio y la fundación de una familia propia aumentan la responsabilidad y la carga, pero también las oportunidades. La polaridad es ahora claramente perceptible. Ya son muchas las cosas que no van como uno quiere, y cada vez más aparecen las sombras en las empresas acometidas, por bienintencionadas que sean. Todos los esfuerzos posteriores por llevar las riendas de la vida y someter la tierra aumentan la tensión y la responsabilidad. Si

se logra acumular grandes riquezas, éstas tienen que ser administradas y en última instancia vigiladas, lo que a su vez refuerza la tensión.

Finalmente, en la periferia del mandala llega el punto del irrevocable retorno. El único paso adelante posible es aquí el paso atrás. Aunque hoy tratamos de ignorarlo e incluso de saltárnoslo, este límite externo del modelo vital sigue siendo insuperable. Jamás una persona o ser ha salido de este modelo salvo por su punto central. Todos los intentos de aferrarse a la periferia y negarse a seguir el modelo del camino de la vida fracasan de uno u otro modo, desde lo simple a lo espectacular. A partir de este punto se aplica la frase de Cristo: «Si no os volviereis y os hiciereis como niños, no entraréis en el reino de los cielos.» Ahora todos los caminos van en dirección contraria, de vuelta hacia el punto medio del mandala y a la despedida de la polaridad en la muerte. Todo aferrarse al borde del mandala en la mitad de la vida es un desesperado trabajar contra la vida y consume absurdamente energía en acciones tan espasmódicas como carentes de oportunidad.

Como el objetivo del camino es el centro, y por tanto la muerte, las personas que no creen en el ritmo de vida, muerte y vida tienen el mayor de los miedos y hacen cualquier cosa por evitar este punto. Como es evidente que esto no es posible, evitan al menos reconocer este hecho, y así, sucede que entre nosotros la muerte degenera en un espectáculo indigno. Las culturas que hacen del mandala el centro de su existencia, por ejemplo la tibetana, reconocen en la muerte y la concepción una misma puerta que únicamente se utiliza desde dos lados.

Este modelo básico de toda vida es utilizado por las grandes religiones para ilustrar el camino. También la religión cristiana lo conoce, y lo ha eternizado en los rosetones góticos. La parábola del hijo pródigo se refiere a él. El padre,

símbolo de Dios y de la unidad, vive con sus dos hijos en su granja. Cuando uno de los dos se rebela, exige su herencia y se aparta, él, a regañadientes, le deja salir al mundo. El hijo abandona el centro del mandala y se vuelve seguro de sí mismo hacia el exterior. Se encuentra con todas las dificultades imaginables, derrocha su herencia y, cuando finalmente queda rebajado a ser porquerizo, se acuerda de su padre y de la unidad, vuelve y es recibido con los brazos abiertos. El padre organiza para el hijo pródigo la gran fiesta que tanto irrita al hijo que ha quedado en casa, supuestamente el buen hijo. Éste nunca ha sido homenajeado con una fiesta. Desde la perspectiva del mandala, es comprensible: ¿por qué alguien que se agarra al nido habría de ser además recompensado por su falta de valor? Hay que partir y arriesgarse a vivir la vida. Lo tranquilizador en esta parábola es que al parecer sólo tenemos que intentarlo, pero podemos fracasar... Lo principal es que recordemos el camino y volvamos en un momento u otro a la unidad con el padre.

Budismo e hinduismo honran aún más expresamente al mandala. Construyen sus templos sobre plantas en mandala y describen el camino de la vida como mandala. En su figura clásica, lo representan con cuatro puertas de entrada en los cuatro puntos cardinales y un símbolo de unidad en el centro. Con ello expresan que hay muchos caminos para una sola meta en la que hay un modelo. La descripción oriental del camino «de aquí a aquí», que ha producido muchos malentendidos porque algunos la consideraban como un salvoconducto para no evolucionar y quedar inmóviles, encuentra su sentido y explicación en el mandala. El camino conduce del centro al centro o, más claramente aún, del centro vivido inconscientemente al centro buscado conscientemente.

Mito y leyenda conocen también este modelo y saben ilustrarlo a su modo. La vida del héroe Ulises describe un viaje completo por el mandala. El viaje de Ulises a Troya re-

presenta el camino de ida, su victoria allí representa el centro de la vida, y toda la aventura de la Odisea propiamente dicha ilustra el retorno del héroe junto a su media naranja, Penélope.

El héroe del Grial, Parsifal, es retenido por su madre Herzeloide en casa, en el nido. Ha tenido malas experiencias con el mundo, en el que perdió a su esposo Gahmuret, el padre de Parsifal. Así que viste de mujer a su único hijo y le da una educación inútil para el mundo exterior. Pero apenas Parsifal ve a los primeros caballeros, se escapa. En todo caso, tiene que pagar el precio de su aprendizaje y comete error tras error: abate sin motivo al Caballero Rojo, Itter, y cuando llega al castillo del Grial no puede plantear la pregunta redentora, dirigida a la sombra, «¿Qué te pasa, tío?», porque su madre le ha inculcado el no hacer preguntas. Sólo en el punto más hondo, en la más desolada desesperación, el camino de vuelta se abre ante él. En la película *Excalibur*, de John Boorman, la respuesta redentora para el reino hundido en la agonía es: «El rey y el país son uno.» El rey como símbolo de la unidad representa el centro del mandala y es idéntico a su reino, el campo del mandala, que sólo se desarrolla desde el centro y es impensable sin él.

El típico héroe de leyenda tiene que abandonar su casa, y con ello el centro del mandala, tarea que a menudo le es facilitada por una fea madrastra o unos duros padres. Tiene que superar sus tareas en el mundo para ganarse su *ánima*, su parte femenina. Una vez encontrada y conquistada, el héroe regresa unido a ella al reino del padre, y colorín colorado este cuento se ha acabado. Este típico final indica que no se trata aquí de acontecimientos históricos, sino intemporales.

Resumiendo, se puede constatar que las historias del mito, la leyenda y la parábola son auxiliares para poner de manifiesto el modelo vital y guiarse por él. Nuestro desprecio hacia todos estos auxiliares y el olvido del mandala como mapa fundamental de la geografía del espíritu dificultan al hombre moderno hallar su camino, y sobre todo asumir las etapas de transición que lo jalonan.

Toda evolución se lleva a cabo en tales etapas, no continuadamente, como los evolucionistas siguen creyendo a la sombra de Darwin. No es casualidad, sino producto del método, que a su teoría de la evolución le falten tantos eslabones. La evolución se produce a saltos. Para ellos tenían los antiguos sus ritos de paso.

3

LOS RITUALES COMO CLAVE PARA NUEVOS SEGMENTOS DE LA VIDA

El ilustrado hombre occidental no echa en falta esos rituales, al contrario, está contento de haberse librado de tales «supersticiones». Puede resultarle sorprendente que, observada con precisión, la vida moderna contenga muchos rituales parecidos a los de la arcaica. La diferencia esencial está en la conciencia de ello. Seguimos llevando a cabo los más variados rituales, sólo que ya no lo hacemos conscientemente. Quien observe a personas saliendo de sus coches en un gran aparcamiento podrá constatar una cantidad asombrosa de rituales de seguridad y cierre. Incluso los propietarios de coches con cierre centralizado comprueban concienzudamente las cuatro puertas, otros vuelven varias veces al lugar donde tuvo lugar su necesidad de cerrar. Otros dan una vuelta completa a su vehículo, y muchos vuelven la vista una docena de veces para *irse tranquilos*. No es muy diferente lo que ocurre al dejar la casa para irse de vacaciones. Se controla y revisa siguiendo el lema: «el doble y el triple es mejor». Quien observe a hombres «adultos» en zonas peatonales podrá ver a algunos que sólo pisan las divisorias entre las losas, mientras otros evitan precisamente esto y sólo pisan el centro de las mismas. En los trenes, se ve a personas que cuentan obstinadas los postes que pasan. Otros leen compulsivamente por delante y por detrás

lo escrito en los folletos publicitarios. Otros tienen sus especiales rituales de lavado, y algunos convierten sus visitas al baño en un trono en torno al cual celebran un impresionante ritual de deslastre. Y si un viaje limita las posibilidades de este ritual, se niegan a deslastrar. Algunos han desarrollado un ritual de limpieza especialmente depurado para su persona, otros para su coche. Otros a su vez marcan inconscientemente su territorio tocando varias veces determinadas esquinas y bordes, etcétera.

Junto a actos tan inofensivos, a menudo no obstante molestos en su inconsciencia, hay muchos rituales que llegan a tener un valor patológico. Con una mirada un poco adiestrada, en nuestra sociedad se puede diagnosticar un carácter básico compulsivo. Muchas enfermedades compulsivas hacen que para algunas personas la vida sea un infierno compulsivamente ordenado y mil veces controlado. Quien tiene que lavarse las manos más de cien veces al día y experimenta pánico si deja de hacerlo ya está enfermo de bastante gravedad. Sucumbe a un ritual de lavado compulsivo en el que hay algo más que suciedad externa, que quedaría suficientemente eliminada después de los primeros lavados. La suciedad, y quizá también la sangre que, en sentido figurado, se pegan a las manos, son aquí el tema. En el marco de la terapia de reencarnación, la mayoría de las veces se puede encontrar muy pronto el origen de tales rituales de limpieza en viejos rituales que hay que rescatar del olvido para librarse definitivamente de ellos. Mediante un lavado exterior, por efectivos que sean los medios que se empleen, jamás se conseguirá mejoría en estos cuadros patológicos. Lo mismo ocurre con las distintas formas de limpieza compulsiva, que a veces llegan a impedir una vida normal. Igualmente opresivos, y en consecuencia también agobiantes, pueden llegar a ser los controles compulsivos. Tras ellos se ocultan a menudo rituales de seguridad rotos en una época pasada y oscura. Los intentos inconscientes de indemnizar esa quiebra mediante un control exagerado de cosas absurdas pueden no encontrar mejoría alguna mientras las raíces de la temática se mantengan ocultas. La compulsión numérica remite frecuentemente a rituales de ordenación fallidos, y el ejercicio compulsivo de la religión hace pensar en rituales fracasados y reglas de orden infringidas.

Típico del evento compulsivo es el miedo que surge en caso de omisión. Hoy los afectados se sancionan con ese miedo, en la situación originaria se han sustraído a menudo a las sanciones impuestas a la omisión o impedimento del ritual. Los afectados dan valor a la ejecución secreta de sus rituales, tal como en origen estaban probablemente ideados. Desde este punto de vista, detrás de muchos síntomas neuróticos se pueden encontrar rituales abandonados. Si aceptamos que casi sin excepción tenemos ciertos rasgos neuróticos, es fácil ver en nuestra moderna sociedad ilustrada una forma nueva y más enferma de la vieja comunidad ritualizada.

Para eso no tenemos que entregarnos sólo al nivel de contemplación psiquiátrico. Hoy encontramos aún no pocos rituales de importancia social. Habría que mencionar aquí todo el mundo jurídico. Desde los comienzos de la jurisprudencia se emplean rituales. ¿Por qué iban los jueces, en su mayoría masculinos, a llevar vestimentas talares como ropas rituales, y a veces incluso pelucas, si no quisieran escurrirse dentro del papel simbólico de la Justicia con mayúsculas? ¿Por qué hay que ponerse de pie cuando entra el excelentísimo tribunal? ¿Por qué todas las reglas se practican de forma tan estricta y ritualizada? ¿Por qué en algunos países el juez no puede permitir que un acusado permanezca sentado?

En la medicina hay numerosas estructuras y reglas igualmente ilógicas, que sólo se pueden comprender desde el

punto de vista del ritual. Son defendidas con argumentos peculiares, y a veces incluso falsos. Sin embargo, son mantenidas con testarudez, por una oscura intuición que los que menos entienden son los propios científicos.[2]

También se ven estructuras ritualizadas en empresas y palacios gubernamentales, en visitas de Estado y en todos los actos de representación, en negociaciones y en el ritual matinal de arreglarse, al comer y al irse a dormir. ¿Por qué si no habría que sellar un acuerdo con un apretón de manos, firmar un contrato? La columna vertebral de nuestra sociedad, la circulación del dinero, es en última instancia un mágico juego con cifras que tiene un carácter marcadamente ritual. El tráfico urbano, hijo predilecto de nuestras modernas sociedades industriales, sigue reglas estrictamente ritualizadas. Nos atenemos a ellas no porque sean lógicas, sino porque son como son. No es más lógico conducir por la derecha que por la izquierda, pero es peligroso infringir el ritual y oponerse a sus reglas.

De manera abierta, empleamos y necesitamos rituales en la mayoría de los ámbitos importantes y menos importantes de nuestra vida. Somos conscientes de muy pocos de ellos, aunque sean tan evidentes como los de la justicia. Está claro que funcionan incluso siendo apenas conscientes. Al parecer, hay una instancia dentro de nosotros que nos hace buscar y encontrar rituales sustitutivos inconscientes cuando hemos eliminado o rebajado los rituales oficiales.

En los viejos rituales de nuestro ámbito cultural, podemos distinguir con mucha exactitud de qué se trata en realidad: los siete sacramentos de la Iglesia católica son rituales para las grandes crisis de la vida y, como su nombre indica, acciones sagradas con el objetivo de que los hombres se salven y, en última instancia, se hagan santos. El *sacramento del bautismo* introduce con agua en la vida (cristiana), la *primera comunión* garantiza, como encuentro con Cristo a

través de su carne (hostia) y su sangre (vino), pleno acceso a la comunidad de los creyentes, expresado mediante la admisión a la cena o comunión. La *confirmación* refuerza el contacto con el Espíritu Santo. El *sacramento del matrimonio* inicia, con la bendición de Dios, la vida de pareja con otra persona. El *orden sacerdotal* inicia en la unión con Dios. La *unción de enfermos* prepara —de forma en todo caso no oficial— ritualmente el paso al otro mundo. En las crisis que se producen entre una situación de cambio y otra, el sacramento de la *confesión* aporta alivio espiritual al descargar de la culpa, y responde así a un ritual clásico de purificación. En todo caso, originariamente la confesión estaba pensada así, antes de degenerar en más de un sentido en instrumento de disciplina y sanción.[3] Pero aparte de eso la posibilidad de obtener absolución por los errores cometidos en la vida tiene algo de alivio para el espíritu. La confesión es en realidad incluso el ritual cristiano de conversión. Se hace balance, se rinden cuentas y se experimenta la Metanoia, lo que es tanto como una conversión y se interpreta en el ámbito católico como arrepentimiento. Los siete sacramentos dieron a la vida un marco ritual hasta el momento en que la cultura cristiana dejó de unir a las personas y, a falta de un culto unificador, dejamos de ser una *cultura*.

Como hemos privado de su valor o por lo menos descuidado esos ritos de paso, hay que contar con que a este respecto se hayan desarrollado diversos rituales sustitutorios. Pero, como se mostraba en el ejemplo de los ritos compulsivos, los rituales sustitutorios ya no cumplen satisfactoriamente su función. A pesar de su repetición, está claro que su efecto liberador no se acerca al de sus modelos conscientes. El fenómeno se pone aún más de manifiesto cuando contemplamos los modernos rituales sustitutorios de la pubertad. Si un joven de una cultura tribal se convertía en adulto mediante una sola prueba ritual de valor, a menudo a noso-

tros no nos basta ni con cien pruebas de valor. Para aproximarse a este secreto es preciso ocuparse con más intensidad del trasfondo y la estructura de los rituales.

LOS RITUALES Y SU FORMA DE ACTUAR

El acceso más sencillo al ritual lo abre la experiencia. Para las personas de nuestra época creyente en la ciencia, esto se ha hecho difícil, porque hasta ahora la ciencia no está en condiciones de explicar la eficacia de los rituales. Las ciencias naturales oficiales ni siquiera pueden ofrecer un punto de apoyo intelectual prometedor a este respecto. Jürg von Ins, que en su tesis doctoral se ocupa de los rituales desde el punto de vista científico, dice al respecto: «Pero aquel que asciende a la realidad ritual desciende al mismo tiempo del trono de la objetividad científica.»[4] Aunque la ciencia no halla forma de descender de su «trono», ya no puede haber duda de que mediante los rituales se pueden conseguir profundos efectos. Así, por ejemplo, mediante la expulsión ritual de la tribu los chamanes pueden condenar a muerte a miembros de la misma que hayan infringido un tabú. Incluso disfrutando de la mejor salud, los afectados mueren en cuestión de horas. Lo mismo se ha certificado con el vudú y rituales comparables. En el polo opuesto, se han documentado tantas curaciones rituales a lo largo de todos los tiempos que ni siquiera los científicos pueden discutirlas seriamente. Incluso bajo estricta supervisión científica, se producen frecuentes curaciones rituales también con un trasfondo cristiano, como por ejemplo en Lourdes.

La explicación que más se aproxima al pensamiento de las ciencias naturales se desprende del descubrimiento por Ruper Sheldrake de los campos morfogenéticos.[5] Sheldrake utilizó el método científico de su especialidad, la biología,

para seguir la pista en sus experimentos de fenómenos incomprensibles que aparecían una y otra vez. Constató una serie de fenómenos peculiarmente inexplicables, pero con una coherencia interna. En un experimento destinado a aclarar la cuestión de si el conocimiento adquirido es hereditario, los científicos entrenaron a ratas para encontrar en un tiempo breve la salida de un laberinto. Cruzaron a las ratas entre ellas y constataron que los cachorros podían resolver la tarea en el mismo tiempo que sus padres. Con esto parecía probado lo hereditario del saber adquirido. Sin embargo, otros científicos en otro lugar del mundo no lo creyeron, y repitieron el experimento. Con un laberinto de las mismas dimensiones, sus ratas lo conseguían desde el principio en el mismo tiempo. Cuantas veces se repitiera el experimento y se entrenara a las ratas para conseguir mejores tiempos, el resultado era igual de sorprendente: las ratas de este mundo siempre tenían el mismo nivel de capacidad, y al parecer sin ninguna posibilidad de comunicación heredada. Tenían que mantener una comunicación lógica y casualmente incomprensible, pero comunicación al fin y al cabo (del latín *communis*, común), porque su parecido era imposible de pasar por alto. Tras haber reunido más de esos sorprendentes resultados, Sheldrake formuló su teoría de los campos formativos, que transmiten conexiones a cualquier distancia sin apoyarse en estructuras materiales o estar sometidos a las leyes temporales.

La investigación militar rusa proporcionó un resultado igual de asombroso. Para comprobar un sistema de comunicaciones a prueba de interferencias, se hizo el siguiente y brutal experimento. A una coneja se le quitaron los cachorros poco después de nacidos, y fueron llevados a bordo de submarinos a lugares del mundo muy alejados. En determinadas horas previamente fijadas, se sacrificó a los cachorros, mientras se hacían mediciones fisiológicas a la madre.

De esos datos se desprendía claramente que la madre sentía cuándo mataban a uno de sus cachorros. También en este caso cabe hablar de una conexión que ni se apoya en la materia ni necesita tiempo para la transmisión de la información. Pero una cosa así no estaba prevista en la imagen científica del mundo que tenía la biología.

En el hombre, la llamada percepción coenestética entre la madre y sus hijos recién nacidos representa un fenómeno similar. Las madres reaccionan incluso dormidas a las mínimas señales acústicas de sus niños, pasando en cambio por alto sonidos mucho más fuertes procedentes de otras fuentes. El americano Conden pudo demostrar, mediante cámaras lentas hipersensibles, que las personas que están en comunicación están unidas entre sí a través de los llamados micromovimientos. Estos diminutos movimientos, aunque visibles en la película, no son percibidos por los afectados. No se trata de reacciones a lo escuchado, sino de un vibrar simultáneo que se daba en todas las personas, salvo en niños autistas.

Según los actuales conocimientos científicos, todos esos fenómenos no pueden darse, y sin embargo han quedado probados. Con su idea de los campos inmateriales que transmiten informaciones y modelos, Sheldrake no proporciona una explicación lógica, pero sí una descripción y un marco.

La idea de que hay campos o imágenes que estructuran nuestra realidad ayuda a integrar una serie de fenómenos hasta ahora inexplicables. Con este enfoque, en la embriología se pueden comprender mejor muchas cosas. También el hecho de que en los cultivos artificiales las células crezcan sin límite, pero no lo hagan en los tejidos y órganos correspondientes, tiene su explicación en esto, porque en los cultivos falta la imagen, el plan de la estructura final. El hecho de que a menudo las soluciones químicas saturadas no puedan

cristalizar, pero en cuanto se les añade un único cristal empiezan a hacerlo explosivamente, se vuelve asimismo explicable. También el efecto de elevadas potencias homeopáticas se puede entender con los campos de información, así como el efecto de las vacunas incluso al cabo de años, cuando apenas se han podido encontrar anticuerpos. Como en la homeopatía, parece que basta una única molécula defensiva como muestra o información. Una vez puestas en el mundo, parece que las imágenes pueden tener efectos incluso en el plano material, de un modo que hasta ahora no nos resulta explicable lógicamente, y eludiendo el tiempo, porque pueden actuar en todas partes a la vez. El secreto podría estar en la información. Transporta contenido por la forma espacial. Una analogía serían los planos de una casa que sólo existieran en la cabeza del arquitecto. Sin ellos no es posible construir, aunque sean inmateriales y no incidan directamente en la obra. Existen desde el principio hasta el final y actúan al mismo tiempo en todas las partes de la casa.

Con su teoría biológica, Sheldrake pudo dar el paso que la nueva física había dado a principios de este siglo al superar la causalidad en favor de la sincronicidad. Entonces, los físicos averiguaron que diminutas partículas de fase bloqueada, es decir, partículas que proceden del mismo acontecimiento y de la misma fuente, siempre aparecen por parejas y se comportan entre sí como la imagen en el espejo. Si se influía sobre las propiedades de una, la otra cambiaba en el mismo momento, sin que en ella se hubiera hecho nada. Ambas lo hacían todo para seguir siendo su mutua imagen en el espejo. Por si esto no era ya inexplicable, el descubrimiento de que entre los cambios paralelos no transcurría ni el menor tiempo cambió definitivamente la comprensión del mundo de la física. La transmisión de información hereditaria no servía para explicar el caso. En ese momento, muchos físicos abandonaron su resistencia a la nueva imagen

del mundo que alboreaba y reconocieron la sincronicidad como principio determinante y superior a la causalidad. El inglés John Bell demostró que esto no es aplicable sólo al ámbito subatómico, sino en general a toda la Creación. Si ésta procede, como afirman los astrofísicos, de una única explosión —el Big Bang—, todas sus partículas tendrían que guardar una relación sincrónica. Pero esto nos lleva al reconocimiento de los vedas hindúes y de las sutras del budismo de que en esta Creación todo está relacionado con todo, y no de forma causal sino sincrónica.

Sobre esta base también se puede insertar la acción de modelos. Según esto, los rituales constituirían campos que existen y actúan sin mediación material y con independencia del tiempo. Claramente, el campo se constituye mediante la repetida y exacta ejecución del modelo ritual, y con la misma seguridad representa un papel importante la carga energética surgida por la conciencia de ello. La conciencia hace que el ritual sea constantemente recreado dentro del marco dado, con lo que toda percepción consciente influye sobre lo percibido, como entretanto ha confirmado también la física moderna. Ésta es la explicación de por qué los rituales tomados prestados de culturas ajenas apenas tienen eficacia entre nosotros. Simplemente no podemos percibirlos, porque aún no son ciertos para nosotros. También falta al principio la capacidad de ejecución exacta: la llave no entra exactamente en la cerradura, así que la puerta no se abre a un nivel eficaz. Por eso tampoco es eficaz el factor de reforzamiento mediante la repetición. Al fin y al cabo, a menudo la carga consciente no es posible, porque los símbolos del ritual no encuentran resonancia en los participantes. Al parecer, tenemos un acceso natural a los símbolos básicos de la cultura en la que nacemos. Nos es fácil reconocerlos, y sólo ellos desencadenan esa vibración interior esencial para los rituales. Con los símbolos y modelos ajenos tendríamos

que construir relaciones de intimidad sólo mediante un largo proceso. Pero en la mayoría de los casos no seguimos el tiempo suficiente con los rituales ajenos porque precisamente al principio no tienen especial eficacia.

El primer paso a la hora de construir un nuevo campo siempre *es el más difícil*, como advierte el refrán popular («todos los comienzos son difíciles») y cualquier persona sabe por experiencia. En cambio, una vez construido, el campo tiene una estabilidad impresionante. Las primeras brazadas en el nuevo elemento son terriblemente difíciles. Pero cuando se ha aprendido a nadar, se sabe para siempre. Incluso si se lleva diez años sin nadar, la capacidad se conserva de alguna manera y en alguna parte. La pregunta sería dónde queda almacenada. Ni una sola célula de hace diez años continúa allí; las células del cuerpo han sido renovadas, e incluso en las células nerviosas todos sus elementos han sido renovados por el metabolismo. Pero el patrón «nadar» se mantiene, sin base material y con una relativa independencia del tiempo transcurrido. El factor temporal representa sin duda cierto papel, pero en última instancia subordinado. Si se pasan décadas sin nadar, se producirá cierta palidez del modelo. Una situación comparable se encuentra también en los rituales que no se practican durante largo tiempo o, en todo caso, ya no conscientemente.

La conciencia es la energía del motor del ritual. También esto responde a la experiencia cotidiana. Un desarrollo de una acción ejecutado con plena conciencia se graba en la mente mucho más deprisa que uno sólo imitado de manera mecánica. Pero incluso la simple imitación hace surgir modelos fiables no sólo en simios pequeños. Mediante nuestros actos influimos claramente en nuestra propia realidad interior y en la realidad exterior. La influencia en el mundo interior queda clara en todas las capacidades adquiridas, que se ejercen sobre el mundo exterior en muchas ocasiones.

Que en este país la mayoría domine sobre todo la natación a braza, y en realidad sólo asocie este estilo a la palabra «nadar», aunque por ejemplo el *crawl* es un estilo más efectivo, es algo que tiene que ver con el campo colectivo. El campo creado en un templo o catedral, en el que durante largo tiempo muchas personas han meditado y rezado, es perceptible para personas carentes de experiencia en el tema e incluso para no creyentes.

Cuanto más coordinados y uniformes son nuestros actos, tanto más fuertemente se graban en la mente, y constituyen campos tanto más claros. Los campos permanentes, como muestra el ejemplo de la natación, sólo surgen a partir de cierto grado de conciencia y tras determinado número de repeticiones. Definir este punto exactamente resulta tan difícil porque sabemos menos de estos ámbitos psíquicos y energéticos que cualquier chamán «primitivo». Al parecer, el punto de estabilidad permanente sólo se alcanza cuando el modelo *nos ha calado hasta los huesos*, como tan gráficamente solemos decir. Los campos alcanzan la permanencia natural cuando ya no tenemos que esforzarnos intelectualmente para percibirlos, es decir, cuando «se» nada o conduce sin especial concentración, «por sí mismo». Ni este «se» ni el «por sí mismo» pueden delimitarse en el espacio. Los campos están tan dentro de nosotros como nosotros dentro de ellos. Como son indeterminables espacial y temporalmente, están en todas partes y en ninguna.[6] Y aun así, se puede entrar en un campo, llamar a su puerta en todo momento. Donde existe una afinidad, donde se ha tomado contacto, actúan; donde nadie se preocupa de ellos, permanecen a menudo imperceptibles. Sería ingenuo afirmar por eso que no existen. Sería como si una persona que no tuviera radio negara por eso la existencia de los programas radiofónicos. Sería más correcto decir que no existen *para él*, porque *no tiene antena para ellos*.

Así, ocurre que cada uno vive en la realidad de sus propios campos. Para el nativo que cree que sólo puede sobrevivir dentro de la comunidad, la exclusión tiene efectos mortales. Quizá al final de nuestra vida morimos solamente porque eso forma parte de nuestro campo de realidad. Que las células envejecen es un argumento de otro plano de la realidad distinto y subordinado. Las células también se someten a la muerte del joven nativo, aún vital. Seguramente nos sentimos mal después de una fechoría porque entramos en conflicto con nuestros campos. Pero está claro que éstos están marcados con distinta fuerza según las personas. La conciencia también actúa aquí, y siempre entra en acción cuando rompemos un modelo de nuestro campo.

En la educación creamos campos, de manera parcialmente consciente, o intentamos anclar algo así como una conciencia. Cuando a un joven de una familia en la que todos son universitarios se le pregunta qué carrera quiere estudiar, pero nunca *si* quiere estudiar una carrera, al cabo de cierto tiempo sólo existe para él el campo «carrera». En última instancia, a menudo es intención inconsciente de los padres que a sus retoños no lleguen a ocurrírseles ideas incómodas. En parte, pues, sabemos cuánto condicionamos la realidad con nuestras expectativas. La psicología conoce la expresión *self-fulfilling prophecy*, que significa que algunas personas se comportan inconscientemente de modo tal que las profecías se hacen realidad en sus vidas. También aquí podría tratarse de la acción de un campo que una personalidad más fuerte imprime con ayuda de su capacidad de sugestión en la conciencia ajena. Por otra parte, toda forma de *presión* es ya el primer paso hacia una malformación así.

La *influencia* es un tema conocido y temido en la terapia. Los procedimientos orientados hacia la psicología académica intentan influir lo menos posible, hasta llegar al espasmódico intento del llamado procedimiento no directivo. Pero

en última instancia toda forma eficaz de psicoterapia es también influencia, y por ambas partes. Es en realidad un confluir de las energías. La pregunta consiste únicamente en hasta qué punto el terapeuta es consciente de ello. La terapia hace surgir un campo en el que, en un caso ideal, es posible dar un paso en dirección a la curación. Los terapeutas saben por experiencia lo importante que es en este punto la «vibración» correcta, cuánto más fácil es lograrla en un local en el que ya han tenido lugar buenas terapias y qué papel representa el tiempo correcto en la vida del paciente y en la propia, incluso la hora del día. Todo esto contribuye a construir el campo de la terapia, igual que detalles como un olor adecuado y una música relajante. En un marco armónico se pueden conseguir mejores accesos a niveles psíquicos más profundos, y así los pasos hacia el desarrollo se vuelven más fáciles y más seguros.

Mundos rituales intactos

En los rituales de las culturas arcaicas está garantizada una buena preparación. Se da el mayor valor a la constitución del marco correspondiente. Aquello que rodeamos de solemnidad encuentra expresión natural en actos externos y actitudes internas. Los preparativos internos y externos ocupan amplio espacio y crean un marco seguro. Mediante cantos y bailes, en parte de larga duración, la concentración interna se incrementa hasta llegar, con frecuencia, al trance. Pintándose cuerpo y rostro, con máscaras y vestimentas especiales, los sacerdotes y participantes en el ritual dan también testimonio externo de la especial cualidad del tiempo y del acontecimiento interior que se espera. Todo se hace en última instancia al servicio del ritual, de aquel modelo al que se trata de dar expresión viva.

Los llamados primitivos jamás tienen la pretensión de crear algo nuevo ni mucho menos único en el sentido del arte, sino que su único objetivo es la realización de campos ya existentes y la reanimación de estructuras vivas, aunque invisibles. En el sentido más profundo, experimentan una repetición de la situación originaria en el mismo momento; por así decirlo, una nueva Creación, sin sentirse como creadores sino como testigos de la Creación. Para ellos todo está animado y predeterminado, y están ocupados y satisfechos ejecutando ese modelo vivo en cada momento. Como realmente viven de una forma auténtica la experiencia originaria, nunca puede surgirles el aburrimiento que tan fácilmente se nos pega a nosotros con la repetición. No necesitan documentos escritos y desconocen la historiografía. No les importa reseñar ningún tipo de acontecimiento histórico único, sino dar expresión viva al cambio eterno. Los rituales son la posibilidad esencial de enfatizar y facilitar momentos especiales, como las transiciones de un nivel al siguiente. Tanto en los acontecimientos cotidianos como en los importantes, el ritual les ofrece una posibilidad de dar al acontecimiento el marco correspondiente e integrarlo en su mundo (modélico).

La enorme ventaja para cada miembro de la tribu reside en que no considera dificultades personales los problemas relacionados con las transiciones, sino pasos necesarios que todo el mundo tiene que dar. El ritual le ayuda a generalizar la experiencia individual e integrarla así en el orden cósmico. Mientras entre nosotros los adolescentes o los adultos en edad madura y de cambio creen a menudo que son los únicos en tener tan agobiantes problemas, que desbordan cualquier marco, los nativos saben que todo esto forma parte del orden y por tanto está dentro de él.

Otra ventaja del trato consciente con los rituales está en que, empleados con habilidad, alivian a los padres y a la co-

munidad. Mientras entre nosotros los adolescentes tienen que crear por sí mismos los monstruos para sus luchas con dragones, y no pocas veces convierten en ellos a sus padres, los nativos reciben los necesarios demonios en forma armoniosa y tradicional. No necesitan escenificar con ayuda de drogas su muerte y su resurrección en el siguiente nivel. Si son necesarias, los nativos reciben las correspondientes sustancias psicodélicas, en el marco seguro de su culto, tras la correspondiente preparación física y psíquica, de la mano competente de su chamán. Así no corren peligro alguno de adicción, sino que tienen la oportunidad de pasar al estado siguiente de la evolución.

En lo que se refiere a la realidad de los rituales con y sin sustancias psicoactivas, puede ayudarnos un ejemplo de nuestra propia infancia. Muchos niños reciben antes de Navidad la visita de san Nicolás, en medio de una impresionante escenificación paterna que no pocas veces tiene efectos permanentes en la psique de los pequeños. Cuando este ritual no se lleva a cabo y los niños empiezan —representando papeles— a hacerse uno ellos mismos, no sólo ya no tiene la misma eficacia, sino que no hace más que revelar la necesidad de una visita celestial.

En lo que respecta a los ritos de paso, hace mucho que hemos ido a parar al papel de estos niños necesitados. El hombre moderno vive los cambios en su vida sin ayuda de la comunidad, a menudo en un agobiante aislamiento. Lo que más se parece a la elaboración de las situaciones de transición son los experimentos del ámbito terapéutico. Aquí se elaboran, con frecuencia mucho después, las incidencias no elaboradas de la vida. Por ejemplo, en el marco de la terapia de reencarnación es posible participar directamente en viejos rituales en los que trabajan campos activos, y experimentar así —y a la vez descargarse de— las correspondientes emociones y sentimientos. El psicólogo ameri-

cano Paul Rebillot[7] se ha especializado en este contexto en la temática de los modernos viajes épicos y sus rituales.

Rituales de curación

Si un miembro de la tribu se ha salido del orden y ha sido víctima de un accidente o enfermedad, necesita un ritual de curación. Esto no es otra cosa que el intento de cerrar el abismo al parecer abierto por el suceso entre esa persona y el orden existente. De forma similar a como se cierra una herida, acercando los bordes y cerrando así el abismo abierto, aquí se hace lo mismo en sentido figurado. Naturalmente, la hechicera o el chamán no confía simplemente en su propia experiencia, sino que pide ayuda a todos los niveles mágicos para el acto de reintegración o reunificación. En la medida en que el sanador pueda sentir y percibir los campos importantes para su mundo tribal, estará también en condiciones de intervenir regulándolos. Lo hace mediante actos simbólicos, que son el medio adecuado al plano figurado en que se mueve y corresponden en principio al acto de cerrar una herida en el cuerpo. Los buenos sanadores tienen olfato para saber hasta qué punto pueden intervenir. La decisión la dejan a los dioses, como ellos dicen... Se desprende de su intuición o de sus dotes, diríamos nosotros. También en el caso de una herida puede ser peligroso simplemente cerrarla, porque esto refuerza, en determinadas circunstancias, la tendencia a la infección. Sólo se puede coser una herida limpia. De este modo, sólo determinados problemas se pueden allanar, otros necesitan más atención y dedicación.

Aunque en tales rituales no se apunta a ello en el sentido intelectual en que nosotros utilizamos el término, el afectado toma conciencia de cómo se inserta en su vida el aconte-

cimiento y qué quiere decirle. Es inimaginable que un acontecimiento importante quede sin interpretar para un hombre primitivo. La pregunta es únicamente si nosotros podemos llevar a cabo esa interpretación. Como él siempre se siente bajo las alas del Gran Espíritu o una instancia divina comparable, no puede haber un azar ciego para él. Siente espontáneamente el destino como algo razonablemente *enviado* y destinado a su crecimiento. De toda esta estructura y de la confianza puesta en ella surgen curaciones impresionantes.

Además, para una sociedad arcaica es evidente que la jerarquía de la tribu se corresponde a un nivel superior con la de los dioses. Así como el cacique es la instancia superior en las cosas terrenas y el chamán en las religiones, el Dios supremo tiene una competencia omnímoda. La jerarquía es entendida aquí literalmente como el predominio de lo sagrado. Por eso, si algo se ha salido del orden en la tierra el chamán se pone en comunicación con la instancia más alta de la jerarquía divina, porque a ese nivel las cosas aún están en orden. Orientándose por ese modelo, tiene que intentar devolver la armonía. Este criterio de que el arriba corresponde al abajo no es tan lejano a los cristianos, que al fin y al cabo rezan en el Padrenuestro «Hágase tu voluntad, así en la Tierra como en el Cielo». Esto no sólo responde a la concepción de aquellas antiguas culturas basadas en rituales, sino también al principio esotérico: «Como arriba, así abajo.» En los últimos tiempos, tales imágenes del mundo son apreciadas incluso por el ojo estricto de las ciencias naturales, porque la física, en su condición de disciplina más avanzada, ha averiguado que las leyes máximas que hoy podemos reconocer son las de la simetría. Pero los niveles que se reflejan simétricamente (de arriba y abajo) son la base de imágenes del mundo arcaicas y religiosas.

Psicologizando, se podría desplazar al mundo interior todo el acontecer y hacerlo así aún más accesible al hombre

occidental. Si, en términos cristianos, el reino de Dios está en nosotros o, como dicen los budistas, el mundo exterior es un reflejo del mundo interior, todo ocurre dentro de nosotros. El chamán toma contacto con los niveles superiores dentro de sí y extrae de ahí las inspiraciones adecuadas. En última instancia, según la ley de la polaridad[8] ambas concepciones tienen que armonizar. Lo que se espera debido al propio ángulo de observación tiene que confirmarse en la realidad de los propios campos.

Para los rituales de curación es muy útil que el sanador conozca bien el ámbito de la enfermedad, aunque de forma distinta a como nosotros lo exigiríamos. Mientras nosotros partimos de la base de que los modernos médicos tienen que saber todo lo teóricamente posible sobre todos los cuadros patológicos, las culturas arcaicas consideran decisivo que el sanador recorra y conozca a fondo en persona el reino de la enfermedad. Lo que a nosotros nos parece inhabitual es en realidad muy lógico. Si planeáramos un viaje a Egipto, un guía que ya hubiera estado allí y pudiera guiarnos por experiencia nos parecería más fiable que otro que sólo hubiera leído mucho sobre el país y por ello se sintiera capacitado para guiarnos por un territorio desconocido.

Contemplar la enfermedad como un campo de conciencia no sólo tiene sentido en el pensamiento de las culturas arcaicas. Quién de nosotros dudará seriamente de que la enfermedad modifica la conciencia, o de que puede cambiar por completo la percepción de la vida. Algunos pacientes sienten con claridad cuánto deben una nueva visión del mundo a su superada enfermedad. Si se parte de la base de que la enfermedad representa un reino de conciencia propio, será comprensible que los futuros chamanes esperen a veces su enfermedad iniciática, que les da acceso a sus tareas y es a la vez enseñanza.

Está claro que con una actitud así la enfermedad alcanza

una inusual dimensión positiva. Si se concede a la enfermedad, junto a su papel como expresión del inconsciente, un carácter general de iniciación a una nueva tarea vital, como hicieron muchas culturas antiguas y como subyace también a la idea de *La enfermedad como lenguaje del alma*, no sólo cambia la postura personal respecto a este tema, sino la de toda la comunidad. Los enfermos ya no quedan aislados y al margen de la sociedad, sino que son tratados con atención y respeto, pues es con ellos con quienes el destino entra en especial contacto, hacia quienes se vuelve de forma especial. Aquí está la explicación de fenómenos para nosotros incomprensibles, como el especial respeto del que en algunas culturas gozan los epilépticos, los enfermos mentales o los inválidos.

RITUALES DE INICIACIÓN

La diferencia esencial con los rituales de curación está en que en los rituales de iniciación la indicación del destino no viene de arriba, sino de la tribu y del chamán mismo. En el ritual de iniciación, la responsabilidad de las lesiones o síntomas de enfermedad queda en manos del chamán. Sin duda el destino también contribuye, mediante los signos de madurez física y psíquica, a poner de manifiesto que se avecina un cambio, pero es esencial la tarea de hombres llamados a encargarse de hacer la necesaria cesura.

Sobre este telón de fondo, se puede entender por qué el sanador, chamán o hechicero se convierte incluso en infractor. Durante la iniciación a la vida adulta, la dureza que espera a los iniciados en este campo de la conciencia es eliminada mediante medidas rituales. A veces los iniciados son heridos físicamente, por ejemplo la circuncisión en una cultura cercana a la nuestra como la judía. A este campo pertenecen heridas intencionadas y pruebas de valor que ponen los pelos de punta, como estar de pie y encadenado sobre un hormiguero, expuesto a todos los insectos posibles enterrado hasta el cuello, o ser temporalmente expulsado de la tribu, pasando un largo y atemorizador período en el desierto, en el bosque o en cavernas solitarias, así como un miedo mortal conscientemente desencadenado mediante simulados ataques nocturnos de los espíritus y otros espantos similares.

Estas heridas, en sentido concreto o figurado, crean la necesaria cesura en la vida y ponen en contacto con el nuevo nivel de conciencia, preparado ya por los procesos físicos de maduración, con el que el solícito chamán reconcilia a los jóvenes mediante un trabajo simbólico activo y pasivo. Hasta aquí, el ritual de iniciación se parece ampliamente al de curación en su segunda fase. En vez del destino, la interrupción procede de la continuidad, la cesura, del chamán, el ritual de reconciliación con el nuevo nivel corresponde por entero por su marco al ritual de curación. Se trata de cerrar el abismo abierto por los procesos naturales de maduración y crecimiento entre la antigua conciencia infantil y la próxima de adulto. Las lesiones causadas simbolizan además lo insano, que va a ser experimentado. El sano mundo de los niños, el paraíso, se ha perdido y ha de ser abandonado. Son normales ciertos dolores y miedos, que tienen su tiempo y su lugar.

El enorme efecto de los campos de conciencia sustentados por todos los miembros de la tribu se pone de manifiesto una vez concluido el ritual. Los jóvenes han participado realmente en la iniciación, es decir, se han convertido en parte del mundo de los adultos, sin tener que aprender sus reglas o normas de conducta o someterse a cualquier otro entrenamiento. El proceso discurre con gran seguridad, más allá del plano intelectual y por tanto también más allá de

nuestro entendimiento. El campo morfogenético acoge al adulto y lo impregna desde ahora. Establece por sí mismo los nuevos límites y valores. Para los así iniciados, es impensable volver a los modelos infantiles.

Igual que nosotros no podemos imaginarnos la eficacia de tales ritos de paso, los nativos tampoco pueden comprender nuestros problemas con los cambios de la vida. Básicamente, la vida es más fácil para ellos y tiene menos estrés. La decisión ante cada crisis es tomada en lugar de ellos, prácticamente, por la tribu, y la línea apunta inconscientemente en la dirección correcta. Aquí, convertirse en adulto no es un mérito personal, sino tan evidente como para nosotros los procesos físicos de la pubertad.

Todos los miembros de la tribu proceden de un mismo tronco, como las ramas de un árbol, y dependen en todo los unos de los otros. La tribu cuida de todos sus individuos. Las crisis, en el sentido de difíciles decisiones individuales, son inimaginables, como también el desarrollo autónomo y el progreso. Todos siguen juntos el camino de la tradición tribal. Un camino autónomo sería imposible, porque un miembro separado del tronco común es incapaz de vivir. El que se separa e infringe un tabú ha quedado a un tiempo separado de su tribu y su vida. Existir apoyándose en las propias fuerzas, cosa que a nosotros nos cuesta trabajo pero es posible, resulta impensable para los hombres primitivos, porque en su campo no hay espacio para ello. Ahí está la raíz de su fuerte hostilidad al progreso. Cada novedad es al mismo tiempo una ruptura con la tradición, y se dirige por tanto contra la tribu y contra la vida. Cuanto más seguros de su objetivo se desarrollan los hombres primitivos en el círculo de su campo, menos evolución y progreso en nuestro sentido les es posible. Hasta ahí, no pueden ser un verdadero modelo para nosotros.

Pero podemos aprender mucho de ellos en nuestro camino y nuestra tarea de volver a ser como los niños. Hay en todo caso una clara diferencia entre «volver a ser *como* niños» y «seguir siendo niños». La ingenuidad y grupalidad sin ego de las culturas arcaicas sólo pueden tener para nosotros un carácter modélico en un nivel superior de evolución. Una vez hechos todos los intentos para penetrar en la polaridad, la inocencia se ha perdido. Ya sólo podemos volver a la unidad como hijos e hijas pródigos. En esto sí puede ser de utilidad tener ante nosotros a quienes se quedaron en casa, para encontrar la dirección correcta.

CUALIDAD TEMPORAL DE LOS RITUALES Y FIESTAS

Nuestras dificultades de comprensión respecto a los rituales de los pueblos primitivos dependen esencialmente de nuestro distinto concepto del tiempo. Mientras nosotros prácticamente sólo contemplamos el tiempo cuantitativamente, para el hombre primitivo lo más importante es su calidad. En la Antigüedad, aún se designaba con nombres separados a estos dos ámbitos contrapuestos del tiempo. Cronos se ocupaba, con su reloj de arena, de la cantidad, Cairos de la calidad. Cuando decimos que el tiempo es oro, sólo resaltamos la medida cuantitativa. De hecho, gran parte de la población de los modernos Estados industriales se vende a sí misma a sus empleadores por un tiempo dado. Su rendimiento se mide exclusivamente por tiempo y con ayuda de un cronómetro. Pero, naturalmente, incluso entre nosotros las personas que trabajan creativamente saben que la calidad es al menos igual de decisiva. Un único destello de inteligencia en un instante genial puede aportar más que horas de esforzada reflexión.

Cuando escribimos la historia, cosa que a los hombres

primitivos les parece tan ajena como superflua, contraemos un compromiso. Sin duda contamos los años cuantitativamente, como si uno fuera detrás del otro, pero en el estudio concreto de la historia nos dedicamos más intensamente a años muy especiales en los que importantes acontecimientos dieron al tiempo una cualidad propia. Nuestra historia trata de los desarrollos en el tiempo, es lo ocurrido en el tiempo.

Los hombres primitivos sólo tienen en cuenta la calidad del tiempo. Viven con sus historias y leyendas en un círculo temporal, y no entienden los sucesos míticos como históricos, sino como dotados de validez intemporal. Entre lo acumulado por el tiempo sólo se preocupan del núcleo intemporal de las cosas. Así se desarrolla el mito del eterno retorno. Sus fiestas no son recuerdos de viejos tiempos, sino que siempre tienen lugar en el momento correspondiente. Con esto experimentan y viven sus mitos de forma completamente directa. Sus historias son o vivas u olvidadas. Cuando el chamán cuenta por las noches los mitos de los antepasados, inculca un modelo del presente.

Podemos advertirlo sólo con ver que la historia que se enseña en las escuelas resulta, en general, mortalmente aburrida. Esto no es sorprendente, dado que se trata de historias olvidadas hace mucho, y por tanto ya no vivas sino muertas. La exigencia que habría que plantear a un buen profesor sería, en todo caso, la de despertar lo muerto a una nueva vida ante el ojo interior de sus alumnos. Sólo entonces la historia gusta, permanece en un recuerdo vivo, y se puede aprender de ella lo que sería el sentido de la totalidad. Entre nosotros el recuerdo, sobre todo el obtenido mediante coacción y exámenes, es muy breve, y por tanto obtenido de forma absurda. Si nosotros aprendemos de memoria, los ingleses al menos tienen la pretensión de aprender con el corazón. *Learning by heart* es su expresión para

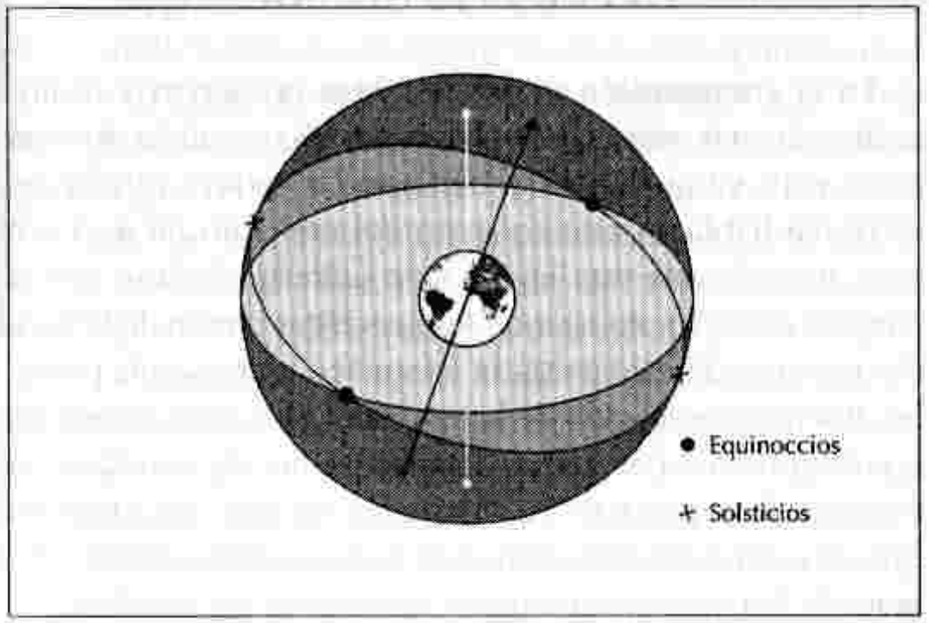
aprender de memoria. Al menos verbalmente, se mantiene la relación con la forma de aprender verdaderamente viva.

Sabemos por la historia sagrada que las leyendas viven de conmover profundamente y estimular a una realización viva de sí mismas. Tampoco las festividades cristianas están pensadas como recordatorios históricos, sino como experiencia común de un mito vivo. Cuando Angelus Silesius dice: «Si Cristo en Belén mil veces ha nacido / y no en ti, eternamente estarás perdido», se refiere exactamente a esa referencia viva a la actualidad. A nivel personal conocemos igualmente la referencia cualitativa al tiempo. Vivimos una y otra vez determinados acontecimientos vitales de importancia. Hablamos de *puntos culminantes* y *depresiones* en nuestra vida, conocemos pues épocas especiales y prestamos supersticiosa atención a determinados presagios que conocemos de experiencias anteriores, y a los que consideramos preludios del mismo acontecimiento.

4

EL AÑO Y SUS FIESTAS

Si contemplamos nuestro año, representa un círculo con toda naturalidad. Las fiestas del año son sus puntos fijos. El círculo anual está dividido en cuatro segmentos por cuatro fiestas fijas, dos equinoccios y dos solsticios. A este nivel se consigue la cuadratura del círculo. Los cuatro puntos tienen algo de seductoramente objetivo. Lo más sorprendente en ellos es, además, que también los hombres primitivos sabían medirlos con exactitud, como atestiguan muchos testimonios en piedra de la era megalítica,[9] y también las pirámides egipcias y aztecas.



Los cuatro puntos *fijos* se desprenden de circunstancias astronómicas. La Tierra gira en torno a su eje, lo que es más evidente que en ningún sitio en el Ecuador, porque allí es donde más rápido se mueve. Si se pasa por él un plano imaginario, corta en un ángulo de 23 grados el plano de la Eclíptica, en el que los planetas se mueven en torno al sol. Los puntos de intersección de ambos planos son los equinoccios, los puntos en que el día y la noche son iguales; los puntos de mayor distancia, los solsticios.[10] El solsticio de verano es el día más largo, el solsticio de invierno el más corto.

Estos puntos fijos han sido celebrados en todas las épocas. El campo de estas fiestas era tan fuerte que las religiones surgidas tardíamente, como el cristianismo, no pudieron evitar, tras una resistencia inicial, regirse por él. Tras algunas fallidas maniobras elusivas, se empezó a celebrar la Navidad cristiana en la noche consagrada ya por las culturas anteriores, cuando la luz es más débil y la esperanza mayor.

Curso del año y curso de la vida en el espejo del sol

En la comprensión de los hombres primitivos y espiritualmente más activos, en el curso del año se refleja el curso de la vida, ya que en cada parte está el todo. La tradición esotérica habla en este contexto del principio de *pars pro toto*. Actualmente esta ley ha sido utilizada incluso por la ciencia, por ejemplo cuando los genetistas parten de la base de que en cada célula está la información de toda la persona. Por la investigación de la teoría del caos conocemos las reproducciones del llamado hombrecillo de manzana, o montón de almendras. Lo fascinante de este personaje es que en cada estructura individual se reencuentra el todo. En la medicina natural manejamos con mucha familiaridad estos conocimientos, cuando tratamos todo el cuerpo a través de las zonas reflexógenas del pie o la oreja. Una analogía técnica serían los hologramas tridimensionales, en los que se puede reconstruir toda la escena a partir de cada fragmento.[11]

Según esta ley cada pequeña unidad contiene el todo: el día, la semana; el mes, el año; la vida, la suma de muchas vidas. En consecuencia, en todas estas estructuras también volvemos a encontrar el modelo básico del mandala. De hecho, de la manera con que alguien comienza su jornada se puede deducir cómo empieza la vida. También hablamos de la noche de la vida, refiriendo día a vida. Igual que durante el día nos encogemos uno o dos centímetros debido a la reducción de la tensión intervertebral debido al peso del cuerpo, a lo largo de la vida nos reducimos unos centímetros bajo nuestro propio peso. De noche los discos intervertebrales se regeneran ampliamente, de forma que el día siguiente podemos empezarlo con toda nuestra estatura. También a lo largo de la vida nos encogemos, para regenerarnos en la posterior fase de descanso.

Como punto de partida del año profano en la mayor parte del mundo se fija el 1 de enero,[12] lo que corresponde más o menos al punto de inflexión del sol invernal, el punto más bajo del año. Navidad es la noche más larga, y por tanto el punto de inflexión central del año. Este giro tiene lugar mucho antes de que los hombres lo percibamos, de forma similar a como raras veces advertimos la concepción. Nunca hay más noches que en ésta. En esta noche profunda y sagrada (completa) y de mayor oscuridad se produce el nacimiento del germen de la luz. Esto corresponde a la concepción, en la que el alma se sumerge en la oscuridad de la corporeidad sin que los progenitores sepan de su llegada.

Desde este momento la luz crece, por así decirlo, en secreto. Todo sigue envuelto en la oscuridad, pero los días

crecen imperceptiblemente. Con el equinoccio de primavera, que corresponde al del nacimiento y la salida del sol, se alcanza la igualdad entre el día y la noche. Ahora la victoria de la luz es visible para todos. El sol gana fuerza, el crecimiento exterior empieza. Después de la pubertad, que correspondería a la aurora de la vida, el ascenso de las fuerzas de la luz pasa por la adolescencia, la mañana de la vida, hasta el punto culminante del día y del año. Mediodía y solsticio de verano se distinguen por la máxima altura del sol y la luz más intensa. Es el día más largo, y la luz más fuerte ilumina este punto culminante, el clímax del año y de la vida. Es tiempo de mudanza, y esto corresponde a un cambio profundo. Hasta ahora todo iba hacia arriba, a partir de ahora irá hacia abajo en el circuito de la luz, aunque durante mucho tiempo no se note. Pero el cambio de dirección es irrevocable; puede ir hacia la crisis en sentido negativo, pero es el centro de la vida. La periferia del mandala ha sido alcanzada. A los hombres occidentales puede parecerles inoportunamente pronto, pero hablamos de años de cambio, no de días. En el modelo del mandala se nos da tiempo en abundancia para llevar a cabo este cambio en la dirección de la vida. Igual que Navidad es el punto más bajo, el solsticio de verano es el punto culminante del año.

Ahora empieza la época de la cosecha; la gran fuerza del sol se refleja en los frutos maduros de la naturaleza. Los para nosotros odiados años del *climaterio* son el verdadero punto culminante de la vida, el tiempo de la cosecha y del disfrute de los frutos de la vida. Si no nos anticipáramos siempre al tiempo, perdidos en algún lugar del futuro, podríamos gozar a fondo de esta fase. Sólo en el temprano otoño puede tener lugar el disfrute tranquilo que se lleva anhelando quizá una vida entera. Puede durar hasta el equinoccio de otoño.

Pero el disfrute es sólo una cara, por la otra la cosecha significa también la muerte de las espigas. Las seca en el

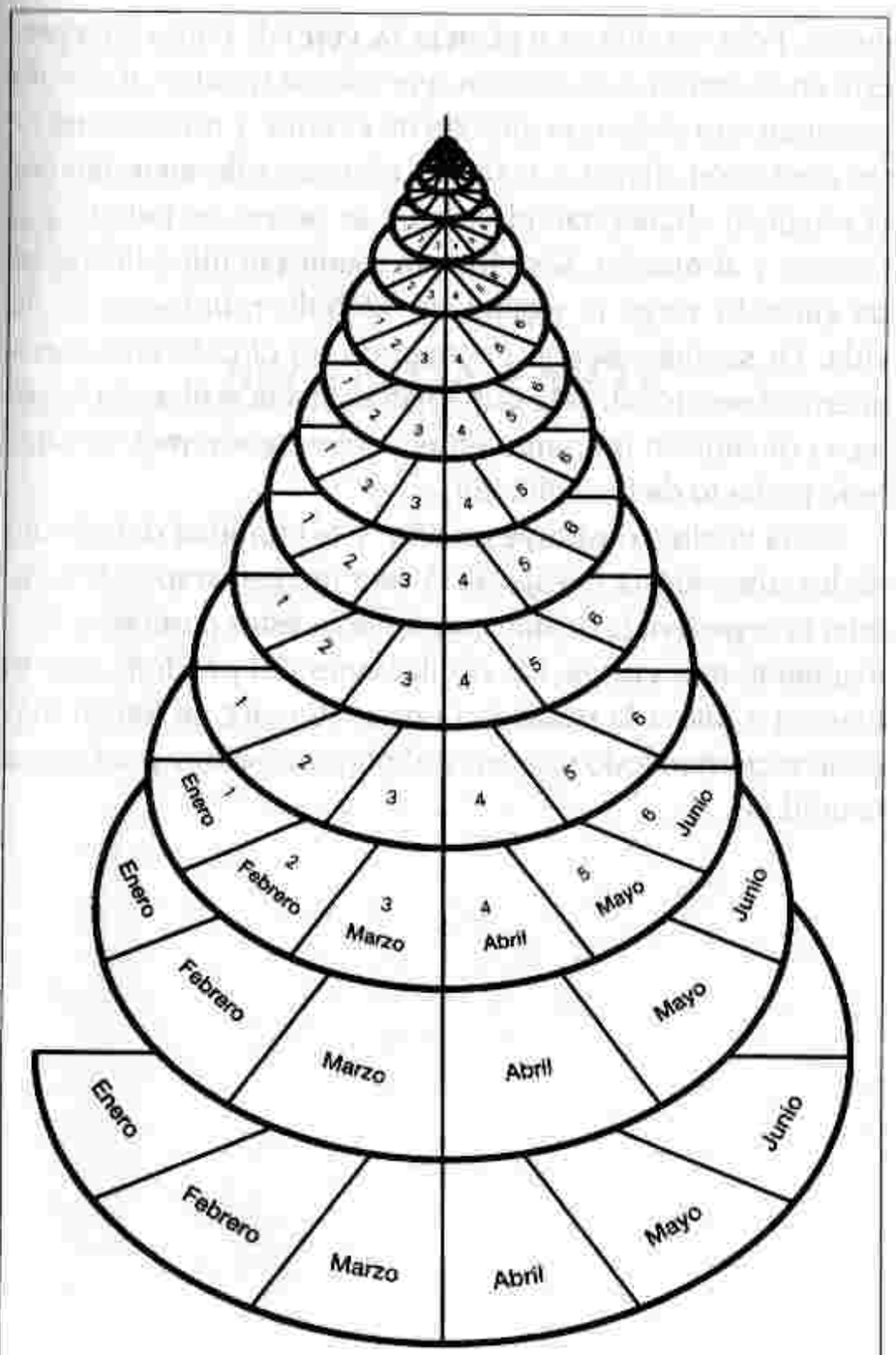
campo o las cosecha *para separar el grano de la paja*. En la Biblia, esta imagen representa el balance obtenido. Al regalar sus granos como semilla de las nuevas plantas o como alimento para otros seres, el trigo sacrifica su mejor parte y alcanza la eternidad en el circuito de lo vivo. Pero las espigas superfluas son después derribadas por el arado, para convertirse así en la base de la nueva vida... ambas cosas, metáforas del necesario abandono del ego.

A partir del momento de la igualdad otoñal entre el día y la noche, la luz retrocede ante la oscuridad, los días se hacen más cortos que las noches. Se camina hacia el atardecer de la vida, siendo la puesta de sol y el crepúsculo horas muy hermosas. Se exige perder, no sólo en sentido físico, sino también figurado. Hay que soltar lastre... se trata de despedirse. A finales del otoño, la despedida y el abandono es el tema dominante en la naturaleza hasta la definitiva partida. La luz se vuelve cada vez más débil, con frecuencia también la de los ojos; los sentidos externos retroceden. Los colores vuelven brevemente a brillar una vez más en el otoño, pero sólo para retirarse definitivamente. Primero sale el gris a primer plano, y llena de terror a muchos. Luego aparece el blanco, el color integral, que contiene en sí todos los demás, y empieza a dominar la escena cubriéndolo todo. El crecimiento de la luz interior contrasta con la disminución de la exterior. Si desde la concepción hasta la crisis del final de la vida el tema era el crecimiento, después la tarea es la reducción (sana), hasta que al final no quedan más que cuatro cosas esenciales. El final y el principio a un tiempo vuelve a constituirlo la oscura medianoche, el solsticio de invierno. Es la muerte y la concepción en uno, según desde qué dirección empleemos la puerta.

EL CICLO DE LA LUNA COMO MANDALA DE LA EVOLUCIÓN

En nuestra sociedad patriarcal, estamos acostumbrados a orientarlo todo por el sol, el símbolo radiante y masculino. Pero también podríamos fundamentarlo todo en la luna, concebidora y refleja, el símbolo femenino, porque también el mes refleja todo el acontecer. En ese caso, la luna nueva sería el punto de mayor oscuridad, que en el mes corresponde a la menstruación, en el año al invierno y en la vida a la ancianidad y la muerte. En la vida es simbolizado por la mujer anciana o sabia, la abuela, y representa también la concepción (el nuevo germen de luz). La reaparición de la luz de la luna trae el nacimiento consigo. El cuarto creciente encarna el crecer del niño y la primavera o la mujer joven. A la media luna le corresponden las medias fuerzas de la pubertad, a los tres cuartos las jóvenes esposas. Alumbra el creciente despliegue de las energías que alcanzarán su punto culminante en la luna llena. Este clímax es simbolizado, en relación con el año, por el verano; en relación con la vida, por la maternidad; y es al mismo tiempo el punto de inflexión, la mitad de la vida. El que lo supera se mueve irrevocablemente hacia el climaterio; a partir de ahora, el crecimiento se vuelve negativo. Siguen, hasta el principio del cuarto menguante, la cosecha y el tiempo de la integración, pero también del comienzo del desmontaje del ego. El cuarto menguante simboliza el otoño o la sabia anciana. De la media luna a la luna nueva alcanzamos la ancianidad, el período de la despedida y la separación. La luna nueva cierra el círculo y lo inicia otra vez.[13]

Pero con esta consideración al nivel del círculo del mandala sólo hemos alcanzado una dimensión, aunque central. El círculo refleja la realidad mejor que la línea recta, la flecha, símbolo del progreso, tras del cual corremos en Occi-



La espiral del año con sus meses, que forman un año tras otro

dente. Pero en última instancia la verdad, como siempre, está en el centro. Las culturas que sólo se remiten al círculo terminan con el tiempo girando en círculo, y no experimentan evolución alguna. Las sociedades que sólo apuestan por el progreso abandonan el orden y se ponen en peligro a sí mismas y al mundo. Si se intenta reunir círculo y flecha en un símbolo surge la espiral, el símbolo primigenio de la vida. En sentido estricto, se trata de un círculo con movimiento direccional. Si la estrechamos hacia arriba y la hacemos concluir en un punto en el centro, tendremos un símbolo perfecto de la evolución.

Cada vuelta constituye un año, y la totalidad del círculo de los años forma la espiral. A esta imagen responde también la experiencia de que *con los años* éstos parecen subjetivamente más cortos. Las oscilaciones del péndulo, que lo fuerzan a uno a la polaridad una y otra vez, se hacen más escasas porque todo se acerca al punto medio, y por tanto a la unidad.

SEGUNDA PARTE

1

CONCEPCIÓN Y EMBARAZO

Igual que el día en que el mundo te vio
por saludar a los planetas el sol se alzaba,
poco a poco la vida te acreció
según la ley que en brazos te llevaba.
Así tienes que ser, de ti no huyas,
lo han dicho las sibilas, los profetas:
no hay tiempo ni poder que te destruya,
forma acuñada, que viviente crezca.

JOHANN WOLFGANG VON GOETHE
Palabras primigenias. Órfico

Mi padre y mi madre deseaban un niño,
y me engendraron.
Y yo deseaba una madre y un padre,
y engendré la noche y el mar.

KHALIL GIBRAN

Hoy, la mayoría tenemos problemas para determinar el comienzo de la vida. Mientras para los espiritualistas no empieza, sino que siempre es y sólo cambia de plano de manifestación, los materialistas prefieren creer en un principio después del tercer mes de vida, lo que abre ciertas posibilidades «prácticas» que aún hay que contemplar.

Aunque partimos de la base de que la vida, como todo en esta Creación, tiene un discurrir rítmico y por eso, como

una vibración, no tiene principio ni final, para investigar las crisis vitales es sensato iniciar la contemplación con el principio de la vida física, es decir, con la concepción. En cuanto se unen el espermatozoide y el óvulo surge una forma común, y en consecuencia también un contenido. Paralelamente a la física, empieza la vida espiritual. Con la partición celular, comienza de inmediato el crecimiento. La célula circular femenina, óvulo, y la masculina en forma de flecha, espermatozoide, se unen. Pero cuando el círculo y la flecha se unen surge simbólicamente el modelo primigenio de la espiral, que también se experimenta sensorialmente cuando el alma entra en el cuerpo.

A primera vista, la concepción no es considerada como crisis por muchas personas, porque saben demasiado poco de ella. Sin duda somos muy hábiles en la anticoncepción, pero eso no significa que sepamos algo al respecto. En realidad, ni siquiera sabemos con exactitud qué impedimos. Quien no cree en un alma piensa que con la concepción impide únicamente un acto físico de fertilización.

Las psicoterapias de revelación proporcionan abundante material sobre esta primera etapa de la vida, que antes sólo nos era accesible a través de imágenes simbólicas procedentes del mito y la religión. Debemos a la fotografía intrauterina de Lenart Nilsson impresionantes documentos fotográficos ya de este temprano período posterior a la concepción. En el marco de la terapia de reencarnación no sólo es posible, sino rutina, revivir intensamente este período en torno a la concepción.

Antes de la concepción, el alma se siente en un estado de no vinculación y amplitud, libertad e ingravidez. La concepción se produce cuando, partiendo de las tareas vitales pendientes o, según la concepción oriental, del Karma, se forma un deseo de encarnación. El alma vive esto como un torbellino que la arrastra en la dirección correspondiente.

Reconoce con toda claridad a los dos seres humanos que se han reunido, por amor o por cualquier otra razón. El momento de la concepción propiamente dicha es sentido, en general, como un torbellino en espiral que atrae al alma al acontecimiento físico. A veces ese camino sólo lleva por el cuerpo masculino, a veces se siente directamente la entrada en la cavidad de la matriz. El alma vive esta caída en la materia como pérdida de libertad y de no vinculación, como restricción y, en última instancia, como un paso hacia la prisión del cuerpo, con sus limitaciones. Objetivamente, la diminuta criatura tiene aún espacio más que suficiente. Pero desde el punto de vista subjetivo, medido por la amplitud y apertura del anterior espacio de la experiencia, la cavidad es percibida como limitación. En cualquier caso, el alma se acostumbra con relativa rapidez al nuevo espacio vital, que es cálido y blando y lo bastante grande para la forma física aún diminuta, aunque en constante crecimiento. Poco a poco, un mundo acuático se desarrolla dentro del amnios, un universo pequeño, visto desde fuera, pero amplio para el cuerpo, más pequeño aún. Por una parte, el alma aún percibe todo, pero por otra se siente crecientemente atraída al mundo materno de la *materia* (del latín *mater*, madre).

El alma experimenta conscientemente cómo la madre descubre que está embarazada, es decir, que el alma está ahí, y qué experiencias vinculan los padres a esto. Los intentos de aborto, o el simple pensar en ello, son vividos con todas las consecuencias y pueden destruir persistentemente la sensación de refugio y calidez. Incluso en los padres que reciben con sinceridad y alegría a su creciente retoño, el fuerte deseo de un sexo determinado, la mayoría de las veces el masculino, puede sobrecargar notablemente la situación. La incertidumbre de los padres y su esperanza de tener un varón corresponde por parte del niño no nacido, en la mitad de los casos, a la certeza de tener que decepcionar a los pa-

dres por ser de sexo femenino. En este caso la vida en el exterior, en la polaridad, no sólo empieza con una decepción, sino que para el niño tiene ya una sombra incluso dentro del seno materno. Ya en esta temprana etapa se pueden sentar las bases de ulteriores dificultades con el propio papel sexual. De ello se desprende que la determinación del sexo, posible tempranamente hoy por medio de la ecografía, puede tener también sus ventajas, porque da a algunos padres la oportunidad de reconciliarse pronto con el sexo de su hijo.

Si el alma no se ha «colado», sino que ha seguido una sincera invitación de ambos padres, esta primera etapa se vive sin sombras y está marcada por experiencias abrumadoras. Sentimientos oceánicos de falta de límites y libre e ingrávido flotar en el mundo acuático interior predominan y fomentan a su vez la sensación de unidad, que abarca el mundo entero (la madre). La falta de límites del universo exterior se revive ahora interiormente, interior y exterior son uno para el alma. Sensaciones de confianza y refugio acompañan el crecimiento y calientan este primer nido de la infancia. Todo lo necesario fluye hacia el pequeño pero ya completo ser. Por el cordón umbilical le llega más de lo necesario, y no necesita hacer nada para que le llegue.

Es a esa época a la que vuelven las fantasías paradisíacas de los adultos. El país de la leche y la miel existe realmente, al principio de todo, en el seno materno. La vida en el amnios, aún espaciosa, tiene algo de ensueño. El niño no topa en ningún sitio con duros límites, todo es blanco y dotado de una suave vibración que lo mece. El rítmico latido del corazón de la madre da un fondo sonoro a una existencia de libre flotación, sin preocupaciones, llena de armonía entre madre e hijo. Reina la armonía entre interior y exterior. Los colores son cálidos como el agua, los blandos límites de este temprano universo ceden a cada suave movimiento.

Los sentidos aún no tienen que hacer esfuerzo alguno, y puede que precisamente por eso estén despiertos y receptivos. Si además la situación externa de la madre está en orden y ella vive en armonía con su entorno, es un factor suplementario de armonía para el niño en crecimiento. Pero incluso si no es ése el caso, una madre consciente puede proteger en gran medida a su hijo contra los agobios externos estando a su lado de forma emocionalmente incondicional.

Esta fase de refugio es tan agradable que los adultos la añoran, y tan importante que es buscada durante toda la vida si fue demasiado corta o incluso faltó por completo. El llamado tanque Samadhi, diseñado por John Lilly, intenta reconstruir esta experiencia para los adultos. En una gran matriz artificial, que por fuera recuerda a un sarcófago, una solución de agua salada a temperatura corporal acoge al bebé adulto y lo hace flotar. La oscuridad es similar a la de la auténtica matriz, y se imita también el fondo sonoro intrauterino. Al cabo de poco tiempo, el sarcófago (griego: *sarx*, carne; *phagein*, comer) hace su efecto: ya no se siente el cuerpo, le quita todo su peso. En este sentido, podría aproximarse a los sarcófagos iniciáticos de los antiguos, que tenían también la misión de liberar al neófito[1] de las ataduras de la carnalidad. En la falta de peso del tanque Samadhi se pueden experimentar todos esos sentimientos oceánicos de falta de límites que tan importantes y decisivos resultan para nuestra evolución. La experiencia de flotar en el vacío es tan posible como la regresión al mundo del seno materno, y muestra la analogía entre microcosmos y macrocosmos.

Por lo demás, en el tanque Samadhi esas vivencias también se pueden transformar en su contrario y convertirse en una verdadera película de terror, si la susodicha etapa de la vida estuvo llena de espanto. Las personas que en esta temprana etapa tuvieron que luchar con agudas herramientas

de aborto o incluso por la supervivencia se sienten amenazadas dentro del tanque. Aunque la vivencia no necesariamente emerge en su concreta expresión originaria, sí se produce otra vez la sensación amenazadora de entonces.

Según las experiencias de la psicoterapia, en estos primeros tiempos en el seno materno se forma ese sentimiento vital, tan decisivo para la evolución posterior, que llamamos confianza originaria. Si esta primera etapa está cubierta de amenaza, ese sentimiento básico no se puede formar y, en determinadas circunstancias, falta durante toda la vida. No se puede sustituir realmente por nada. En el mejor de los casos, su falta se puede compensar a duras penas con medidas externas a lo largo de la vida. Las garantías creadas por el esfuerzo propio pueden aportar seguridad en uno mismo, pero sólo simulan la confianza originaria, y en última instancia no la sustituyen. Sólo las experiencias de regresión llevadas a cabo en sesiones terapéuticas son capaces de llenar esa carencia. A este respecto, siempre son de utilidad las experiencias de refugio interior, aunque se hagan en un contexto completamente distinto e incluso en la revivencia de anteriores encarnaciones.

El respeto al milagro de la encarnación de la vida se ha perdido casi por completo en nuestra sociedad altamente tecnificada y llena del delirio de lo factible. Así, vemos incluso este primer período, sobre todo, desde un punto de vista material. La planificación familiar y la idea de eficiencia dominan un campo que en realidad reclama sentimientos y emociones.

Desde el punto de vista de la planificación racional y la omnipresente cuestión de los costes, es un milagro que sigamos teniendo hijos. Porque la mayoría de las veces arruinan planes ambiciosos y exigen sacrificios materiales. La ayuda familiar está pensada como una tirita para aquellos que toman sobre sus espaldas el «sacrificio de tener hijos». El egoísmo de la sociedad refleja el de sus individuos, y así no resulta sorprendente que veamos todo esto desde el punto de vista de los adultos y no sólo evitemos la visión de los niños o de sus almas, sino que en muchas ocasiones la neguemos incluso como posibilidad.

Si somos lo bastante comprensivos para ver la defensa de la anticoncepción como un impedimento de las almas en su camino a la encarnación, tendemos a tener presente sólo al alma *ya concebida*. Pero la perspectiva del *alma que aspira a la concepción* es completamente distinta. Descubrimos de pronto que detrás de nuestras expresiones médico-técnicas se oculta mucho dolor.

Conseguir un lugar para la concepción en una moderna sociedad industrial es, desde el punto de vista del alma, una empresa casi desesperada. En la época más favorable para la concepción, es decir, en la veintena de la mujer, la mayoría de las jóvenes tienen otros planes y deseos. Los modernos métodos anticonceptivos resultan de gran utilidad, y se han vuelto tan eficaces que apenas hay un alma que atraviese el cordón de seguridad de las gomas y los espermicidas. A menudo fracasa también en una matriz crónicamente inflamada, que se ha vuelto inhabitable por la instalación de un cuerpo extraño llamado dispositivo intrauterino. Posiblemente las vías necesarias se hayan vuelto hormonalmente intransitables debido a minipíldoras, de forma que no hay paso. Quizá la concepción se vea impedida, al máximo nivel, por la hormona de la clásica píldora anticonceptiva, que —*nomen est omen*— se dirige de tal modo contra la concepción que imita un embarazo, decepcionando así falsariamente a las almas que pugnan por entrar. Si a pesar de todo, la concepción ha ocurrido, un choque hormonal a posteriori se encargará de que el alma tenga que huir a campo abierto. Píldora de antes y de después y diu son palabras y objetos de uso familiares. Sólo el factor temporal nos hace

actuar tan relajadamente. Ni siquiera pensaríamos en una píldora antipersona, sólo al principio de la vida nos permitimos ser tan directos.

Estas consideraciones quieren indicar que entre nosotros la vida comienza, en muchas ocasiones, con una crisis. Si una mujer moderna le cuenta a su ginecólogo que está embarazada, lo primero que éste suele preguntar es si va a tener el niño. Esto es ya la expresión de una crisis, en el sentido de decisión. Y recae por primera vez en nosotros, los hombres modernos. La mayoría de nuestros antepasados creían que no era cosa que dependiera de ellos. Pero nosotros creemos tener *derecho* a intervenir correctivamente en el sentido que nos parezca.

Un alma que haya superado las barreras antes descritas no puede, consecuentemente, estar del todo segura de su lugar, tan obstinadamente alcanzado, en la sociedad del bienestar. Mientras en ciertos períodos concedemos épocas de veda a los animales salvajes, no conocemos esta costumbre para nuestros propios «cachorros». Para ellos empieza un período de prueba de tres meses durante el que en todo momento pueden ser expulsados, con resultado de muerte. Lo que para nosotros es práctico y nos da sensación de libertad e independencia, para el alma es un período de extremo agobio, que se revive con el consiguiente espanto en posteriores sesiones terapéuticas. Nuestro no-querer-decidir-de-inmediato depara al indefenso ser dentro de la matriz una situación de tormento espiritual difícilmente imaginable. Para muchos niños, la vida que acaba de tomar forma termina ya en esta etapa. La pequeña criatura combate desesperadamente contra la amenaza huyendo al rincón más alejado de su cueva, pero lo que en épocas anteriores tenía ciertas expectativas de éxito no consigue más que un torturador aplazamiento contra las modernas técnicas abortivas.

Describir este fin múltiple y rutinario es tabú. No se hace una cosa así. En cambio, se procede tácitamente, y al fin y al cabo, lo que es legal no puede ser malo. Pero precisamente los tabúes ponen especialmente de manifiesto los problemas de una sociedad y desenmascaran las crisis ante las que sus miembros no saben qué hacer. Para reconocer la concepción como crisis, es importante tener a la vista el procedimiento para hacerla retroceder.

En el tercer mes, el pequeño ser humano es claramente reconocible como tal; tiene todos sus miembros y sentidos, y órganos totalmente formados. También se pone de manifiesto la transparencia predominante en las estructuras físicas. Ésta corresponde a la percepción trascendente del primer período. El niño, que todavía no está profundamente anclado en la burda materialidad, puede registrar mucho mejor que el adulto las sutiles relaciones de la vida. Siente, por ejemplo, los pensamientos de su madre y su entorno cercano.

En esta situación, el niño experimenta cómo objetos dañinos penetran en su mundo perfecto, taladran su envoltorio protector y hacen salir el agua, elemento vital de este temprano período. El niño así desecado, y llevado por tanto al miedo y el terror, es ejecutado después de dos maneras. Mientras su madre huye a la inconsciencia de la anestesia y su padre suele brillar por su ausencia, los ginecólogos, antes comadronas, ponen manos a su tarea sin duda legal pero aun así sangrienta. Una vez escurrida el agua de la vida, destruyen el pequeño cuerpo con brutal violencia. Con un raspador, se arrancan las partes cortadas y desmenuzadas de la cavidad materna, como una pasta sanguinolenta. Por último, se raspa la placenta de la matriz. En la segunda forma, hoy la más usual, el pequeño ser es aspirado junto con su reino amniótico, el cordón umbilical y la placenta que lo nutre. Lo que, siguiendo el principio de la aspiradora, pare-

ce más limpio que el primer método, no es menos brutal. Bajo enorme presión, el niño es arrancado del cuerpo vivo en el más auténtico sentido del término. El descuartizamiento usual en la Edad Media es superado aquí en perfección técnica.

Por desgracia, las experiencias realizadas con la terapia de reencarnación,[2] referidos sobre todo a la antigua técnica mencionada en primer lugar, no dejan lugar a dudas acerca de que todo el acontecimiento es vivido con plena conciencia por el niño. Que el niño sufre tormentos inimaginables es fácil de apreciar incluso desde la medicina académica, ya que la anestesia de la madre no anestesia al niño, como atestiguan numerosas cesáreas.

Incluso si un niño supera físicamente sano los tres primeros meses de total indefensión, porque sus padres esperan su llegada con alegría, sigue sin estar seguro del todo. Si sus padres ya son mayores, o simplemente pusilánimes, o les acomete el temor de su nueva responsabilidad, pueden permitir al ginecólogo hacer una punción *de prueba* al vientre embarazado. En la amniocentesis se extrae líquido amniótico, en la biopsia de corion, sangre de la placenta. Lo que a nosotros, los ya nacidos, puede parecernos una hábil jugada de la medicina, tiene otro aspecto desde el punto de vista del no nacido.

Mientras una aguja perfora su cubierta protectora y penetra en su mundo intacto, él buscará refugio lleno de miedo en el más apartado rincón de su nido. Ese movimiento de fuga, que los ginecólogos han podido contemplar en las ecografías, es la razón de la relativamente baja tasa de complicaciones vinculadas a estos experimentos. De hecho los propios niños raramente reciben un pinchazo; la mayoría de los problemas se derivan de la «necesaria» lesión del amnios. Este hallazgo, expuesto con orgullo en lo que se refiere a los refinados métodos de análisis y su falta de riesgo, revela de pasada el pánico causado al niño por estas técnicas de aguja. Una situación peculiar, si se tiene en cuenta que la ayuda al parto gira supuestamente en torno al bien del niño. Naturalmente, la idea que subyace a tales análisis es la de identificar cualquier malformación genética tempranamente para poder abortar el embarazo, lo que en tales casos es legal hasta el quinto mes.

De estas mismas técnicas de investigación se abusa burdamente en la India, donde no se utilizan tanto para impedir malformados como para evitar la descendencia femenina. Como muchos indios siguen considerando perjudiciales a las niñas, en estos casos también se aborta a tiempo. Lo que aquí irrita a algunos informados es aceptado tácitamente en la India como uno de los pocos métodos eficaces de anticoncepción. Pero la diferencia con nosotros sólo es relativa. Donde a los indios les molesta el sexo equivocado, nosotros sólo intervenimos en caso de errores cromosómicos que produzcan minusvalías en el niño, o en caso de malformaciones orgánicas descubiertas tempranamente por ecografía. En ambas situaciones nos atrevemos a decidir qué vida es lo bastante valiosa para compartir la nuestra. Nos erigimos en señores de la vida y la muerte. Una encuesta del *Spiegel* en 1993 pone de manifiesto hasta dónde puede llevar esto: el 18 por ciento de las embarazadas alemanas abortarían ante la sospecha de que su hijo pudiera sufrir de obesidad.

En cualquier caso, los abortos hasta el quinto mes no se practican con tanta facilidad técnica, porque los niños son ya demasiado grandes. Ahora tienen que ser dados a luz —mucho antes de su tiempo— por vía natural. Tales partos tienen un carácter brutal también para las madres, porque el cuerpo no está preparado y sólo es posible forzarle a ello mediante poderosos inductores. Esos partos son tan duros que los niños no sobreviven, lo que naturalmente es el senti-

do de tan espantoso ejercicio. Para la madre, sin duda sería más leve esperar hasta el término natural del embarazo, cuando el cuello de la matriz se abre por sí solo y todos los tejidos, en espera del parto, son más blandos y están más dispuestos. Pero entonces también estaría ahí el niño declarado inaceptable y, sobre todo, estaría bajo la protección de la ley. Ahora ya no se le podría matar tan fácilmente, y por eso se prefiere hacerlo antes.

Naturalmente, desde el punto de vista del no nacido todo es aún más horrible: el lancetazo es percibido como una prueba de desconfianza de los padres, que no le aceptan a uno incondicionalmente, sino sólo si responde a las expectativas y no les exige demasiado. Tras la perforación de prueba, empieza para el niño un lapso de espera tan espantoso como para los padres. Los genetistas juzgan sobre su posterior destino. En caso de duda, en este tipo de procesos se falla en contra del acusado, el niño acerca del cual se decide. El parto prematuro que, en su caso, se pone en marcha es de una indescriptible crueldad para el niño minusválido así ejecutado, crueldad por la que las futuras generaciones juzgarán a esta época que algunos califican con toda seriedad de ilustrada. Hoy en día, la mayoría de la gente no se plantea dudas sobre estos procesos, porque si lo hiciera difícilmente podría seguir considerando humana a nuestra sociedad.

Los análisis de líquido amniótico están aumentando con rapidez, por distintas razones. Una que no cabe minusvalorar es que queremos conseguir en la práctica aquello que somos capaces de hacer en teoría. El motivo oficial es la edad creciente de los padres, con la que aumenta el riesgo de daños genéticos como la trisomía del 21 o síndrome de Down (popularmente conocida como «mongolismo»). Pero como tenemos tales dificultades a la hora de decidir y prevenimos masivamente la concepción de niños en los mejores años para tenerlos, y en el momento de pánico de los cuarenta queremos recuperar con rapidez el tiempo perdido, aumenta la edad media de las embarazadas y con ella la necesidad de las amniocentesis, en todo caso desde un punto de vista ginecol*ógico*. Pero este punto de vista sólo es lógico para personas que se han alejado tanto de la religión y la comprensión del mundo que creen poder engañar al destino con la ciencia. Aunque ésta es la superstición más extendida hoy en día, no se puede probar con ningún ejemplo de la historia profana o religiosa de la humanidad.

Por su significado intrínseco, esta acumulación de taras genéticas en niños de padres mayores permitiría deducir que tales tareas y retos son exigidas por el destino especialmente a personas consideras maduras.[3] Desde el punto de vista del destino, se trata de enseñar a las personas mediante rigores y duras pruebas, y desde el de la medicina científica se trata precisamente de lo contrario: ahorrarnos en lo posible todo rigor y reto. Que la medicina haya llegado al extremo contrario y conjure consecuencias cada vez más rigurosas y brutales, es comprensible a través de la teoría de la sombra, parafraseando las palabras que Goethe pone en boca de Mefisto: «Soy parte de esa fuerza que siempre quiere el mal y siempre hace el bien.» A este respecto la ciencia está en el extremo contrario: siempre quiere el bien y a menudo crea el mal.

Visto de manera superficial, el aumento de los embarazos de riesgo significa, para la medicina académica, que cada vez es más peligroso encarnarse en una sociedad del bienestar. Pero de eso se encargan la propia medicina académica y una sociedad que cada vez tiene menos escrúpulos respecto a la vida. Con lo que el círculo se vuelve a cerrar. Hoy se considera irresponsable a quien se niega a practicar las modernas posibilidades de análisis, como la amniocentesis. Responsable[4] en el sentido de esta sociedad

es el que no asume desafío ninguno. Queremos evitar todo rigor, aun evitando la vida.

RITUALES DE SALUDO CONTRA DESPRECIO A LA VIDA

Las alternativas a la actual praxis abortiva son difíciles de llevar a la práctica, por lo menos no en los niveles de la sociedad de lo factible. Además, en los modernos estados industriales la mayoría de la población está, al parecer, satisfecha con el nivel alcanzado. El dolor que surge de esto afecta a los niños al principio de su vida, cuando no tienen derecho al voto. Observado atentamente, ese modelo de proyección, el de desplazar los propios problemas sobre otro, es el elemento determinante de toda la sociedad. Para cambiarlo sería necesario un paso enorme en dirección a la propia responsabilidad, paso que en este momento parece fuera de nuestro alcance. Así por ejemplo, dado el actual nivel de conciencia de la población, una nueva prohibición del aborto sólo volvería a desplazar el escenario de la carnicería de las salas de operaciones a los cuartos traseros de las curanderas. A la destrucción intencionada de la vida infantil se añadiría la amenaza a la vida de las madres. La experiencia demuestra que no se pueden prohibir los abortos, sólo se prohíben por sí mismos a partir de cierto nivel de conciencia. Si éste está fuera de nuestro alcance, no hay solución humanamente digna.

Sólo un cambio de conciencia que conduzca otra vez al general aprecio de la vida podría modificar la situación social, y eso sólo sería posible sobre la base de muchos individuos que descubrieran su responsabilidad para con la vida sin contar para ello con apoyo estatal. Por duro que pueda sonar, cabe resumir que la mayoría de la población valora

más su comodidad que el derecho a la vida de los niños. Esto también significa que esta sociedad obliga a sus ginecólogos a quebrantar continuamente el juramento hipocrático, que tendría que ser vinculante para todos los médicos. La mala conciencia social se manifiesta en momentos tan contradictorios como que un médico que practica abiertamente abortos, despreciando algunas leyes que regulan el procedimiento previsto, es castigado con prisión y prohibición de ejercer. Por el otro lado, la situación ha llegado a tal punto que en nuestros países un médico que quiera mantener su juramento prácticamente no puede hacerse ginecólogo.

De hecho, nadie se hace ginecólogo para practicar abortos; prefieren ayudar a venir al mundo antes que ayudar a morir. Pero como en muchos lugares se producen más abortos que nacimientos, los médicos tienen que hacer ambas cosas durante su formación como especialistas. Quien se niegue a ello difícilmente podrá contar con que le dejen practicar partos mientras otros tienen que ayudar a morir aún más, sobre todo cuando al principio de la vida esto tiene un regusto tan desagradable como al final, cuando *aún* está prohibido. Aquí se pone de manifiesto el tema sombrío de la medicina —la muerte—, y los médicos colaboran directamente, aunque también de manera inconsciente.

En cambio, las alternativas para personas concretas y conscientes no sólo son imaginables, sino que se hacen realidad día a día. Sin duda no es posible retirarse del todo del campo del desprecio pragmático a la vida, pero sí hay márgenes individuales que pueden llenarse con rituales propios. En este sentido, merece la pena apartarse todo lo posible del campo creado por la sociedad y la ginecología oficial. Vuelve a haber ginecólogos que consideran que su misión es limitar a lo imprescindible su intervención en los partos, y sobre todo comadronas que se distancian de las

coacciones de la moderna medicina de alta tecnología sin ignorar sus posibilidades.

Dentro de ese margen sería posible, tras las huellas espirituales de los indios, convertir en una fiesta el descubrimiento del embarazo y, por ejemplo, hacer también una iniciación a los cuatro elementos. La gran oportunidad consiste en que, como antaño, entre nosotros primero es sólo la madre la que conoce el secreto y, tras la decisión de ella, el padre. Antes de dar participación a ningún médico, ya se pueden marcar las vías correctas a seguir. Como los rituales correspondientes no tienen campo en nuestra sociedad, los padres son libres a la hora de mostrar a su hijo este mundo que ha escogido.

La iniciación al mundo del agua, de la que en esta época forma parte ante todo el no nacido, podría ser una semana de vacaciones en el mar o en una zona de lagos que se acerque al paisaje acuático. La iniciación al reino terrestre podría apoyarla un período en una granja o la visita a cuevas. La del reino del aire se puede experimentar —respirando hondo— en una cumbre montañosa en un día de viento. El mundo del fuego se puede investigar con ayuda del sol.[5] De forma natural, con el descubrimiento del embarazo el niño pasa a ocupar el papel central, y esos especiales períodos en los que se acerca el mundo al no nacido son iniciación en su sentido originario. Naturalmente, también tienen gran importancia para la madre, porque también ella tiene que volver a encontrar su papel en el mundo, y disponer de tiempo suficiente puede ser una ayuda esencial para conseguirlo. Así no sólo se prepara al niño para su futuro mundo, sino también éste para el niño. De hecho, en los rituales indios es importante que también el mundo tenga noticia del recién nacido, y así se lo presentan a cada elemento en una pequeña ceremonia. Un niño que ya en esta época temprana establece con ayuda paterna una relación, por ejemplo,

con el Gran Padre Fuego, tendrá posteriormente confianza en ese elemento. Aunque no podamos comprender esto de forma racional, distintas culturas primitivas demuestran que estas cosas funcionan bien.

También entre nosotros muchos padres tienen la experiencia de que las vivencias durante el embarazo tienen una influencia decisiva en el niño. No sólo el niño influye en la madre y le hace sentir, por ejemplo, apetito por cosas que hasta entonces había evitado; también las inclinaciones de la madre pueden plasmarse en posteriores inclinaciones del niño. Incluso en actividades profanas pueden detectarse tales influencias: si la madre ha viajado mucho y gustosamente en coche o en avión durante el embarazo, el niño suele arreglárselas bien con esas formas de viajar.

Sin duda en todo esto representa un papel decisivo la conciencia con que la madre haga participar al niño de su vida común, porque él se siente completamente uno con la madre, en percepciones y sentimientos. Una embarazada que sigue su vida normal sin pensar mucho en el niño lo excluye en gran medida de la vivencia común. Las primeras experiencias del mundo infantil están marcadas por sentimientos y asociaciones de ideas en mucha mayor medida de lo que los adultos suelen suponer. Los niños excluidos de esto tienen que limitarse a la vivencia intrauterina y sólo perciben las fluctuaciones más fuertes del ánimo de la madre y aquellas cosas que tienen que ver directamente con ellas. El camino hacia el no nacido, como también hacia el recién nacido y el niño pequeño, pasa sobre todo por los sentimientos.

Incluso el asalto que se lleva a cabo con ayuda del ojo curioso de la ecografía se puede transformar en un consciente ritual de saludo y presentación. Sin embargo, *un* solo ritual consciente es suficiente; no hay que mirar continuamente y hacer fotos sólo porque hay un aparato que permite

hacerlo. Al fin y al cabo, no desenterramos continuamente un grano de trigo para controlar los avances de su crecimiento.[6]

La actitud ideal para dar al niño un fundamento sano sería un ritual consciente de nueve meses de iniciación a su mundo futuro. Esto podría incluir la introducción al reino de la música asistiendo a conciertos. Naturalmente, son los padres los que mejor pueden introducir en aquellos ámbitos que les resulten a ellos próximos y familiares. Por otra parte, precisamente el embarazo sería una hermosa oportunidad de abrirse uno mismo y al niño a nuevos mundos. Desde luego, esos nueve meses de preparación no pueden ser unas continuas vacaciones, porque las iniciaciones no pueden referirse únicamente a los lados hermosos de la vida, sino que pueden incluir asimismo deberes e incluso enfermedades, como demuestran las enfermedades iniciáticas de los chamanes.

Sería una ocasión ideal para la madre de aprovechar su sensibilidad, que de todos modos aumenta durante este período, para establecer contacto con la voz interior y el médico interior y alcanzar, por ese camino, una vinculación más estrecha con el niño. A las madres que a través de meditaciones y viajes interiores obtienen acceso a su propio paisaje espiritual les resulta fácil captar las manifestaciones sentimentales de su hijo no nacido.[7] La sentimentalidad de la madre y sus imágenes interiores pueden influir en esta fase y en sus rituales. Raras veces habrá un momento mejor para hacer de la vida cotidiana un único ritual consciente.

Problemas del embarazo

Sensibilidad a los olores

Los típicos problemas durante el embarazo muestran el lado oscuro de las posibilidades antes reseñadas. La sensibilidad a los olores, que a menudo puede reforzar hasta lo insoportable unas náuseas ya existentes, es una variante de la creciente sensibilidad. En similar dirección apunta la creciente capacidad sentimental, que también tiene un aspecto positivo, en tanto que elevada capacidad de sentir. Si para la embarazada todo, o al menos muchas cosas, *apesta*, también existe la posibilidad de cuidar de que haya una atmósfera más adecuada y entregarse más a los propios buenos olores. Estrechamente unido al sentido del olfato está el del gusto, y también aquí son posibles múltiples cambios. El sentido del gusto apunta a cuidar del mejor abastecimiento material posible del niño que crece. Tal como hoy comemos, se requiere un cambio radical de mentalidad para muchas madres y sus bebés.

Actualmente, la mayoría de la gente cuida su coche mejor que su cuerpo. La misma gente que no ve nada de particular en ingerir alimentos baratos y dudosas ofertas especiales, e incluso estimulantes peligrosos, se guardarían de ponerle a su coche gasolina de baja calidad o aceite usado. Quién pondría gasolina normal sólo porque es más barata o uno está más cerca del surtidor normal cuando sabe que su coche necesita súper. Con la propia comida apenas hay impedimentos a este respecto, pero la embarazada que toma alimentos de baja calidad no daña solamente su propia salud, sino sobre todo la del niño que crece, ya que necesita mucho más la calidad.[8]

Estimulantes

Dado que un solo cigarrillo reduce sensiblemente el riego en el organismo materno, también el abastecimiento de energía y alimento del niño, que depende del riego de la placenta, se ve notablemente restringido. Así nacen niños bajos de peso y niños fumadores, perjudicados en muchos aspectos desde el principio de su vida. Una embarazada fumadora sabe hoy día que su bebé sufre carencias. Sería una bendición que abandonara el tabaco. Por lo demás, el potencial adictivo de la nicotina es tan alto que muchos fumadores están ya muy lejos de un sano sentido del cuerpo y para cambiar sus gustos no basta con que dejen el cigarrillo.[9]

Las repercusiones del alcohol y otras drogas sobre el niño en crecimiento no son menos nefastas. Como los efectos de esta droga se extienden por la sangre, los niños los reciben de lleno. Los problemas de los recién nacidos de madre alcohólica lo demuestran: muchos niños de adictas vienen al mundo ya con la adicción.

Náuseas y vómitos

Las náuseas resultan a nivel físico no sólo de la creciente sensibilidad al olor y al gusto, sino también del cambio hormonal, especialmente la subida de los estrógenos. El objetivo natural de esta subida es ayudar a salir adelante al arquetipo materno-lunar y llevarlo al punto central de la vida. Las mujeres que ya han experimentado este modelo antes del embarazo o estaban abiertas a él tienen menos dificultades para el cambio. Las mujeres de culturas primitivas ni siquiera conocen este problema. En su círculo cultural, la actitud física ante una situación nueva, pero esperada en todo momento, va acompañada de una actitud psíquica.

Si en cambio a una mujer le era desconocido este polo de su existencia, el repentino desplazamiento de la feminidad psíquica es sentido, en determinadas circunstancias, como una agresión. Si no se puede ayudar al inminente cambio psíquico, de la discrepancia entre cuerpo y alma se derivan síntomas. Las náuseas y los vómitos demuestran que la afectada *siente náuseas* ante la nueva situación y preferiría librarse de lo que ha anidado en su interior. Naturalmente esa resistencia no es consciente, porque si ocupara un espacio en la conciencia no tendría que expresarse a través del cuerpo. En el acto de vomitar se unen simbólicamente ambas cosas: la posibilidad de librarse de lo nuevo pero también la oportunidad de entregarse a la nueva situación y aceptarla positivamente.

Los antojos de cosas que a la madre le eran ajenas antes del embarazo, ponen de manifiesto que ahora tiene que sentir, pensar y también comer por dos... esto último más en lo que respecta a la calidad que a la cantidad. Así, la madre amplía su horizonte en todos los sentidos, y no sólo en el de la experiencia física. Esto puede dar una primera idea de la iniciación que todo embarazo conlleva.

Mareos y debilidad

La también frecuente sensación de mareo indica que la embarazada se engaña respecto a la situación. El prototipo del mareo se da en viajes en barco, en cuanto la información que los ojos y los órganos del equilibrio envían al cerebro dejan de concordar. Cuando los afectados, por ejemplo, leen debajo de cubierta, los ojos no ven movimiento alguno, mientras el órgano del equilibrio, en el oído interno, lo percibe con claridad. Esta discrepancia se hace notar en forma de mareo, e indica que algo no funciona. En cuanto uno

asume realmente la situación y tiene claro que está en el mar, se resuelve el problema. Esto se puede lograr de forma puramente física, cerrando los ojos o vomitando por la borda. Entonces se percibe que uno se encuentra en el mar, y por tanto sobre un suelo vacilante. De forma análoga, el mareo de la embarazada desaparecerá en cuanto asuma a todos los niveles el embarazo y no intente reprimir la nueva situación. Si se finge que nada ha cambiado y uno se resiste por dentro, el mareo persistirá.

A veces las embarazadas se sienten débiles y sin fuerzas, lo que también indica lo poco acostumbradas que están a su polo femenino y cuánto lo minusvaloran inconscientemente. Sensaciones como «sin fuerzas» y «débil» son el reverso de modelos masculinos como «fuerte» y «dinámico». Por otra parte, también hay mujeres que se sienten especialmente bien y especialmente fuertes durante el embarazo, que incluso dejan de sufrir molestias anteriores como manos y pies fríos en favor de una vitalidad, seguridad en sí mismas y capacidad de resistencia desconocidas hasta ahora. Aquí se muestra a través del cuerpo que —consciente o inconscientemente— anhelaban un embarazo y encuentran en él una plenitud no conocida hasta la fecha. A menudo, la típica forma de andar de las embarazadas avanzadas refleja de manera impresionante ese cambio interior.

En determinadas circunstancias, a estas mujeres les resulta más fácil ser madres con todas las consecuencias que exponerse al continuo estrés, por lo general carente de perspectivas, de la elegancia y la belleza. Sobre todo porque estas cualidades no tienen por qué perderse en el embarazo, sino que pueden ser un añadido natural y relajado. Desde el punto de vista de los principios originarios, a las mujeres que ponen en su vida el principio de Venus en primer lugar les cuesta más trabajo reconciliarse interiormente con el tema materno-lunar del embarazo. Las mujeres cuyo verdadero tema es el arquetipo lunar se sienten con el embarazo como si hubieran llegado a la meta y se vieran liberadas del estrés de Venus que esta sociedad patriarcal exige de las mujeres. Donde el objetivo son las chicas guapas, los sentimientos maternales lo tienen difícil. Durante el embarazo, las chicas guapas pueden tener serios problemas, porque tienen que interrumpir su camino. Después también cuesta reanimar a la chica guapa, porque el tiempo de ser chica pasó definitivamente.

Dolores prematuros

La tendencia a sufrir dolores prematuros es, puestos a interrumpir el embarazo, la medida más eficaz para librarse del niño. Aquí se completa el paso del nivel simbólico al concreto. Naturalmente, estos intentos no son conscientes y si se formularan como reproche serían negados. Por lo demás, nunca deben derivarse reproches a la interpretación de cuadros patológicos. El hecho de que algo se exprese en el cuerpo dice precisamente que falta en la conciencia. Aquí nunca puede tratarse de atribuciones de culpas, valoraciones y mucho menos juicios, sino únicamente de interpretación y significado y de las tareas que de ello se derivan.

Las respuestas de los médicos a la actividad prematura en materia de contracciones son sencillas: o cosen la salida de la matriz, en la forma llamada cerclaje, o prescriben estricto reposo en cama, que a menudo puede durar meses. En el cerclaje, simplemente se cose la «bolsa» y se cierra al niño el camino de huida, pero la mujer puede seguir igual de activa que hasta entonces y sin preocuparse de la nueva situación. Para el niño, que en todo caso tiene motivos para sus tendencias a la fuga, se produce una especie de situación carcelaria. Si la principal causa de los intentos de fuga

fue una conducta de la madre demasiado activa o poco comprensiva, se interviene en la cadena en el lugar equivocado y en el eslabón más débil.

Pero por otra parte también puede haber detrás un intento inconsciente de expulsión de la madre, y por tanto un rechazo no confesado del niño. Para el no nacido se produce en este caso una típica doble vinculación: por una parte se siente expulsado, y por otra técnicamente impedido de marcharse.

Por último, puede darse también que el organismo infantil sea ya capaz para la vida, consecuencia de lo cual sería una salida natural. En ese caso, la madre y el niño resolverían la tarea en poco tiempo, evitando el drama del cerclaje.

El reposo en cama tiene en todo caso, como medida terapéutica, la ventaja de que pone fin a las idas y venidas y da a la madre tiempo suficiente para adaptarse a su hijo. Es por tanto la respuesta terapéutica más sensata a la idea, hoy popular, de insertar a los hijos en la carrera profesional, siguiendo el lema: «Un mes antes del parto jornada reducida, tres meses de reposo prescrito por el Estado y protección materna pagada por la empresa, y después a seguir como si tal cosa...» Está claro que a algunos niños eso no les basta, así que fuerzan un mayor período de adviento. A veces no es posible sustraerse a la impresión de que la expresión, entretanto pasada de moda junto con la conducta correspondiente, «estar esperando», ha llegado mejor a los niños que la mentalidad de leñador hoy en boga.

Naturalmente, lo mejor sería que la madre aceptara consciente, y quizá incluso con gratitud, el necesario reposo prescrito por el médico, e hiciera suyo en un sentido profundo al niño que crece bajo su corazón. Las limitaciones que acompañan a esto también pueden entenderse como oportunidades, pues el embarazo es una de las pocas ocasiones que quedan para hacerse realmente adulto. Además,

el largo reposo en cama puede llevar al niño a la certeza de que alguien lo cuidará y le liberará de la preocupación de asegurar su existencia. Esta emancipación social anticipada puede aliviar bastante la venidera encarnación. Aquí subyace uno de los muchos problemas de la «madre educadora única». Las madres han sido educadoras únicas prácticamente a lo largo de todos los tiempos, y con frecuencia tampoco se les ha ahorrado el aseguramiento en solitario de la existencia. Lo nuevo, como máximo, es el agresivo entusiasmo con que se defiende puertas afuera el concepto de madres «emancipadas». Con frecuencia desde dentro las cosas se ven de otra manera, como demuestra la psicoterapia. Por lo demás, es un concepto contraproducente para todos los implicados. A pesar de notables intentos de compensación, la madre no puede ocuparse del niño como si estuviera libre de preocupaciones materiales. Por otra parte el niño, que es *uno y todo* para ella, recibe no pocas veces *demasiada* atención, especialmente de aquella que un hombre le daría mejor. En una consulta, una madre educadora única preguntaba si era normal que su hijo de cinco años sólo se quedara dormido sobre su cuerpo desnudo. Finalmente, la situación perjudica al padre, que se lo pierde todo y a veces no aprende nada.

Cuando se trata de dolores prematuros, en caso de entregarse al reposo no se debería subestimar el tomarse tiempo, en una época que, por lo demás, ya no se tiene tiempo para nada. Una actitud de aceptación permitirá además a la madre volver a levantarse mucho antes. En cambio, el desplazamiento del puesto de trabajo a la cama sólo prolongará las dificultades, porque en última instancia, en este como en todos los demás síntomas, lo que importa es el aspecto interior, en este caso la paz interior. Al fin y al cabo, el síntoma prolonga notablemente el tiempo de adviento, el ritual de la (alegre) expectativa, y lo configura de forma más consciente-

te, de manera que madre e hijo tengan más tiempo el uno para el otro y puedan acostumbrarse mejor el uno al otro. En este sentido, se trata de un síntoma especialmente positivo, cuyas oportunidades superan con mucho a sus padecimientos, sobre todo cuando estos últimos desaparecen por completo al tumbarse, ya que el niño, una vez impuesto su derecho a la paz y el sentido común, suspende sus exagerados pataleos e intentos de fuga. De paso, en posición yacente remiten enseguida las náuseas y los mareos, y la debilidad y el cansancio dejan de importar demasiado. Así, sería una ocasión ideal para descansar de buen grado para la época venidera y crear conscientemente una situación fácil y atractiva para el niño. Los rituales de iniciación, convenientemente suavizados y modificados, a su vida venidera descritos arriba podrían ser una ayuda maravillosa.

VISTA ATRÁS AL PRINCIPIO DE LA VIDA

Resumiendo, la concepción es una grave crisis para la mayoría de los recién llegados. La dificultad para conseguir un lugar para la concepción supera la de conquistar en la vida posterior un lugar donde estudiar. Si ya consideramos problemático el *numerus clausus* antes de los estudios, deberíamos valorar de forma parecida las limitaciones de acceso al principio de la vida. Nuestra sociedad del bienestar se acoraza en general contra los recién llegados, ya sean personas en busca de asilo, refugiados, emigrantes o niños que desean ser concebidos. No queremos compartir las riquezas materiales acumuladas y nos mostramos cerrados.

La problemática que rodea a la concepción, que apenas percibimos como acto físico-espiritual,[10] se pone de manifiesto en el entorno social. Que ya no percibamos conscientemente el momento de la concepción puede contribuir a

que después no queramos percibirlo. También la inseguridad acerca del principio de la vida puede tener aquí algunas raíces. Es más difícil negar la existencia de algo claramente perceptible.

En Nueva York, una mayoría de ciudadanos decidió que la vida digna de protección no empezase hasta el sexto mes. Esta idea, que deja márgenes aún mayores, fracasó en última instancia por la repugnancia de los médicos, que no tenían corazón para luchar, por una parte, por la vida de los nacidos prematuros y, por otra, «eliminar» niños en condiciones de vivir y casi maduros.

Incluso las personas que encuentran aceptable ese espanto legalmente reconocido pueden ver con claridad el carácter crítico de la concepción en el esfuerzo contrario: el de aquellos que yendo hacia los cuarenta quieren ser padres, los que en esa especie de línea divisoria quieren tener un hijo casi a toda costa. La problemática de la esterilidad, cada vez más importante en los últimos años, contribuye a una evolución con carácter de crisis. La fertilidad, especialmente de los hombres, se encuentra en dramática decadencia. La terapia más sencilla y exitosa para esta situación consiste en unas prolongadas vacaciones para la pareja. Pero también los períodos de ayuno aumentan notablemente las posibilidades de conexión. El mensaje de ambas medidas es simple: para volver a ser fértil tendríamos que librarnos de la prisa superficial para volver a encontrarnos a nosotros mismos y volver a ser más *esenciales*.[11]

Todas las medidas de la medicina de lo factible, como las curas hormonales, la inseminación artificial o la fecundación in vitro, atestiguan el carácter crítico de este primer período. Si hay algunos ginecólogos que se especializan en ayudar a las mujeres a quedarse embarazadas después del climaterio, esto es expresión de necesidad y a menudo de desesperación. Las curas hormonales llevan no pocas veces

a que el tiempo desperdiciado tenga que ser recuperado por partida doble. Los frecuentes partos múltiples en esta situación recuerdan involuntariamente el dicho: «Tened cuidado con lo que pedís, porque podría seros concedido.» El problema empeora cuando conduce a soluciones cada vez más técnicas. Los médicos ya han clonado embriones humanos en laboratorio, es decir, fabricado varias copias idénticas de ellos para aumentar las posibilidades de las parejas estériles. En EE.UU. hay más de diez mil embriones congelados en sentido literal, hombres potenciales, restos de experimentos de fecundación artificial. Aunque ya no se les necesita, no se les puede simplemente tirar, así que son conservados en una tierra jurídica de nadie, en un infierno helado de nitrógeno líquido, para un turbio futuro. Los bancos de semen y las fantasmagóricas posibilidades de la tecnología genética dan impulso a la ilusión de poder determinar, además del momento de tener al niño, sus condiciones.

Si se parte de la base de que el niño experimenta tanto la fertilización como la anidación, y que en el semen ya está determinado su ulterior desarrollo, o que todo está fundamentado desde el principio, puede surgir la sospecha de que los superniños con la inicial IQ y la anatomía deseada surgidos de los bancos de semen puedan padecer problemas psíquicos.

Ha llegado el momento de reconocer que nos falta mucho para comprender la concepción, y que con cada avance médico en este terreno la situación no hace sino volverse más difícil, y la mayoría de las veces empeorar. Antes de que haya que cambiar algo, tiene que aumentar la comprensión, y con ella la compasión por la injusticia que estamos cometiendo con las almas pendientes en este momento. Muchas personas ni siquiera vislumbran el tormento que sufren las almas de los embriones congelados, sino que siguen creyendo que no sufren ninguno. Sólo cuando surja la

conciencia de la realidad espiritual podremos alcanzar una sociedad humana y dejar a nuestras espaldas la tenebrosa Edad Contemporánea. En cualquier caso, en este momento ni estamos en condiciones de dejar que ocurra lo natural y lógico en el momento adecuado, ni sabemos decidir a tiempo. Especialmente esta debilidad a la hora de decidir es lo que convierte a la concepción en una crisis de grandes proporciones.

PREGUNTAS SOBRE LA CONCEPCIÓN Y EL EMBARAZO

1. ¿Qué pasa con mi confianza originaria? ¿Cómo puedo confiarme al sueño, y a los sueños que trae consigo?
2. ¿Qué relación tenía de niño, y qué relación tengo hoy, con las cavidades? ¿Las temía o las buscaba continuamente? ¿He construido cuevas artificiales, por ejemplo en el cuarto de los niños?
3. ¿Me siento seguro cuando estoy en un entorno nuevo, o tengo que asegurarme con medidas externas?
4. ¿Los paraísos soñados representan un lugar en mi vida?
5. ¿Puedo estar satisfecho de la vida sin especiales motivos?
6. ¿Qué papel representan en mi vida las experiencias felices?
7. ¿Los sentimientos de éxtasis oceánico forman parte de mi recopilación de experiencias?

Ámbitos prácticos de experiencia

1. Meditación respiratoria: Después de sesiones intensivas de respiración, suele ser posible vivir ámbitos de experiencia que van desde el éxtasis y la libertad ilimitada hasta las experiencias extracorpóreas.
2. Ejercicio con aguas termales: En agua a la temperatura

del cuerpo, se puede hacer un ejercicio tan eficaz como las experiencias en el tanque Samadhi. Si se sujetan unos manguitos, en vez de a los brazos, a las pantorrillas, se puede experimentar la flotación en el agua, mecido por el suave ritmo de la propia respiración. Cuanto menos hinchados estén los manguitos, tanto más se hunde el cuerpo. Naturalmente, el ejercicio sólo se recomienda a personas que sepan nadar.

3. Sesiones del tanque Samadhi con simulación del período intrauterino.
4. Experiencias terapéuticas consistentes en sumergirse en los espacios ilimitados previos a la concepción y los aún abiertos después de la misma.

2

NACIMIENTO

Lo que para la oruga es el fin del mundo
es para el maestro una mariposa.

RICHARD BACH,
Ilusiones

Soy como una bandera rodeada de lejanías.
Siento venir los vientos, y he de vivirlos,
mientras las cosas siguen sin moverse abajo:
las puertas aún cierran suavemente, hay calma en las hogueras
las ventanas no tiemblan, el polvo aún pesa.

Pero yo sé que vienen las tormentas, me encrespo como el mar
y me extiendo y sumerjo en mí mismo
y me arrojo y estoy del todo solo
en la gran tempestad.

RAINER MARIA RILKE,
Presentimiento

Cuando nacemos, lloramos
por pisar este gran escenario de bufones.

WILLIAM SHAKESPEARE,
El rey Lear

Igual que toda crisis vital se convierte en balance de pasado, la concepción es expresión de las experiencias vitales

precedentes. Esto puede decir poco a las personas que rechacen la idea de la reencarnación, pero la idea quedará más clara al tratar el tema del nacimiento, que resume concepción y embarazo. Si el embarazo estuvo marcado por la aceptación y el niño es esperado con alegría, el nacimiento puede discurrir con mayor facilidad y verse fomentado por la expectativa positiva.

En el nacimiento nos resulta más fácil reconocer el carácter crítico de este paso decisivo hacia el mundo. El mero hecho de que un libro como *El nacimiento sin violencia*, de Leboyer, fuera un éxito tan grande es sintomático al respecto. En sí, el ginecólogo francés no da más consejos obvios para recibir a los nuevos ciudadanos de este mundo. Sólo una sociedad que sin darse cuenta se ha alejado de lo natural puede convertirlo en revelación. Un vistazo a nuestra práctica en los nacimientos durante este siglo puede mostrar lo mucho que nos hemos extraviado.

Empezamos con que la ginecología —una disciplina relativamente nueva y necesitada de cierta legitimación a posteriori— ha conseguido *tumbar de espaldas* a las mujeres en el parto, la postura más desfavorable si exceptuamos ponerse cabeza abajo. La embarazada no puede de este modo desarrollar fuerza para empujar, y la cabeza del niño presiona contra el perineo en lugar de contra la abertura natural. La única ventaja de esta posición es para el ginecólogo, al que se ofrece así un campo de trabajo cómodo y visible. Los hombres se podrán imaginar lo torpe que es esta postura si piensan en defecar tumbados de espaldas. Donde, sin presión en contra, ni siquiera quiere salir un modesto choricillo, la cabeza de un niño lo tiene bastante más difícil. Las mujeres de los pueblos arcaicos, a los que tan complacida y erróneamente llamamos «primitivos», han elegido posturas como el acuclillamiento para dar a luz. Como ni hacen episiotomía ni podrían cerrar la brecha abierta, apenas les queda elección. En cambio, allá donde los ginecólogos dominan la episiotomía con anestesia, se aprovecha la ocasión. En Sudán, las tradicionales «comadronas de la cuerda» cuelgan todavía hoy su cuerda del techo, y a ella se agarra la parturienta mientras está en cuclillas. En Borneo, las mujeres se sientan en una palangana de madera calentada; en la isla de Pascua, se ponen de pie con las piernas abiertas y se apoyan en la comadrona. Las indias mizteca de México se arrodillan con las piernas abiertas en una esterilla de paja tejida para ese fin.

En todo caso, antes de cargar sobre los ginecólogos toda la responsabilidad de la precaria posición para el parto hay que tener en cuenta que en la mayoría de los casos y en nuestra típica «preparación para el parto» muchas mujeres eligen la posición de espaldas. Incluso cuando empiezan de otro modo, al cabo de un rato se agotan por completo y se alegran de poder tumbarse. En ese momento hacen falta auxiliares, y tenemos que estar muy agradecidos a su pericia técnica.

Aunque muchas cosas sean humanamente comprensibles, sigue siendo simbólicamente problemático que desde el principio se apunte al lugar equivocado. Tales niños tienen que intentar forzosamente *atravesar la pared* (el perineo) *con la cabeza*. Además, de esta forma sale mucha más sangre de la necesaria. Que nuestros niños sean por término medio más grandes y pesados es sin duda una dificultad, pero no una razón para elegir una posición tan inapropiada y hacer de la episiotomía una rutina.

El niño tan largamente *oprimido contra la pared* (del perineo) sale por fin por la herida sangrante de la vagina y del perineo cortado o rasgado. Para que el personal médico pudiera ver bien, hasta no hace mucho se colocaban focos de quirófano que deslumbraban al recién nacido, a modo de recibimiento en este mundo, con su luz cegadora. Una dolorosa agresión después de nueve meses de oscuridad en su

cueva. Al mismo tiempo, tenía que sentir esta llegada como una caída a un mundo frío, porque la diferencia entre el calor del seno materno y la temperatura ambiente del paritorio era de unos quince grados. Una especie de shock de frío para empezar. El comité de recepción médico, poco dispuesto a la cordialidad, no hacía nada por atenuar el paso de la tranquila atmósfera de unión con la madre al activo trajín de una moderna sala de partos. Al contrario, todos los implicados ponían de manifiesto que el tiempo del refugio había terminado definitivamente.

Inmediatamente después de la tortura del recibimiento con luz, frío y prisa, se cortaba el cordón umbilical. El corte del cordón, todavía latente, es para el recién nacido extremadamente doloroso en muchos sentidos, aunque los médicos modernos afirman que eso no es posible porque no hay nervios en el cordón umbilical. En las sesiones terapéuticas se experimenta con claridad. Cuando los investigadores descubran algún día la base física de esta experiencia, será un débil consuelo para millones de niños que han sufrido este shock.[12] Con el apresurado corte del cordón se produce además una repentina sensación de asfixia, y en consecuencia una precipitada y explosiva expansión de los lóbulos pulmonares, que se sufre como una quemadura. Del trauma de la primera inspiración, entre el dolor y el miedo a ahogarse, derivan muchos hábitos de respiración erróneos.

Si con todas esas brutales medidas el niño aún no había empezado a chillar, se le colgaba por los pies —cabeza abajo— y se le golpeaba en el culito desnudo hasta que gritaba. Con esto podía ganar puntos suplementarios en el esquema APGAR,[13] un logro ginecológico de nuestra sociedad del rendimiento, entrenada para conseguir las máximas puntuaciones. La suposición básica del esoterismo de que en el principio ya se muestra todo es aquí confirmada, porque seguro que éste no será el último test de rendimiento

sino más bien el pistoletazo de salida para una lucha por obtener puntos que durará toda la vida. Hasta hace poco, al niño que lloraba se le abrasaban los ojos con una áspera solución de nitrato de plata, ahora se hace con gotas antibióticas, menos agresivas. Para nosotros, la vida parece tener que empezar con tormentos y torturas.

Pero no era suficiente: al niño se le pinchaba entonces el talón con un pequeño punzón. Los médicos que llevaron a cabo durante décadas estas torturas no podían suponer que asumían así el papel bíblico del demonio[14] o su brazo ejecutor, la serpiente. Sin duda ésta sólo perseguía el talón de Eva y sus hijas, pero la medicina siempre ha sido más concienzuda. Naturalmente, hay buenas razones científicas para todas estas perrerías. El pinchazo en el talón es necesario para el primer análisis de sangre, al fin y al cabo hay que controlar científicamente la oxigenación, y además el estudio de eventuales enfermedades hereditarias tiene que empezar de inmediato. La abrasión de los ojos tiene el objetivo de ahorrar al niño el peligro de ceguera en caso de alguna desconocida infección gonorreica de la madre.

Incluso aunque tales acciones puedan parecer sensatas en su conjunto a la medicina moderna, sin duda son el ritual de recibimiento más inadecuado, y podrían ser modificadas en una sociedad más humana. Hay pocas razones para que hasta ahora no hayan sido abandonadas, o sólo lo hayan sido titubeantemente. Lo decisivo es sin duda que los adultos responsables de tan despiadadas puestas en escena creen que un recién nacido no se entera prácticamente de nada.

En todo caso, a la ira que probablemente puede acometernos ante tales rigores siempre habría que objetarle que el nacimiento es una crisis a superar. Y se precisa agresividad o fuerza de Marte para superar la estrechez por la que hay que salir. Por principio no es un acontecimiento fácil, pero

podría prepararse mejor e ir acompañado de mayor comprensión, lo que no haría sino aliviar el uso de fuerza de Marte por parte de la madre. El llamado parto suave sólo ha de entenderse como reacción al actual no suave, y en realidad no busca *suavizarlo* para la madre y el hijo. Todo esto es lo contrario de suave para el recién nacido. El momento de la liberación es vivido en muchos sentidos con abrumador alivio y una indescriptible sensación de triunfo. Grof habla incluso de una vivencia orgiástica. En un caso ideal, en la madre se mezclan infinitos alivio y alegría mezclados de triunfo con el total agotamiento de la definitiva separación. Poco antes, la sensación de fuerza ilimitada puede descargarse explosivamente junto con el niño, en un grito *primitivo*. ¿Qué otra cosa representaría el grito primitivo para la terapia primaria que ese primer grito del comienzo, en el que todo puede reunirse: dolor, alivio, alegría y triunfo?

Otra razón para el burdo manejo del nacimiento practicado durante décadas podría ser que en los partos suaves, en contraposición con los brutales hasta ahora habituales, se tiene la correcta impresión de que los médicos son bastante ineptos en un parto. En una ocasión fui testigo en una maternidad de cómo una embarazada daba a luz a su hijo en el baño, poco antes del plazo calculado. Perpleja, salió con la criatura ilesa. Debido a la posición ideal que se tiene en el baño, no muy distinta de la vieja silla de partos, y a la presión necesaria en esa situación, se daban las condiciones de un parto natural en mitad de la clínica, y el niño se buscó ese camino, comparativamente fluido, hacia el mundo. El impresionante torbellino de actividad desplegado enseguida por los médicos difícilmente pudo ocultar lo ineptos e incluso perturbadores que eran.

Como si todo lo anterior no fuera suficiente, hasta hace pocos años se enseñaba brevemente el recién nacido a la agotada madre, para transportarlo después a una espantosa

sala de lactantes. Allí los pequeños podían impedirse los unos a los otros el sueño llorando a placer, mientras muchas madres se morían de nostalgia por ellos. Para este tipo de obstetricia, gritar estaba considerado reforzamiento de los pulmones y sano signo de vitalidad. La lactancia materna se tenía por sospechosa, y no se recomendaba.

La medicina volvía a tener sus típicos motivos para ambas cosas, motivos que raras veces iban lo bastante al fondo como para tener sentido a la larga. En lo que a la lactancia se refiere, se había demostrado que la leche materna contenía sustancias nocivas. Incluso en las madres esquimales de Groenlandia se habían medido, por ejemplo, concentraciones de DDT en la leche materna que superaban los límites admisibles. Que sustancias como el DDT sean admisibles en las personas o en la leche materna hasta determinado límite ya es un mal signo, pero que los valores fueran tan altos como para que hubiera que tratar a la leche materna como peligrosa, fue impactante. Si quedaba algo en el sacaleches, no se podía echar por el fregadero, sino que había que tirarlo en cubos especiales. Pero deducir de ahí que una fórmula artificial adaptada era mejor para los pequeños es un típico fallo —ya aclarado— de la forma de pensar de la medicina. El espantoso hecho de la contaminación sigue pesando poco ante el refugio psíquico y la *influencia* del amor que el niño experimenta al mamar. Con la lactancia, la madre pone fin a la necesidad interior del niño y no sólo a su hambre: queda calmado y *contento*. Una medicina de orientación completamente material había pasado por alto todo lo que no fueran calorías y sustancias nocivas.

Cualquier persona medianamente sensible puede darse cuenta de que, en general, llorar es un signo de necesidad y de opresión, no de entrenamiento.[15] Sólo tendríamos que poner en esa situación a un adulto, por ejemplo un ginecólogo. Supongamos que lo apretaran rítmicamente contra

una pared con émbolos hidráulicos durante horas, lo sacaran después con relativa violencia por una abertura en la pared y después le cortaran el oxígeno, entre agudos dolores, para someterlo a un test de asfixia. Desnudo y enfriado en segundos de 21 a 6 grados, cegado con focos de interrogatorio, con los ojos abrasados y el talón pinchado, sería colgado cabeza abajo y golpeado en el trasero hasta que gritara. Sin consuelo ni aliento, espiritualmente abandonado, se le encierra tras un breve baño y unas pruebas funcionales en una sala con otros compañeros de fatigas. ¿Quién tendría el valor de interpretar sus gritos de espanto como ejercicio respiratorio para fortalecer los pulmones?

La temprana separación de la madre, para la que la medicina también aportó argumentos eruditos, ha sido entretanto superada con «ayuda investigadora» de EE.UU. ¡Los científicos estadounidenses averiguaron que en la mayoría de los casos es mejor que la madre y el niño estén juntos! A partir de estos conocimientos se desarrolló un procedimiento nuevo al que se llamó *rooming-in*. Fue implantado en las clínicas privadas como algo sensacional. El resultado es sencillo: sólo hay que insistir lo bastante en el abuso para que el retorno a la normalidad pueda ser festejado como un logro médico y consecuentemente vendido. Un viejo ginecólogo denominó muy sencilla y acertadamente el *rooming-in* como el final de décadas de absurdo.

Ya hubo una vez en la historia en que los médicos convirtieron el parto en una empresa peligrosa para la vida, cuando infectaron a cientos de miles de mujeres con los bacilos de la fiebre puerperal, matándolas sin saberlo. Por ignorancia, se lavaban deficientemente las manos después de disecar cadáveres. Así, llevaban los mortales microbios a las parturientas y convertían su ayuda al nacimiento en ayuda a la muerte. El comadrón Ignaz Semmelweis, el primero que se dio cuenta del desastre, no fue honrado por ello, sino

combatido y humillado y no rehabilitado hasta su muerte. Con su salvadora advertencia, había ofendido la conciencia médica. Simplemente, no podía ser cierto que los médicos fueran responsables de toda esa desgracia. Hoy, los ginecólogos siguen siendo responsables de notables desastres que afectan al alma, y una vez más no quieren comprenderlo. Lo que muchas mujeres y sus recién nacidos han sentido siempre, lo que los «primitivos» siempre supieron, lo que las comadronas ajenas a la medicina académica siempre han sabido intuitivamente, no podía ser mejor que el conocimiento científicamente garantizado por los eruditos doctores y fundamentado a lo largo de décadas. Sin embargo, es así. Sólo queda esperar que no se vuelva a tardar tanto como en los tiempos de Semmelweis hasta que estos conocimientos alcancen validez general. Tan evidente como resulta hoy la limpieza en el paritorio, tendría que serlo también la conciencia de las necesidades espirituales de madre e hijo.

La alternativa al escenario de horror del parto tradicional fue descrita por Leboyer suave y comprensivamente, y es celebrada por más y más comadronas y también cada vez más por ginecólogos atentos. Incluso vuelven a nacer niños en casa, lo que a menudo tiene la inestimable ventaja de que ningún ginecólogo interfiere, pero supone también el peligro de que falte en las pocas situaciones en que es necesario. Los partos domésticos necesitan una preparación minuciosa. Naturalmente, lo mejor sería llamar tanto a una experta comadrona como a un ginecólogo, que no necesita poner constantemente a prueba sus capacidades. En Holanda existe desde hace mucho un sistema modélico, que por desgracia en los últimos años empieza a ser víctima del «progreso». Todavía no hace tanto que en Holanda el 90 por ciento de los niños nacían en casa, estando los ginecólogos en segundo plano, listos para acudir en unidades mó-

viles en caso necesario. La mortalidad infantil[16] era entonces en ese país —como cabía esperar— más baja que en Alemania. La tendencia al parto doméstico desciende en Holanda, pero aun así la mitad de los niños siguen naciendo en casa, sin que eso incremente en modo alguno el riesgo para madres e hijos.

Naturalmente, también en los hospitales son posibles y están aumentando los «partos suaves», pero hay que hacer notar que básicamente tener hijos no es tanto una enfermedad como un hecho natural, y en consecuencia no requiere por principio un médico y un hospital, pero sí la fuerza natural de la madre y el niño. Muchas clínicas permiten entretanto, por lo menos a las pacientes privadas, alumbrar a sus hijos en su propia habitación o al menos en salas especiales que ofrecen una atmósfera más acogedora y agradable que los viejos paritorios. Con una luz discreta, una suave música relajante y una temperatura ambiente relativamente amigable para el niño, se renuncia a provocar las contracciones y se espera a que el acontecimiento se desarrolle con el ritmo y la velocidad que le son propios. Facilita el parto el que los tejidos puedan prepararse en el tiempo natural, y se hagan así más blandos y flexibles. A menudo también se deja libertad para elegir la postura del parto. Algunas clínicas han instalado incluso sillas de partos, y algunas ofrecen lujos tales como partos subacuáticos. El último grito es la llamada rueda de partos, en la que la mujer puede adoptar la posición que desee. Algunos ginecólogos se tumban en el suelo para observar desde allí con ayuda de una simple linterna los progresos del canal del parto, cuando la mujer ha optado por la posición en cuclillas. De hecho, vuelve a haber partos sin rotura ni corte del perineo.

Algunas madres se han preparado y han preparado a su hijo tan bien para el parto, que ni siquiera hay que asistirlas, sino que pueden dejar al acontecimiento su curso natural y

hacer todo lo necesario por sus propias fuerzas. Expresiones como la fiesta del parto, durante tres cuartos de este siglo casi una burla, parecen adecuadas de repente. Decir de una embarazada que está *en estado de buena esperanza* vuelve a tener sentido. Abandonar la acogedora cavidad del seno materno es un paso tan decisivo en la vida del individuo como lo fue para la primitiva humanidad el salir de las acogedoras cavernas de la Madre Tierra. Afrontarlo con conciencia comprensiva y celebrarlo es adecuado, porque aun hoy sigue siendo el salto del hombre de las cavernas al hombre.

Si antes los preparativos para el parto estaban en manos del personal médico y consistían en ejercicios preparatorios y gimnásticos bastante funcionales, actualmente se abren cada vez más perspectivas nuevas. A menudo los viejos ejercicios han contribuido poco en el estrés del parto, a veces incluso han incrementado la sensación de fracaso de la madre.

Entretanto, muchas mujeres toman las riendas del asunto, aclaran en terapias adecuadas su propio trauma natal y consiguen así la mejor preparación para el parto. Con métodos del entorno del Rebirthing[17] no es tan difícil encontrar el método respiratorio más adecuado, aunque al principio requiera un poco de valor y superación y pocos médicos estén familiarizados con esa técnica. Si una mujer en la antesala del parto ha tomado contacto con su respiración enérgica y profunda, podrá respirar plenamente también durante el parto sin riesgo de espasmos, cosa que los médicos temen con razón. Esa respiración aumenta la fuerza a la hora de empujar, igual que una postura adecuada, por ejemplo en cuclillas.[18] Si la madre consigue seguir unida a su propia energía y superar conscientemente el parto, para lo que por el momento suele ser imprescindible una discreta retirada del ginecólogo,[19] el acto del parto se aproximará a ese acon-

tecimiento orgiástico. En tales condiciones, los médicos tienen un campo de trabajo difícilmente visible, y poco que hacer. Esto no tendría que importar si pensamos en quiénes son los dos protagonistas principales.

También la preparación al parto del no nacido mediante contactos a través de la voz interior u otras vías intuitivas presta inestimables servicios. La actitud correcta, optimista y decidida, es importante por igual en la madre y el niño. También aquí es una ventaja que la madre tome contacto a tiempo, es decir, si es posible antes del embarazo, con su voz interior, por ejemplo a través de las correspondientes meditaciones. Pero también al comienzo de un embarazo es posible insertarse en este ámbito del propio paisaje espiritual, desde donde el contacto con el niño es muy fácil.

Naturalmente, los niños así preparados se pueden recibir de otra manera. Como el niño fuera recibido en primera instancia (en la concepción), así será recibido tras el parto. Los extremos lo ponen de manifiesto: un niño largamente deseado, concebido con amor y alimentado de amor durante nueve meses, es esperado y recibido con cariño en el momento del parto; en el otro extremo, un niño concebido en una violación apenas recibirá amor durante el embarazo, la madre tenderá a reprimir su existencia y —si lo consigue— llegará a este mundo con la correspondiente repugnancia.

Si un niño ve la luz del mundo en un parto suave, no se le corta enseguida el cordón, sino que primero se le pone sobre el vientre de su madre, mientras el cordón sigue alimentándole y los une a ambos. Cuando el cordón deja de latir, normalmente la respiración se desarrolla por sí misma, sin shock de asfixia y dolor. También la separación del propio corazón en dos cámaras separadas funcionalmente puede ocurrir de forma más suave y armoniosa. El cordón umbilical, ahora superfluo, se puede cortar sin dolor. Naturalmente, el pequeño ser se queda con su madre, experimenta su

calidez ahora desde fuera, y si quiere puede hacer ya los primeros intentos de beber. También la antigua moda de empezar la vida con uno o dos días de ayuno ha dejado de ser *forzosa*. Pero al parecer tampoco hacía daño, de lo contrario la leche brotaría antes del segundo día.

Todos estos pequeños cambios representan en su conjunto un modelo completamente distinto. Para la madre y el niño es más fácil acostumbrarse el uno al otro desde el principio. Esta primera etapa es decisiva para la ulterior relación, y puede ser aprovechada. Hemos investigado mucho en animales el fenómeno de la impronta de imágenes posparto. Quién no ha visto la foto de los jóvenes gansos que habían tomado como «madre» a Konrad Lorenz y le seguían en todo momento. Es difícil entender que la ginecología vaya décadas por detrás de la investigación conductista y siga separando a la madre y al niño. Aun así, hay un despertar en madres que prefieren que los niños se queden con su imagen en vez de con la del personal del paritorio o la de una enfermera que le da de comer, y empezar su nueva vida juntos y armoniosamente. En el caso de una cesárea necesaria, el padre siempre puede estar en el quirófano para recibir al niño. Esto tiene a menudo el efecto de que el niño se convierte en un auténtico niño de papá. Hasta ahora no se ha investigado lo que ocurre con los niños que recibieron la impronta del personal médico que nunca volvieron a ver. Posiblemente se conviertan en uno de esos adultos que andan de un médico para otro.

La descripción, incluso el elogio del parto suave, no debe engañar al respecto: hasta hace pocos años la brutal versión descrita en primer lugar era la regla general, y sigue siéndolo para el grueso de las pacientes de la seguridad social. Quien se horrorice puede estar casi seguro de haber estado entre las víctimas. Incluso en el caso de un parto doméstico, el escenario habrá correspondido al de la opinión académica del momento.

Nuestro actual «progreso» ha de ponerse entre comillas, en tanto que se trata de un retroceso a la época en que los hombres aún no se hacían cargo de la llegada de los niños desde el punto de vista médico y aún no llevaban sus conocimientos científicos más allá del bien de las mujeres, por no hablar de los niños. Esto se pone especialmente de manifiesto en el *rooming*, pero también en la «nueva moda» de la lactancia, la necesidad de partos domésticos y la creación de zonas libres de medicina y química en el entorno del parto. También el «descubrimiento» de la preparación homeopática para el parto es un redescubrimiento.

PROBLEMAS DEL PARTO

La problemática fundamental del parto, la que lo convierte en una crisis tan imposible de ignorar, tiene dos raíces: por una parte, falta de confianza originaria, por otra, falta de capacidad de expulsión. Si en la etapa intrauterina se ha consolidado poca confianza originaria o incluso ninguna, el niño no puede librarse de una situación que aún no le ha dado lo que le debe. En el otro extremo de la vida esto podrá ser más comprensible. Quien no ha creado aún suficiente seguridad material no puede abandonar sin problemas el mundo laboral, sino que tiene que seguir en él, quiera o no quiera. En una época que sin duda maneja el parto de forma cada vez más comprensiva, pero es cada vez más insensible con la concepción y el sensible período que le sigue, la tendencia es que la confianza originaria se fortalezca cada vez menos. Esto dificultará el paso hacia la vida, porque los niños no se sienten lo bastante atendidos como para abandonar el nido. Expresión de ello podría ser el número de partos de riesgo o cesáreas, en constante crecimiento.

Por el lado de la dificultad para la expulsión, el problema

no es tanto la incapacidad de decisión como nuestro trato inconsciente con la fuerza de Marte, la agresividad (del latín *aggredi*, ir contra, chocar, avanzar, atacar). En el parto, la agresividad es irrenunciable como fuerza básica. Pero como la hemos devaluado como principio, es difícil tratar razonablemente con ella. No sólo es necesario que la madre produzca presión en las contracciones, sino también que el niño arriesgue el valeroso salto de cabeza a la vida. La fuerza originaria de Marte, que hace posible todo nuevo comienzo y pone a nuestra disposición la necesaria energía, forma parte del comienzo de toda vida. Marte es el motor de todos los partos. También el cuco necesita energía para salir cuando picotea por dentro la cáscara del huevo. En su pico encontramos el signo de Marte: lo agudo, punzante y, por tanto, peligroso. Es la misma punta de cualquier lanza y cualquier cuchillo, la punta de los cazas a reacción y los cohetes, pero también de los capullos y las semillas. La primavera es la época natural de Marte, y por tanto del nacimiento. Entonces es cuando nacen la mayoría de los animales, los árboles *brotan* y la lechuga *rompe*, miles de millones de semillas *despuntan* en la Madre Tierra e innumerables capullos *rompen* sus envoltorios. Todo esto no sucede con maldad y brutalidad, pero sí con la fuerza agresiva de Marte.

También los humanos podemos arrancar a este principio, que según Heráclito es el padre de todas las cosas, caras más redentoras que la de la guerra y la brutalidad, viviendo por ejemplo más valerosamente, arriesgándonos con decisión a dar el primer paso en territorios nuevos, *cogiendo las riendas* de nuestros problemas y agarrando el hierro al rojo de la vida. Pensando, podemos romper viejas fronteras y conquistar un nuevo territorio espiritual. El rechazar, junto con la agresividad, también a su principio, Marte, y el decidido ir a las cosas, nos ha convertido en enemigos de la agresividad y nos ha creado problemas. Nos hemos hecho

agresivos en sentido irresuelto; nuestra agresividad se pierde entre las sombras. Pero allí es donde se vuelve realmente peligrosa. En vez de fomentar una cultura del litigio y cobrar valor espiritual y enfrentarnos, intentamos vivir de una forma marcadamente pacífica y cosechamos lo contrario de lo que queremos. Aunque todos los pueblos y políticos quieren la paz y hablan de ella, el mundo bulle de armas.

Ninguna enfermedad crece tanto como las alergias, esa batalla perdida que cada vez más personas libran en su cuerpo contra sustancias inofensivas como el polen y el pelo de los gatos, el polvo de las casas, los alimentos y muchas otras cosas. Todos los alérgicos del mundo juntos no reducirán el polen; desde un punto de vista concreto, los objetivos de su batalla son absurdos. La agresividad reprimida, y por tanto inconsciente, se desplaza al cuerpo. Las alergias tienen en el microcosmos el mismo sentido que las guerras en el macrocosmos. Allá donde miremos encontramos ejemplos de agresividad no resuelta y hundida en las sombras, que ya no percibimos como tal.

Aquí está también la raíz más profunda de los crecientes problemas con el parto. Desde el punto de vista médico —vistas las cifras crecientes de partos de riesgo—, está considerado cada vez más peligroso. Y así nos volvemos a aproximar al motivo básico de todas las crisis de desarrollo: la incapacidad para decidir. Tendemos a no utilizar a su debido tiempo la necesaria energía, y a cambio recogemos formas irresueltas del principio de Marte, que siempre está en juego, porque también en la episiotomía se utiliza un cuchillo y fluye la sangre. En la cesárea se emplea tanta energía de Marte como en el parto natural, sólo que no por parte de los afectados, sino del ginecólogo. Si una mujer alemana corre, comparada con una sueca y a idéntico riesgo, el doble de peligro de sufrir una cesárea, esto significa que Marte se emplea aquí con el doble de frecuencia de

forma inconsciente. Pero eso lo hace más peligroso. Casi todas las embarazadas de Alemania sufren una episiotomía, una de cada siete una cesárea, lo que representa un 15 por ciento o 126.000 mujeres en 1991. La tendencia es creciente. Es interesante, además, ver que las cifras varían de hospital en hospital. Hay hospitales con un 23 por ciento de cesáreas y otros con un 10 por ciento, lo que demuestra que también aquí se podría llegar a condiciones parecidas a las de Suecia. Sin duda son los médicos cautelosos los que optan por una cesárea, porque tienden antes a estimar arriesgada una situación. Este análisis atestigua que Marte sólo se puede liberar con valor o con escalpelo. Desplazarlo es humanamente comprensible, pero sólo lo hace más amenazador y le depara a uno, de forma desfavorable, lo que quería ahorrarse. Pocas veces esto resulta tan claro como en el parto.

Por desgracia, el peligro también acecha tras la creciente demanda de partos naturales. Por naturaleza, hay mucha agresividad directa en el parto. Si ésta no se deja salir, tienen que buscarse otras vías. Si por ejemplo una mujer se niega al principio de Marte tan decididamente que no produce contracciones, el ginecólogo intervendrá para conseguir la presión necesaria. Si no está a mano porque se quiere que todo lo haga la naturaleza, el asunto se vuelve peligroso para la madre y el niño, y también esto —a través del riesgo— pone a Marte en juego. La naturalidad exige una elevada medida de comprensión integral. La exclusión de una fuerza tan fundamental como la energía de Marte conduce necesariamente a que tenga que abrirse paso por caminos inesperados e inexpeditos, lo que podemos calificar de catástrofe. Lo mismo ocurre con la postergación de las energías lunares en la etapa intrauterina. Una matriz poco maternal no sólo dificulta la expulsión, sino que después se ve buscada inconscientemente en las ocasiones más inoportunas. En

cierta ocasión, un jefe furioso le espetó a un empleado: «¡Somos una empresa, no una madre!»

También ciertas reacciones al proceder funcional e insensible de la medicina académica pueden producir sombras amenazadoras. Ya hay niños que están sufriendo daños en partos alternativos, domésticos y sobre todo subacuáticos, porque se excluyen por principio las posibilidades de la medicina moderna. Pero esto significa que paguen justos por pecadores. Sin duda los problemas planteados no han sido tan numerosos como afirma a menudo la parte académica,[20] pero sin duda son demasiados comparados con las posibilidades de evitarlos.

Un parto bienintencionado pero practicado con ingenuidad en lo que se refiere al principio de Marte, suele degenerar no pocas veces en un intento de aborto tardío y tanto más brutal. Si uno mismo no puede encontrar el acceso a Marte y a su propia fuerza, hay que reclamar la ayuda de los ginecólogos, que tienen ese acceso y lo emplean de buen grado.

El parto es el paso decisivo hacia la vida. En su modelo se dibujan todos los demás partos que se harán necesarios a lo largo de la vida, porque en última instancia cada nuevo comienzo es simbólicamente un parto, igual que cada paso por un territorio nuevo y cada cruce de una frontera. Así pues, merece la pena conocer el propio modelo de parto para ajustarse a los especiales problemas del individuo con los nuevos comienzos y rupturas.

Además, en el modelo del parto como comienzo de la vida (en la polaridad) se concentra todo el modelo vital como en germen, de forma similar a como la semilla contiene ya la vida de toda la planta. Ésta es la razón por la que la astrología toma como punto de partida para dibujar el marco de la vida el momento de la primera respiración.

La psicoterapia puede hacer posible un profundo conocimiento de esta primera y más importante etapa de la vida, por lo que en la terapia de reencarnación le corresponde un papel central a la renovada vivencia del propio parto. Pero también la reconstrucción del proceso del parto a partir de los recuerdos de la madre puede revelar el modelo en sus líneas generales y sacar a la luz, por lo menos, los puntos críticos.

Complicaciones en el parto

¿Quién podría censurarle a un niño elegir, en vez del salto de cabeza hacia la vida, el en principio más seguro salto de pies? El niño no ve hacia dónde se le empuja, no puede ver la salida del canal del parto, y cuanto menos adaptado a la situación esté por las palabras de la madre, tanto más se resistirá a ella. A esto se añade que a veces los niños en esta fase ven las tareas básicas de la vida que les espera y pueden retroceder ante ellas.

Al fin y al cabo todo parto, incluso el más suave, es una prueba de valor y una lucha, que tiene que resultar amenazadora debido a la estrechez del canal. La estrechez está ligada en muchos sentidos con el miedo y la angustia, la palabra latina *angustus* para «estrecho» lo pone de manifiesto. En este sentido, incluso un parto natural y sensible es siempre una iniciación al reino de la estrechez y el miedo. Todas las situaciones de la vida posterior en las que se produce estrechez pueden reavivar un trauma natal inconsciente y sacar a la superficie el correspondiente miedo.

Prácticamente todo parto representa un trauma. Pero los traumas no tienen que ser reprimidos, produciendo así un debilitamiento del individuo, sino que puede incluso contribuirse a su fortalecimiento por medio de una elaboración consciente. La voz popular expresa esto con el proverbio

«lo que no mata, engorda». Pero esto sólo se cumple cuando la situación es consciente y no hay que emplear continuas energías en mantenerla por debajo del umbral de la conciencia.

El típico trauma natal que puede dar problemas se produce más o menos de la siguiente forma. Como los dolores y la opresión se hacen cada vez mayores, en algún momento al niño le resulta imposible resistirse al acontecimiento. El poder expulsor de las contracciones y la fuerza de los que desde fuera ayudan al parto se hacen tan abrumadores que el niño tiene que rendirse. Este abandono de la lucha puede ser consciente o una especie de fuga del tan oprimido y dolorido cuerpo. En el segundo caso, el cuerpo por supuesto también nace, pero bastante solo, abandonado incluso. Sólo cuando ha superado lo peor la conciencia o el alma retornan a él. La preparación del niño en un entorno comprensivo y la dedicación intelectual y sentimental de la madre pueden facilitar al niño la aceptación de lo irrevocablemente necesario. Los niños no sólo entienden más de lo que creemos, sino que escuchan el lenguaje de los sentimientos que los adultos olvidamos a menudo y cuya importancia terminamos por desconocer.

Si es la madre la que huye de la experiencia consciente, por ejemplo hacia el refugio sin dolor de una anestesia total, el niño se siente dejado en la estacada, porque su vivencia del dolor se mantiene a pesar de la anestesia. La anestesia no es otra cosa que la expulsión de la conciencia del cuerpo. Los receptores del dolor del cuerpo siguen funcionando, sólo que no hay nadie que reciba sus mensajes. Por eso es posible revivir operaciones a posteriori en sesiones de trance, en las que el operado lo ve todo desde fuera de su cuerpo. Quizá ésta sea una explicación suplementaria del hecho de que a pesar de la anestesia local las operaciones son agotadoras para el organismo. Para la mujer, la anestesia total

tiene la desventaja añadida de que se pierda el carácter iniciático propio de todo parto.

Si un parto se siente como temible y la conciencia huye, falta la experiencia. Por una parte, en el futuro una persona con un modelo del parto no elaborado tendrá miedo a las situaciones angustiosas y, en particular, a los nuevos comienzos; por otra parte, buscará inconscientemente esas mismas situaciones para reconciliarse con ellas. Es la crisis no resuelta, que odiamos conscientemente y queremos evitar, pero que buscamos inconscientemente una y otra vez. En la escuela de la vida ocurre como en nuestra infancia: si no aprendemos a leer, pronto odiaremos la lectura. Pero precisamente por eso nos enfrentaremos al tema una y otra vez, hasta que abandonemos nuestra resistencia, nos sometamos a lo inevitable y aprendamos a leer.

El hecho de que formas terapéuticas como el *rebirthing* tengan tanto éxito entre nosotros indica cuántas personas en nuestra sociedad necesitan un renacimiento o un volver a nacer para reconciliarse —más vale tarde que nunca— con su trauma natal.

En este punto podemos encontrar también la explicación al sorprendente fenómeno de que esa técnica terapéutica, que desde hace veinte años disfruta de creciente popularidad en los círculos terapéuticos alternativos, siga siendo considerada como una enfermedad por la medicina académica. Lo que los médicos académicos combaten con inyecciones de calcio y valium, con el nombre de tetania de hiperventilación, lo sacan a la luz los psicoterapeutas. Luego acompañan a sus clientes suave pero conscientemente a través de esos estados de angustia y agobio. La repetida vivencia de tales crisis de miedo hace fluir la conciencia hacia el trauma reprimido y lo libera respiración tras respiración. Los métodos de la medicina académica en cambio reprimen este experimento terapéutico del destino, que se produce

«por sí solo», y lo interrumpen con ayuda de medicamentos. De este modo la medicina conserva sus pacientes, porque los afectados caen una y otra vez en esas situaciones, ya que sus miedos inconscientes pugnan por ser liberados.

Este ejemplo permite entender en general la diferencia entre intentos médico-alopáticos y aquellos que persiguen la curación propiamente dicha. Mientras la medicina académica ayuda a seguir sus intereses sin dejarse perturbar por señales físicas y psíquicas, los métodos guiados por el pensamiento homeopático, como la terapia de reencarnación, persiguen asumir y superar las tareas de aprendizaje deparadas por el destino.

La típica forma de producirse la tetania de hiperventilación ilustra lo que decimos. Si una persona con un trauma natal no resuelto se encuentra en una situación atemorizadora, tenderá a reprimir su miedo. Pero lo que no tiene espacio en la conciencia se lo busca en otra parte: la respiración forzada que comienza entonces encarna el modelo correspondiente. Todo se vuelve más estrecho y pueden aparecer los primeros espasmos. Entonces el afectado es consciente, a través de la angustia de su cuerpo, de su miedo espiritual. Si sigue respirando, su respiración se abrirá camino y tras la estrechez hallará la amplitud. En una sensación de amplitud y apertura el miedo no tiene posibilidades de seguir existiendo, y desaparece. En cambio, si el proceso se interrumpe por medios químicos al aparecer los primeros espasmos, se asfixia la situación interior de estrechez y los pacientes tienden a recaer porque el destino no abandona la esperanza de salir de la estrechez, estando ya tan cerca de la meta. Con la ampliación de los productos de la medicina, naturalmente, sus oportunidades se hacen cada vez peores.

El destino con su tendencia a enseñar y la medicina académica con sus intentos de impedirlo, tiran de palancas opuestas. La pregunta de cuál de ellos tiene la más fuerte es

fácil de contestar echando un vistazo a la historia y a la historia de la ciencia. Lo que hoy llamamos cambio de paradigmas da pie para la esperanza de que en el futuro se abran vías más conciliadoras.

La posición de nalgas

El ya mencionado salto de cabeza hacia la vida es tanto más rechazado cuanto menos se haya preparado. Cuando está de nalgas, el niño se niega a ponerse en esa posición adecuada para el parto pero que exige valor, y se pone en la opuesta. Esta conducta es fácilmente comprensible con una metáfora: uno está de pie en el trampolín de diez metros de una piscina y mira hacia abajo, a ese charco que desde allí arriba parece pequeño, al que tiene que acertar con su cuerpo.[21] Si esa situación es nueva y uno está mal preparado para ella, no es raro que se niegue a saltar. Pero si la retirada estuviera cortada y a uno le empujaran hacia el borde, quizá saltara de pie, porque en esa posición el miedo es menor.

El niño tiende a la vida, en vez de la cabeza, el trasero. Esto no sólo expresa negativa sino también protesta. El gesto es inequívoco y sería entendido en cualquier otra situación: este «¡por mí podéis...!» va en este caso, como tantas veces, en detrimento propio. La estrechez de la cavidad se hace cada vez más agobiante y la presión de las contracciones se hace tan grande que el parto empieza, aunque sea mal. Sin duda la negativa parece merecer la pena, porque la pequeña pelvis sale con facilidad, y también el vientre y el torso le siguen sin problemas. Pero luego viene el extremo grueso. La cabeza, lo principal, tiene el diámetro más grande, y bloquea al pasar toda la abertura. Pero como el cordón umbilical sigue ahí, en esta posición se ve comprimido. Forzosamente se producen sensaciones de asfixia más graves que

en el caso del corte prematuro del cordón. El niño no puede respirar mientras la cabeza esté atascada en el canal del parto. Cuanto más tiempo dure esa peligrosa situación, tanto más debilita al niño la falta de abastecimiento de energía vital, tanto más se excitan los ayudantes al parto y tanto más desesperada se vuelve la lucha de la madre. La falta de oxígeno puede provocar graves problemas, desde terribles sentimientos de parálisis unidos a angustia vital hasta daños cerebrales permanentes. Lo que el niño quería evitar con tanto esfuerzo es lo que recibe en cualquier caso: una situación mortalmente amenazadora.

La evitación del principio de Marte —reflejada aquí en la omisión del valiente salto de cabeza— no puede salir bien, sino que desplaza el principio hacia formas más irresueltas y por tanto perversas. Es parecido al salto desde el trampolín. También aquí es más cómodo sumergirse de pie, pero luego viene la cabeza. La mayoría de las veces el agua se introduce en la nariz y la estabilidad de la inmersión es tan incierta que se corre el riesgo de aterrizar de panza. El salto de cabeza parece más peligroso, pero no lo es en su efecto final.

El modelo que se pone de manifiesto en la posición de nalgas es el prematuro y temeroso rechazo de la vida: no se quiere vivir, y se demuestra. A esto se añade una tendencia a negarse al modelo previsto e *imponer* el propio camino, aunque con ello se ponga en riesgo la propia vida. «Evitación del miedo y una cierta testarudez que no tiene en consideración las propias pérdidas», podría ser la divisa. A esto se añade una negativa a la necesaria entrega. La cabeza no se pone hacia abajo para no exponerse por entero. *Mantener la cabeza alta* es en la vida posterior una estrategia que promete éxito, pero en el momento del parto revela más bien una obstinación revestida de terquedad. La propia testa (dura) se impone en sentido figurado e intenta protegerse,

equivocándose de medio a medio, porque no podrá irle peor al producirse la falta de oxígeno.

A lo largo de la vida habrá muchas situaciones natales que exijan valor y arrojo. El riesgo es que el nacido de pies siga volviendo la espalda a los retos de la vida para abrirse paso a su manera, cueste lo que cueste.

Semejante modelo viene dado con el nacimiento, y no hay forma de librarse de él, de forma similar a como la posición de los planetas queda fijada en el nacimiento y ya no se puede cambiar. Una vez reconocidos los principios activos, no hay que seguir eligiendo las variables. Los problemas con Marte apuntados en la posición de nalgas pueden ser elaborados de otro modo mediante la correspondiente aceptación de este principio y la reconciliación con él. Por ejemplo, el temprano rechazo a Marte puede resolverse en iniciativas de paz y en la lucha contra la guerra. Tales militantes por la paz tienen incluso la ventaja de saber que les mueve una cuestión personal. Con esto se ahorrarán muchas molestias y se las ahorrarán a su entorno, y de paso podrían reconciliarse en su lucha con Marte al ver, por ejemplo, cuánto les gusta en realidad una actitud de oposición y lucha. Su fuerte conciencia del deber puede ayudarles, porque desde el nacimiento no se dejan someter tan fácilmente.

En última instancia, no sólo la actitud física sino también la espiritual del niño nacido de nalgas es más combativa, y también más terca. El parto de nalgas conduce a situaciones más dramáticas, que exigen más rapidez por parte de los auxiliares y más concentración y presión por parte de la madre. Los niños que vienen de nalgas obligan a su entorno desde el principio a temer por ellos y por su vida.

Posición transversa

La oposición directa en la posición de nalgas es, la mayoría de las veces, más tolerable que estar atravesado. Si alguien *se atraviesa* muestra claramente que no quiere seguir colaborando. Mientras se esté en oposición a un esfuerzo, al menos se sigue estando en camino en la misma dirección, aunque en sentido opuesto. Los oponentes combaten, pero por un motivo que los divide en bélica armonía. En cambio, si uno de los dos se tumba de través no se puede avanzar en dirección alguna, la negativa es perfecta. En nuestro caso, estamos ante el niño que no quiere salir al mundo y se afianza en la segura cueva.

De vez en cuando, expertas comadronas consiguen girar al niño que se resiste y hacerlo abandonar tanto su oposición como su postura atravesada. Tales «intervenciones» van más allá de lo mecánico, pues se trata de un arte que incluye el cuerpo y el alma, basado en una rica experiencia y en la intuición. Si no se dispone de una de estas sabias mujeres o no hay forma de ablandar la resistencia del niño, sólo queda la burda mecánica de la intervención quirúrgica. La cesárea, que en este caso sirve para salvar la vida, es para el niño una victoria, aunque supone una terquedad destructiva. Por esta vía se ahorra la dura lucha por (sobre)vivir. A primera vista la intervención tiene muchas ventajas: a la madre se le ahorra el dolor con la protección de la anestesia; el dios Hypnos extiende su oscuro manto de terciopelo en torno a ella y la releva de toda responsabilidad. Por su parte, el niño puede esperar tranquilo hasta que de repente se alza el telón y esterilizadas manos de ginecólogo lo sacan cuidadosamente de su escondite. Ha impuesto su cabeza, en sentido figurado, y le ha ahorrado en sentido concreto el paso por la estrechez y el miedo que supone. En cualquier caso, en observaciones prolongadas de niños nacidos en cesárea se comprueba que

ese camino es todo lo contrario que ventajoso. El desarrollo concreto de los acontecimientos deja claro además lo estrechamente unidos que están en cualquier caso madre e hijo. Hay que partir de la base de que ambos tienen su responsabilidad en la situación. Si el niño rechaza la responsabilidad, también la madre tiene que ser relevada de ella (en la anestesia). Si el niño no da el salto hacia la vida, la madre no puede hacer nada, y hay que anestesiarla. De esta forma, ambos pasan por el parto sin enterarse de mucho.

Finalmente, para los ginecólogos la cesárea también es una ventaja, porque con ella ganan reconocimiento y dinero. Incluso tienen que poder exhibir cierto número de cesáreas para ser reconocidos como especialistas. Por desgracia, esta norma podría tener parte de responsabilidad en el elevado porcentaje de cesáreas que se da en Alemania[22] porque, naturalmente, es una cuestión de criterio decidir qué otros métodos pueden intentarse.

El modelo del niño *atravesado* nacido en cesárea tiene que ver con el nombre de la intervención: es una forma de llegar a la vida como un César. El lema es simplemente: «Yo me tumbo de través y que los otros se ocupen de mí.» Lo que al principio resulta tan cómodo puede convertirse a lo largo de la vida en un esquema molesto, porque no siempre hay gente dispuesta a correr con todo el riesgo y a quitarle a uno todo el trabajo como en el nacimiento. La pretensión de superar las etapas nuevas de forma astuta y sin riesgo mediante nuevas negativas se mantendrá, pero difícilmente se podrá resolver con tanta elegancia como al principio.

En última instancia, el niño nacido de cesárea no ha logrado imponer su deseo de quedarse en el país de Jauja del seno materno. El instinto que hay tras la negación es tan regresivo que sin intervención ginecológica podría llevar a la catástrofe. Madre e hijo se hundirían juntos por tal negativa. Si en ulteriores crisis vitales no hay a mano auxiliares para el

parto, existe el riesgo de que vuelva a haber otra negativa al nuevo comienzo y los partícipes traten de sustraerse a su obligación y a su camino. Porque quien no ha aprendido a pasar por la estrechez y el miedo, porque su límite de frustración es muy bajo, acumulará miedos hasta que toda su vida amenace con asfixiarse. En vez de afirmarse, tenderá a insistir en la negativa y seguir a la larga siendo un «niño pusilánime», seguidor del lema: «Mamá, papá, el Estado, la sociedad o quien sea lo arreglará.»

El tema de Marte, omnipresente en el nacimiento, llegará aun así a su pleno logro, aunque desplazado al ginecólogo. Al abrir un vientre hinchado con un escalpelo, haciendo correr más sangre que en un caso normal, Marte está por completo en su elemento. En todo caso, faltan la madre y el niño. El recién nacido no aprende a emplear su energía para el nuevo comienzo, sino a hacer que las cosas funcionen incluso sin ella. No ha llegado por sus propias fuerzas a la nueva etapa de la vida, y ese modelo puede convertirse en una hipoteca. Para salir adelante con esa actitud, el niño necesitaría seguir teniendo alrededor un quirófano completamente equipado, en el que le librarán de todas las demás operaciones necesarias de su futura vida. No pocas veces saldrá al encuentro de su entorno con esa (imperial) expectativa: «Me quedo en la unidad, al fin y al cabo no quiero romperme la cabeza o ensuciarme los dedos, que otros se ocupen de los problemas de la polaridad.»

Cesárea

Problemas de la madre

Para la madre la cesárea supone, debido a la anestesia, la pérdida de la iniciación consciente a la maternidad. Esa iniciación ya no se puede sustituir a posteriori de una forma igualmente eficaz, por intensos que sean los esfuerzos que se hagan. Además, la madre falta forzosamente en ese momento tan importante de la primera acuñación de imágenes directamente después del parto, porque se ha quedado dormida durante el parto. Dar la vida a alguien es un proceso activo. Es como si alguien hubiera preparado con todo detalle su fiesta de cumpleaños y luego se le olvidara el día.

Algunas mujeres son conscientes de ello más adelante, y así crece el deseo de tener el próximo hijo por vía normal. Pero en este caso han hecho la cuenta sin los ginecólogos, que se sitúan en el punto de partida: «Una vez cortando, siempre cortando.» Como ignoran la importancia ritual del parto, tienen buenos argumentos desde su punto de vista puramente funcional. La matriz tiene una cicatriz de la primera operación, cicatriz que podría abrirse bajo los esfuerzos de un parto normal. Eso sería mortalmente peligroso. Pero, por otra parte, la matriz es un músculo fuerte que, como otros, cicatriza bien. Después de desgarros musculares, en la mayoría de los casos más graves que los cortes, los deportistas suelen regresar incluso al deporte de competición.

La mayoría de las veces el conflicto termina en una segunda cesárea, «de bajo riesgo». Pero en ocasiones el endurecimiento de los frentes produce un peligro auténtico. Las mujeres que están decididas a vivir la experiencia que se perdieron y los ginecólogos que no quieren apartarse de su opinión académica causan, juntos, innecesarios dramas. En un caso, después de dos cesáreas una mujer tuvo su tercer hijo por vía normal, en medio de un grupo de amigas suyas, en una pequeña isla y sin ginecólogos. Fue un juego peligroso, y que saliera bien demuestra lo capaz de sanar y resistente que puede llegar a ser la matriz. Pero demuestra también lo tercos que pueden ser los ginecólogos y sus frustradas pacientes. Tales «experimentos» son posibles, pero deben ha-

cerse en modernos hospitales. Se puede seguir discutiendo acerca de la necesidad de la primera cesárea, pero la necesidad de ir a un hospital en los partos siguientes sólo pueden ponerla en duda mujeres que den menos valor a su propia vida y a la del niño que a sus principios. Los médicos, poco acostumbrados en Occidente a asumir responsabilidades más allá de las vías garantizadas, podrían firmar por su propia seguridad que han indicado todos los riesgos, pero tendrían que estar presentes precisamente en tales situaciones.

En nuestra medicina supertecnificada rige el refrán «Quien dice A, tiene que decir B». Si se ha tomado un camino tan artificial como el de la cesárea, esto tiene consecuencias de largo alcance. Quien se somete a la implantación de un órgano y después, en vez de reprimir el rechazo del cuerpo, lo estimula porque es más natural, es un suicida, aunque tenga razón en sus principios. Pero en nuestro caso ambos tienen razón: la mujer desde su punto de vista psicológico, el ginecólogo desde su consideración profesional. Como no se puede exigir a la futura madre que evalúe las circunstancias anatómicas, sería de utilidad que el médico se abriera a la psicología femenina para que al menos uno viera ambas partes y estuviera garantizada la cooperación imprescindible en este caso. El aspecto más profundo del punto de vista materno sólo puede verse con claridad si se discuten los rituales de la feminidad y la masculinidad y las dificultades que tenemos con ellos.

Problemas del niño

Niños demasiado grandes. Distintas razones pueden hacer que los niños crezcan demasiado en el seno materno. El motivo más frecuente es sobrepasar el tiempo de gestación: el niño se toma demasiado tiempo y se queda en su país de Jauja. Semejante fruto pasado de madurez resultará después un fruto de cuidado, cuya venida al mundo no será un disfrute para ninguno de los implicados. Por otra parte, la madre no consigue librarse a tiempo del feto, un tema que puede repetirse en la pubertad y adolescencia.

El embarazo es el tiempo de incubación para el nacimiento y la vida: cuanto más largo el tiempo de incubación, tanto más violenta es la posterior salida. En el niño que no da señales de abandonar el nido puede predominar el miedo a lo venidero. No quiere cambiar su atmósfera familiar por un riesgo desconocido, o no ha tenido suficiente de su país de Jauja como para abandonarlo voluntariamente. La prolongación del embarazo es siempre un estirar el tiempo. Una vez perdido el momento del salto se hace difícil darlo, porque desde ahora sólo hay falsos momentos. Ahora se trata de *coger por los pelos* la ocasión menos mala. Esto se verá con claridad en el ejemplo de la pubertad, una crisis análoga a ésta. Si se deja pasar el momento natural de la pubertad, el cambio de la situación hormonal, ya no habrá un segundo punto natural de inflexión por más que se le espere. Un intento a los veinticinco años sigue siendo mejor que uno a los cuarenta, pero ambos están retrasados. Con frecuencia, lo que ayuda es la presión de una situación que se va volviendo insoportable.

Otro aspecto importante del exceso de gestación es que el niño aumenta más de la cuenta de importancia y peso. Se toma más tiempo del que le corresponde y se convierte en una carga *creciente* para la madre. Finalmente, pide demasiado a su fuerza y sinceridad, y se impone la cesárea. Sería pues un modelo imaginable que un niño especialmente cómodo no quisiera abandonar voluntariamente el país de Jauja e impusiera así la *solución* cómoda de la cesárea, que a él no le proporciona ni pizca de dolor, aunque sí a su madre. Por su parte, una madre que retiene a su hijo demasia-

do tiempo se toma a sí misma demasiado en serio y le da a él un peso que no conviene a ambos.

La retención del feto por parte de la madre puede exponer al niño a una estrechez crecientemente insoportable, de la que sólo cabe, en un momento u otro, la salida brutal por medio de la operación. Una rotura o corte del perineo sería aquí un mal menor.

Por último, la desproporción entre el tamaño del niño y la capacidad pelviana de la madre puede deberse a una desproporción correspondiente en la herencia genética o estatura de los padres cuando un hombre muy voluminoso engendra con una mujer muy frágil un niño demasiado grande para ella. A veces, en un caso así no queda más que la cesárea en la fecha prevista. No obstante, en la mayoría de los casos un niño así buscará la salida un poco antes y por las vías naturales.

Un papel esencial lo representa además nuestra alimentación «demasiado buena». De forma similar a como también contribuye a la aceleración, al fenómeno de que la pubertad empiece cada vez más pronto, hace que los niños que maduran en el seno materno engorden con más rapidez. También en esto el bienestar se venga, y a menudo hace necesario el empleo de la moderna medicina. Sólo las grandes fumadoras se evitan este efecto, con el sistemático suabastecimiento intrauterino del no nacido.

El útero como trampa. Placenta previa. En esta infrecuente situación, la placenta está situada delante de la salida de la matriz, y la bloquea en mayor o menor medida. De este modo, el niño cae en una trampa mortal de la que sólo es posible salir por la vía abierta artificialmente en el vientre. El no querer entregar el feto ha llegado aquí hasta el no poder. Madre e hijo están encadenados el uno al otro y necesitan ayuda ajena. Desde la perspectiva del niño, la vida

empieza con una situación *desesperada*, de la que sólo la intervención exterior puede ayudarle a salir. No obstante, si esa ayuda se reclama a tiempo, la futura vida no se encontrará con más obstáculos.

Para salir adelante con este modelo, también en el futuro seguirá siendo importante preocuparse a tiempo de obtener apoyo y aceptar la ayuda prestada. Quien acepte interiormente que necesita ayuda ajena para las nuevas etapas y las transiciones la encontrará y podrá resolver los problemas pendientes. En última instancia, todos necesitamos ayuda una y otra vez. Lo que hace la situación de la placenta previa es convertir esto en una cuestión vital. El aprendizaje que hay que hacer para la vida posterior abarca en consecuencia pedir ayuda a tiempo o incluso prematura y utilizarla, organizar previamente un apoyo lo bastante competente, etc. El pedagogo americano Al Siebert considera que preguntar pronto y organizarse a tiempo son cualidades centrales del modelo de carácter que él llama personalidad de supervivencia.[23] Las personas que disponen de este modelo son las más adecuadas para aprender de las crisis y salir fortalecidas de ellas. Convierten en éxitos las situaciones más desesperadas, y las dificultades de la vida son para ellos más acicate que obstáculo.

Secuelas de la cesárea. A los niños afectados les falta desde el principio la experiencia de tratar con los límites y, en caso necesario, superarlos. Pueden desarrollar una tendencia a dejar pudrir las cosas y esperar que los demás las arreglen. Eso puede llegar hasta a pedirle gollerías a la vida. Especialmente si los padres aceptan tales exigencias, amenazan a los niños con ulteriores desgracias, porque no aprenden a superar las dificultades con sus propias fuerzas. Sólo quien es retado se desarrolla. En cambio, quien no aprenda a soportar y superar frustraciones correrá cada vez

más el peligro de huir de cualquier problema, lo que por ejemplo puede desembocar en una conducta adictiva.

La otra posibilidad es que tales personas, tras las malas experiencias correspondientes, huyan a la compensación de ese modelo y corran toda clase de riesgos para demostrar su valor. Esa conducta acaba fácilmente teniendo algo de querido, y a veces incluso demostrativo. Naturalmente, la compensación siempre es posible, y puede adoptar rasgos similares en, por ejemplo, los nacidos de nalgas. En la filosofía esotérica se parte de la base de que las cosas opuestas situadas en un mismo eje tienen una relación interior. Así por ejemplo, en su temática profunda se parecen los locos y los psiquiatras, los criminales y los criminalistas, los bebedores y los abstemios, los fumadores empedernidos y los fanáticos antitabaco.

Igual que los niños tienen el modelo defensivo de esperar siempre ayuda, en los médicos favorables a la cesárea se puede constatar una exagerada disponibilidad a ayudar, que a menudo hace más daño que bien, por lo menos al paciente. En las madres, expulsar y separarse del niño representa un problema parecido al del niño. La principal razón es haber vivido el embarazo con escasa conciencia. Sólo es posible separarse de lo que realmente se ha vivido y gozado plenamente.

Otros problemas del nacimiento y la expulsión

Todo nacimiento es una empresa que exige fuerza y entrega, valor y energía, pero también confianza originaria. Así como el desarrollo del parto ilustra el manejo del tema agresividad o fuerza de Marte por parte del niño, muestra en la madre su capacidad de dar y separarse de los frutos incubados en su cuerpo y, en ciertas circunstancias, también su deseo de deshacerse tempranamente de ellos.

Rotura prematura de la bolsa

Cuando se produce una rotura prematura de la bolsa, la madre *expone* demasiado pronto al niño *al aire*, al quitarle el agua de la vida. El niño pierde toda comodidad e intentará ir tras el líquido amniótico. Si no lo hace, el parto ha de ser inducido artificialmente. En general la situación no es tan amenazadora, ya que en la mayoría de los casos el niño está lo bastante maduro para dar el salto a la vida. Se trata pues de una expulsión algo anticipada del paraíso, lo que es más inofensivo que una larga permanencia en él.

En los antiguos abortos ilegales, un método muy extendido era pinchar la bolsa, porque al niño de tal modo desecado sólo le quedaba seguir el camino del *desagüe*, aunque al principio del embarazo condujese a la muerte segura.

La temprana salida del líquido amniótico y el consiguiente parto prematuro hace que los afectados tiendan en la vida a tomar decisiones prematuras e impremeditadas y a salir al paso con impaciencia. Son de esas personas que se van dando un portazo. Sus planes y objetivos no están con frecuencia muy maduros, y harían mejor en *incubarlos* un poco más, lo que no obstante les resulta difícil desde un principio.

Parto prematuro

El parto prematuro puede revelar tendencias a la fuga del niño como también el intento de la madre de librarse de él o hacerlo autónomo lo antes posible. Con frecuencia ambos motivos o tendencias se dan simultáneamente, lo que a ve-

ces conduce incluso a *partos apresurados*. Ninguno de los dos puede esperar para separarse —a este nivel—, así que los taxis, los aviones e incluso las aceras son buenas para volar hacia la vida.

Está claro que tales tendencias son menos amenazadoras que los intentos inversos de llevar el embarazo hasta la exageración. Si el salto temprano a la vida no se intenta demasiado pronto, es inofensivo. Comparado con los demás mamíferos, el ser humano es siempre un prematuro. La perdida cavidad de la matriz tiene que ser sustituida durante largo tiempo por un nido externo igual de cálido, que los cachorros humanos sólo abandonan tras mucho titubeo. El recién nacido es mucho más holgazán que la más holgazana de las crías de pájaro.

En el caso de los muy tempranos, que los médicos llaman grandes prematuros, el nido interior de la matriz tiene que ser sustituido por uno artificial, la incubadora. En estos casos se pone también de manifiesto cierta poca hospitalidad por parte de la madre o impaciencia por parte del niño. El arranque temprano le sirve de poco al niño si con él aterriza en la matriz tecnológica de la incubadora, que con frecuencia incluso lo hace retroceder en su desarrollo. También a la madre le trae problemas una reducción del embarazo. Sin duda la necesidad de la incubadora lleva a una definitiva separación, puesto que ata al niño al hospital, pero las cargas que se derivan son gravosas para la madre, por no hablar de las secuelas. Temas como fase de acuñación de imágenes y lactancia representan escaso papel y han de ser descartados ante el telón de fondo del grave riesgo para la vida.

Los prematuros extremos ven incluso amenazada su vida, porque determinados órganos no están lo bastante maduros para mantener la vida al aire libre. Por ejemplo, los pulmones sólo pueden garantizar la vida en la polaridad a

partir de determinado grado de madurez. El modelo se corresponde con el de la rotura prematura de la bolsa. Los niños no están aún completamente incubados y a menudo salen demasiado pronto. Este modelo se lo llevan consigo a la vida, y representan así el polo opuesto de los niños madurados en exceso. Igual que estos últimos tienden a llegar demasiado tarde, los prematuros siempre son los primeros, lo que también puede resultar desagradable. Los impacientes y los lentos tienen un problema en común: la elección del momento correcto.

Desprendimiento de placenta

Esta situación se corresponde con los modelos precedentes, pero el riesgo es aquí muy considerable. El niño ve cortado su abastecimiento por un temprano desprendimiento de la placenta. La situación paradisíaca termina abruptamente, porque falta suministro. Pero como el niño depende del oxígeno de la madre ya que aún no puede respirar por sí mismo, corre un agudo riesgo de asfixia. Una vez más, las medidas de socorro ginecológico son la única salida. La vida de la madre también está amenazada, en tanto que la pérdida de la placenta produce hemorragias. Mientras el niño no recibe energía vital y languidece de energía, en caso de hemorragia la madre pierde la suya.

Cordón umbilical en torno al cuello

La estrechez del lazo tiene una gran importancia médica. O el niño se estrangula realmente, o amenaza con hacerlo, y muestra así el riesgo que corre. Por los análisis ecográficos y la fotografías intrauterinas sabemos que el no nacido puede

tirar del cordón. Normalmente esto sólo causa un leve dolor en la madre. Sin embargo, si el cordón se enrosca en torno al propio cuello pone de manifiesto una agresión dirigida contra sí mismo.

Esta situación indica que la etapa intrauterina, normalmente imbuida de sentimientos que van desde la amplitud hasta lo oceánico, está bajo un signo amenazador para el niño. La energía dirigida contra la propia vida señala hacia el principio originario plutoniano, que se pone aquí desde el primer momento en primer plano y da su sello a la vida. En este caso, la estrangulación parte en general del propio niño, siendo los daños en el riego una consecuencia mucho más frecuente que el logro del intento de suicidio. El modelo, poco satisfactorio, es: «Prefiero matarme antes que soltarme y confiarme al río.»

En lo que a la madre se refiere, aquí el principio lunar de maternal atención —simbolizado en el cordón umbilical— se convierte en estranguladora serpiente plutoniana que tiende a asfixiar al niño. Después el tema puede retornar en la problemática de la sobreprotección, en la que la madre corre el riesgo de asfixiar a su hijo con su forma de «amor».

Resumen

El nacimiento, como puerta de entrada a la vida polarizada, es una cesura tan dramática como la concepción. En la vivencia infantil se representa a menudo de forma completamente distinta a como se ve desde el punto de vista de los adultos. Si la concepción es vivida como una limitación, y a menudo como un encarcelamiento del cuerpo, el nacimiento, debido a la agobiante lucha en la estrechez del canal del parto y a las intervenciones «de ayuda» descritas, puede ser sentido como una horrible violación. La sensación de quedar expuesto e indefenso es aquí extrema. Precisamente ese acontecimiento, la mayoría de las veces espantoso en la vivencia de los niños afectados, es celebrado con alegría y peculiar orgullo por los padres, sobre todo por los menos conscientes.

Para el recién llegado, los momentos inmediatamente anteriores al parto y el parto mismo son la primera experiencia amenazadora de angustia, y por tanto de miedo. Toda la posterior sintomatología del miedo se encuentra ya en el modelo básico del nacimiento y se puede atacar terapéuticamente a través de la experiencia vivida aquí.

La reestructuración del proceso del parto para convertirlo de drama en una fiesta del nacimiento es actualmente posible, en una época de creciente conciencia. Pero cuanto mayor sea la distancia con los viejos métodos clínicos, tanto más estrecho tendrá que ser —en caso necesario— el contacto con las posibilidades de la ginecología moderna. De hecho, cada vez más comadronas aceptan los partos a domicilio, y los ginecólogos vuelven a estar dispuestos a cooperar, ya sea por comprensión o por falta de pacientes. Los médicos *hambrientos* son en sí un peligro para la sociedad y para cada paciente. Pero allá donde se les sale al paso con una sana autoconfianza, pueden convertirse en una buena ayuda. Adaptarse a las necesidades de la madre y el niño es lo que los verdaderos auxiliares al parto prefieren en el fondo de su corazón.

La mejor preparación al parto para las futuras madres es la elaboración del propio trauma natal. La experiencia de la propia problemática del parto sería también el paso más importante en la formación de las comadronas y los auxiliares al parto, para que tales problemas no siguieran proyectándose en la futura madre. Nada es más peligroso en un parto que el miedo inconsciente de los auxiliares a su propio trauma natal. Según todas las experiencias recogidas, se trata de

profesiones escogidas sobre todo por personas que aún no han solucionado el problema de su propio nacimiento, de forma similar a como las personas con problemas psíquicos tienden a estudiar psicología. Que hasta la fecha tales cuestiones no representen ningún papel en los programas de formación vigentes demuestra lo mucho que nos importa proyectar los problemas sobre otros, sin resolverlos definitivamente.

PREGUNTAS SOBRE EL NACIMIENTO

1. Imagínese que ha empezado una larga excursión por una cueva, pero a las pocas horas está cansado y quiere volver a salir a la luz del día. Su acompañante, que hasta ahora le había guiado bien, conoce un atajo, un camino especialmente rápido al exterior. Pero ese atajo es tan estrecho que hay que arrastrarse sobre los codos, las rodillas y el vientre como un reptil. A esto se añade que usted no puede ver la salida, porque el pasadizo va primero hacia abajo y después hacia arriba. Su acompañante le advierte que no respire demasiado hondo, para no quedarse atascado. Como titubea, le asegura que muchos antes que usted han pasado por ahí, y que la montaña que hay encima no se ha movido durante millones de años y la cueva no va a desplomarse precisamente ahora. Luego le hace pasar por allí.
   —¿Cómo se siente ante la idea de pasar tropezando con las paredes por todas partes?
   —Inténtelo mentalmente, y sienta si tiene suficiente confianza. Reviva en imágenes interiores ese trabajoso camino desde el refugio de la oscura pero ya no agradable cueva hasta la luz del mundo.
   —¿Podrían detenerle la estrechez y el miedo que produce?
   —Traslade esas experiencias a su nacimiento y su recorrido por la vida.

2. ¿Cómo empieza usted el día, como símbolo del año y de la vida?
   —¿Deja usted fácilmente las plumas o le cuesta trabajo abandonar el nido caliente, el hueco de la cama?
   —¿Tiene miedo y se encoge ante las tareas del nuevo día?
   —¿Se alza el nuevo día ante usted como una montaña, o le atrae con una fuerza mágica?
   —¿Lo emprende usted con empuje y energía, o con el freno puesto?
3. ¿Le gustan los amaneceres?
   —¿Cuándo vio uno por última vez?
   —¿Los ve siquiera, o normalmente se pierde durmiendo el principio del día... y el de su vida?
   —¿Cómo se siente a esa temprana hora?
   —¿Le gusta empezar tan temprano los viajes?

Posibilidades terapéuticas para solucionar el trauma natal

1. Revivir el nacimiento en una psicoterapia adecuada, como la terapia de reencarnación, donde el parto se vuelve a experimentar y se hace consciente de ese modo.
2. Terapia de respiración forzada: el camino por la propia estrechez, incluyendo eventuales espasmos, que lo devuelven a uno a una actitud fetal, con posterior liberación.

Estos dos métodos son útiles en cualquier crisis de desarrollo. A la correspondiente psicoterapia siempre irá vinculada la pretensión de atacar el problema que más agobie en el momento concreto.

La terapia respiratoria responde al tema energéticamente más apremiante, pues la energía vital busca ese camino.

En última instancia, todas las crisis vitales son nacimientos a nuevos ámbitos.

3. Ejercicios simbólicos de parto:
   —Ejercicio del capullo: se enrosca uno en posición fetal y se despliega luego como una flor.
   —Ejercicio de seno materno, en pareja: uno hace de seno materno, el otro de no nacido; el seno materno se tiende sobre su hijo y lo abarca con los brazos y los muslos. Poco a poco, el no nacido empieza a liberarse.
   —Empujar el coche atascado en la nieve, volver a poner en movimiento situaciones atascadas, forzar rupturas en todos los terrenos.

3

CRISIS POSNATALES Y DE LA PRIMERA INFANCIA

Vuestros hijos no son vuestros hijos.
Son los hijos e hijas del anhelo de la vida
de sí misma.
Vienen por vosotros, pero no de vosotros;
y aunque estén con vosotros, no os pertenecen.
Podéis darles vuestro amor, pero no vuestros pensamientos,
porque tienen sus propios pensamientos.
Podéis albergar su cuerpo, pero no su alma,
porque su alma vive en la casa del mañana, a la que
no podréis entrar ni en vuestros sueños.
Podéis aspirar a ser como ellos,
pero no tratéis de hacerlos como vosotros.
Porque la vida no va hacia atrás,
ni se detiene en el ayer.
Sois el arco del que vuestros hijos
fueron lanzados como flechas vivientes.
El Arquero ve la diana, en la senda de la infinitud,
y os doblega bajo su poder,
para que sus flechas vuelen rápido y lejos.
Que la curva en la mano del Arquero os dé alegría;
porque igual que ama la flecha que vuela
así ama el arco que se mantiene firme.

KHALIL GIBRAN,
De los hijos

Con los niños no se puede hacer satisfactoriamente realidad los propios sueños no vividos, ni tampoco son adecuados como superficie de proyección para planes y aspiraciones de altos vuelos. En cambio, son insuperables como espejo de la propia situación. Traen a la relación o a la vida lo que hasta entonces le faltaba. Si se parte de la base de que el destino no comete errores sino que, al contrario, busca constantemente superar los errores y traernos lo que nos falta, resulta que todos los padres tienen los hijos que tienen que tener, aun cuando los adopten. En este sentido, el destino se revela una vez más como la bendición enviada. El enriquecimiento que los niños traen consigo está sobre todo allá donde no solemos esperarlo y, más frecuentemente, no podemos verlo. Si pudiéramos *percibirlo*, nos desarrollaríamos enormemente y creceríamos de forma insospechada en ellos y con ellos. No se puede pensar en mejores terapeutas que los hijos. La mitad de ellos está hecha de nosotros mismos, y en consecuencia se nos parecen tanto en forma satisfactoria como, a menudo, también embarazosa. Mediante su conocimiento intuitivo de los padres, tienen además la insuperada capacidad de poner sus deditos en sus puntos débiles.

Mientras los hijos crecen junto a nosotros, el propio crecimiento puede hacer asombrosos progresos. Así se explica también la ambición de muchos padres de ver crecer a sus hijos lo antes posible, aunque un crecimiento lento aumentaría las oportunidades de seguirles el paso a los pequeños. De forma parecida a como los niños recorren a ritmo acelerado la historia de la humanidad, reflejan los propios pasos de la evolución de sus padres. Con frecuencia habrá problemas en los lugares en que los padres se hayan quedado atascados, sin querer confesarlo.

Los niños vienen a este mundo con los mismos temas vitales que una generación antes traían sus padres, y la mayoría de las veces sus aprendizajes tienen clara similitud. En todo caso, la temática correspondiente es más fácil de abarcar en los niños, porque no presentan tanto refinamiento como los adultos con mecanismos de defensa como las racionalizaciones y proyecciones. Ésta es también la razón por la que pocas personas pueden ponerle a uno tan furioso como los propios hijos. Cuando a uno le ponen delante sus propios problemas en una presentación tan simple, como si fuera una caricatura, resulta especialmente irritante. La atracción de lanzarse contra ese espejo demasiado fiel es comprensible, y la única oportunidad es contemplar el fenómeno del espejo como tal. En el diario ritual de la mañana en el baño tenemos la posibilidad de ver de lo poco que sirve hacer responsable al espejo del rostro malhumorado que nos muestra.

Determinadas tribus indias manejan la idea de que detrás de cada persona están sus antepasados, a la izquierda los femeninos, a la derecha los masculinos, y esperan anhelantes librarse de una vez del superado modelo de familia por medio de una vida valerosa. Ésa puede ser una de las razones de por qué los indios tienden menos a la proyección que sus hermanos y hermanas blancos. También al moderno hombre ilustrado le haría bien no querer sólo cambiar a los niños, sino reconocer la ocasión de cambiar y desarrollarse con los niños.

Después del nacimiento

Al nacimiento y el bautismo como rituales de acceso a la vida polarizada les sigue una serie de crisis típicas para todos los implicados. Mientras la vida de la madre cambia completamente y el niño pasa a ser el centro, el padre, hasta ahora acostumbrado a ese privilegio, vivirá con frecuen-

cia la segunda crisis. Pero sobre todo para la madre el cambio, y los miedos a él vinculados en lo que concierne a su nuevo papel y a la inusual responsabilidad, puede ir desde rasgos de crisis hasta la depresión posparto.

Depresión posparto y psicosis de la lactancia

Como en toda depresión, también aquí se produce un volver la espalda a la vida, que resulta excesivamente gravosa y difícil. La paciente huye a la depresión como pseudorrelajación de la tensión que el niño lleva a su existencia. Se abandona a sí misma y a todo lo demás, desplazando así sobre su entorno la responsabilidad de la nueva situación. Según la gravedad de la depresión, pueden abrirse paso hasta la conciencia pensamientos referentes a inevitables y amenazadoras limitaciones, excesivos desafíos y rigores y hasta a la muerte. En el caso de deseos de muerte o intenciones de suicidio, es imposible ignorar las tendencias de fuga. En este caso, no es exagerado pensar que la madre no estaba preparada para el embarazo y, sobre todo, para el niño.

La solución habría que buscarla en la dedicación, de todas formas inevitable, al principio saturniano, y en la reconciliación con sus niveles resueltos. De hecho, la antigua vida de la madre tiene que desaparecer. También la antigua relación con su pareja desaparecerá para resurgir en un plano nuevo. Se trata de reconciliarse con las futuras restricciones y la inevitable renuncia en algunos ámbitos, quizá incluso antes de que sean visibles las alegrías de la nueva etapa de la vida. En la naturaleza del período subsiguiente están tanto cierta disciplina como determinados rigores. Habría que pensar aquí en la subordinación a las necesidades del bebé y la postergación y abandono de los intereses propios que ello supone. A veces es inevitable incluso cierto

ayuno de sueño, cuando hay que amamantar al bebé por las noches y poner fin al habitual reposo nocturno. Cuando la desaparición de lo que era habitual y familiar se asume conscientemente, de las obligaciones sin duda saturnianas, pero también hermosas en su natural sencillez, puede surgir un nuevo estilo de vida, completamente distinto, pero al menos satisfactorio. Cuanto más rápido se doblegue la madre a la omnipotente naturaleza y sus necesidades, antes empezará esta fase. Cuanto más voluntariamente y de buen grado se acepte la irrupción de lo nuevo en la vida como desafío, antes podrá esta experiencia dar incluso fuerza. Porque, interiormente aceptado, el principio saturniano proporciona enorme resistencia y una capacidad de aguante sin parangón. Incluso cosas tan duras como la privación del sueño resultan —si se asumen consciente y voluntariamente como ayuno del mismo— menos amenazadoras.

La psicosis puerperal o psicosis de la lactancia es clasificable de forma parecida a la depresión. Como en todas las psicosis, se trata de una fuga del mundo propio, que ya no se percibe como soportable, a una realidad mental más soportable. La irrupción del nuevo reto es vivida aquí como tan abrumadora, y las reservas espirituales de la madre son tan escasas, que ve la fuga como única salida. Con las posibilidades de la terapia de reencarnación y sencillos ejercicios de orientación se puede recuperar a las afectadas, pero es discutible que se les pueda ofrecer de inmediato algo que les mueva a permanecer en una realidad que viven como abrumadora y a entregarse a las tareas de su papel de madre. Felizmente, el niño tiene una influencia tan terrena y la maternidad una carga espiritual tan fuerte que a menudo las «fugadas» regresan incluso sin tratamiento.

Desde el punto de vista terapéutico, habría que prestar toda la atención a que la madre pueda dormir. En muchas ocasiones, es el trastorno o desaparición de las fases del

sueño lo que conduce a las proximidades de la psicosis. Hoy en día sabemos por investigaciones hechas en laboratorios que los sueños nocturnos tienen una importancia decisiva para nuestra salud espiritual. Si se impide soñar, en condiciones de laboratorio, a una persona sometida a experimentación, despertándola una y otra vez al empezar la fase REM,[24] a más tardar al cabo de una semana comenzará a ver imágenes oníricas con los ojos abiertos. Esto significa que estas imágenes no experimentadas se abren paso hasta la conciencia diurna y se superponen a ella. En esta situación, los psiquiatras hablan ya de alucinaciones ópticas. Del mismo modo, la represión de la voz interior puede conducir a alucinaciones acústicas.

La lactancia puede desencadenar este fenómeno porque el niño reclama su leche a intervalos regulares y la madre nunca puede dormir lo suficiente para disfrutar de las fases de sueño. En esto subyace la invitación a ser más abierto a los ámbitos limítrofes de otras realidades, a plantearse también los otros mundos a los que el niño tiene acceso natural al principio de su vida. Pero para ello habría vías más adecuadas que a través del ayuno de los sueños.

Si se piensa que en las ceremonias iniciáticas de las sociedades primitivas se recurría a menudo a la ayuda de drogas psicodélicas, y que incluso en la Antigüedad clásica el alcaloide del cornezuelo de centeno, tan próximo al LSD, representaba un importante papel a la hora de abrir el acceso a otros planos de realidad espiritual, el paralelo quedará de manifiesto. Aunque a un nivel muy poco resuelto, la psicosis de la lactancia es una iniciación a un nuevo mundo espiritual y el ayuno del sueño una vía conocida por distintas tradiciones.

Pérdida del placer

En cambio, otras dificultades de este período, como la pérdida del placer, pueden catalogarse de inofensivas, pero en ellas también puede haber notable carga explosiva. Así, el padre experimenta de repente que ha pasado a un segundo plano. En el más estricto sentido del término, es apartado de los pechos de su esposa y de su lecho. Esto puede reportar, sobre todo si hay problemas no admitidos con el papel paterno, notables dificultades que no están fundadas en el ámbito racional, sino en problemas de autovaloración inconsciente. El que ve en su mujer una posesión, se siente robado. Quien ha visto en ella a la proveedora y madre, se cree ahora repudiado o al menos postergado. Quien la clasificaba ante todo como objeto de placer, ha de experimentar dolorosamente que hay cosas más importantes en la vida y que entre ellas se encuentran la alimentación y el cuidado de los niños.

A menudo las dificultades no afloran tan directamente, sino que sólo se muestran más adelante desde el punto de vista sexual, lo que puede deberse tanto al hombre como a la mujer como, naturalmente, a ambos. No pocas parejas entran, con el nacimiento de un hijo, en un atasco sexual. Si el hombre no puede o no quiere hacer el amor tanto como antes, ello se debe con frecuencia a su imagen de la mujer. Básicamente, ésta se construye a partir de dos arquetipos: el venusino de la amante y el lunar de la mujer maternal (doméstica). Cuando un hombre no sabe integrar los dos arquetipos en una sola imagen, surge el sufrimiento. Si por ejemplo apuesta por una mujer-Venus como amante y no se reconcilia con el modelo materno, el propio asistir al parto puede poner de tal modo en cuestión la imagen de «su» mujer que ya no pueda hacer el amor (con ella), y, en un plano profundo, tampoco quiera.

La presencia del padre en el parto, hoy en día ya habitual, tiene como todas las cosas su lado oscuro. Sobre todo cuando el hombre no se atreve a expresar su miedo y asiste por sentido del deber, este acontecimiento existencial puede desbordarle. La experiencia del desvalimiento es difícilmente soportable para muchos padres, y algunos la sufren durante largo tiempo. Los ginecólogos afirman —la mayoría de las veces, medio en broma medio en serio— que en no pocas ocasiones los padres son más difíciles de manejar que los protagonistas principales, la madre y el niño. Quizá sea también el reconocimiento de no ser más que un personaje secundario el que roe durante el parto a los padres.

Si el hombre apostaba por la madre que había en su mujer, con el parto se ha hecho todo lo necesario y no siente necesidad de hacer nada más. Con el principio de la lactancia pueden presentarse los celos, que pueden impedir o incluso destruir muchas cosas. El hombre queda desplazado de su papel infantil o en todo caso no ocupa ya el primer lugar junto a la mujer.

A esto podría añadirse como agravante que la mujer se sienta humillada porque no se ve aceptada por su marido como una (completa) mujer, sino sólo como amante o como sustitutivo de la madre.

Si el placer disminuye por parte de la mujer, podría deberse a que ahora tiene todo lo que siempre quiso, y el modelo venusino sólo servía, inconscientemente, como medio para la finalidad lunar-materna. Si después del parto las mujeres se sienten rebajadas al no abrigar deseos que antes gustaban de tener, se pone de manifiesto que sólo habían entrado al plano venusino para hacer realidad su verdadero fin, su bebé y con él el papel de madres. En la medida en que ellas mismas se engañaban, también se sentirán engañados sus correspondientes esposos. Naturalmente, a tanto engaño seguirá la correspondiente decepción.

Está claro que con el parto la mujer ha subido a un nuevo escalón cualitativo de su vida, que fija nuevas prioridades. El esposo, que no ha vivido —o por lo menos no en su propio cuerpo— la vivencia iniciática del parto, renquea detrás. Si insiste en que para él todo sigue como antes, la nueva etapa le enseñará otra cosa con rapidez y seguridad. La expresión «hacer un hijo a su mujer» revela este malentendido. El hombre suele engañarse, porque también se ha hecho un hijo a sí mismo, dejando a un lado la cuestión de quién hace qué en realidad. Si el padre proyecta el tema hacia la mujer y el niño, pronto estará al margen y sufriendo. Si logra asumir su papel de padre y establecer contacto con su propio arquetipo paterno, la experiencia fomentará el desarrollo también del padre en vez de desbordarlo. El desbordamiento se puede atribuir en cada caso a falta de asunción de ese papel. Los desafíos del destino pueden estimular o desbordar. La diferencia esencial está en la actitud del afectado más que en el destino.

En todo caso, en ambos miembros de la pareja la causa también puede ser simple agotamiento debido a los innumerables turnos de noche. Además, el inusual espectador del lecho conyugal puede restringir la diversión erótica y a veces impedirla por completo. Quien se siente observado puede tener distintos problemas, entre otras cosas con su superyó. Puede además surgir el miedo a desbordar psíquicamente al niño. Actualmente en EE.UU. suelen verse niños maltratados por todas partes, y las temerosas madres ya se sienten amenazadas por denuncias de corrupción de menores.

Problemas infantiles de adaptación

En cualquier caso, el cambio aún es mayor para el recién nacido. Tiene que elaborar, en su individual historia de la

evolución, el paso de ser acuático a ser terrestre, uno de los más decisivos de la evolución. Apenas es posible imaginar cambio mayor. En general, toda persona tiene que repetir los pasos decisivos de la historia de la evolución.[25] En este sentido, no se nos regala demasiado. Empezamos, como toda vida, como una sola célula, y crecemos hasta convertirnos en un ser acuático pluricelular, de lo que todavía en la edad adulta da testimonio la disposición en remolinos del pelo de nuestro cuerpo. Millones de años después de nuestra salida de las aguas, seguimos compuestos predominantemente de agua, en más de dos tercios. El agua de nuestras células tiene incluso una composición muy similar a la del mar originario. La despedida del reino de las aguas y el paso a tierra son a la vez la subida al reino del aire libre y un paso gigantesco en la evolución, aunque sólo nos deje *aterrizar* de vientre, como un reptil. Finalmente, nos ponemos a cuatro patas y conquistamos gateando el reino de los mamíferos. Y después tenemos que erguirnos sobre las patas traseras, que es el paso decisivo hacia la condición de humanos,[26] y este proceso tenemos que hacerlo cada uno por nuestros propios medios.

En muchas culturas primitivas, las madres atenúan el cambio posterior al parto atándose al vientre a los recién nacidos, de forma que sigan sintiendo la familiar cercanía y protección. En otras culturas los envuelven muy apretados, recordándoles así su situación inmediatamente anterior al parto.

Algunos signos indican que el cambio cuesta cada vez más trabajo a los recién nacidos. Los llamados *niños gritones* saludan la nueva situación con un estrépito que puede amargar la vida a sus padres. Inevitablemente se libera agresividad y desesperación, que no pocas veces hallan eco en los demás miembros de la familia, con frecuencia presas del nerviosismo. En modelos similares se produce el llamado

cólico de los tres meses, que desafía de forma agresiva a los desbordados padres. En él se pone de manifiesto que los pequeños no pueden digerir bien la nueva vida con sus desafíos. Probablemente el problema esté en el cambio del suministro obvio, de las paradisíacas condiciones del seno materno, al autoabastecimiento a través del pecho, ya algo más trabajoso. Los niños muestran con su griterío lo dolorosamente que experimentan nuestro mundo. Que los niños se vean más afectados que las niñas puede indicar que el sexo masculino empieza ya con mayores dificultades de adaptación, tiene que liberar más agresividad y está más lejos del reino de la *materia*. El psicoanalista René Spitz añade otro plano de explicación al cólico de los tres meses, basado en la observación de que los niños huérfanos prácticamente no lo sufren. Cuando la madre abastece mucho al niño, y especialmente si le da de mamar siguiendo el sistema de demanda, es decir, si le ofrece el pecho en cuanto el bebé grita, aumenta la probabilidad de que se produzcan cólicos. Además, los investigadores constataron una mayor tensión muscular en los niños gritones. Spitz parte de la base de que esos niños no tienen hambre cuando gritan, sino que sólo buscan una posibilidad de librarse de sus tensiones. Si se les ofrece en cada ocasión el biberón o el pecho, sin duda pueden aliviar algunas tensiones chupando y calmarse después a corto plazo, pero a más largo plazo el problema no hace sino empeorar, porque en cada ocasión reciben un alimento que el sistema digestivo no necesita en absoluto. Por buena que pueda ser la «lactancia a demanda» para muchos niños, la alimentación sólo debe producirse cuando se tiene hambre. Cuando el hambre se produce tras la liberación de tensiones, la alimentación es la respuesta equivocada e inicia un círculo infernal. En pro de esta interpretación habla también la experiencia de que el cólico de los tres meses es desconocido en los niños de las madres

indígenas, que los llevan sobre el vientre. Esos bebés liberan sus tensiones a través del continuo contacto con la piel y el continuo balanceo.

Quizá, se podría sospechar, el cólico de los tres meses no sea más que el intento sintomático del niño de conseguir el contacto con la piel que tanto necesita para su evolución. En favor de esto habla también el hecho de que la mera utilización de un chupete puede ser de utilidad, e incluso dormir en una cuna que se pueda mecer. A los niños huérfanos gritar les sirve de poco, ya que ninguna madre preocupada reacciona a ello y no consiguen atención alguna por esa vía. De este modo, no son alimentados a destiempo y se ahorran los cólicos. La mejoría después de tres meses se produce, según Spitz, porque los niños han desarrollado otras posibilidades de liberarse de sus tensiones, por ejemplo ya pueden mecerse por sí mismos.

Problemas de la lactancia

Los problemas de la lactancia pueden tener sus raíces tanto en la madre como en el niño, y adoptar asimismo rasgos críticos. Si la madre no tiene leche, esto es sentido a menudo como una carencia, cosa por otra parte inevitable. Detrás se esconde un intento, por supuesto inconsciente, pero claro, de no dar nada de sí al niño, de no alimentarlo. Sólo ese significado es ilustrativo de lo crítico de la situación, aunque desde el punto de vista técnico el problema es pequeño y desde un punto de vista puramente material la leche adaptada tendría incluso menos sustancias nocivas. Pero para las necesidades psíquicas la leche artificial en biberón no es más que un sucedáneo.

En el raro fenómeno de los pezones metidos hacia dentro, es imposible ignorar el apartamiento del mundo exterior, por lo menos en lo que concierne a esta región. Los pezones, que la moda enfatiza incluso con agresividad, se han retraído. En todo caso, esta actitud defensiva parece referirse con frecuencia al papel erótico del pecho y a veces puede incluso ser corregida por el recién nacido. Su ansia de vida puede invertir la situación y obligar al pezón, bajo permanente presión aspiratoria, a mostrarse. A menudo, pequeñas «prótesis» de plástico pueden mejorar la situación.

Si el niño no chupa por sí mismo, la responsabilidad está claramente en él, habiendo que distinguir si no puede o no quiere. Posiblemente es demasiado débil, o tan inmaduro que el reflejo de succión aún no funciona. En cambio, si un lactante maduro rechaza el pecho materno, con frecuencia se trata de una crisis programada. Mientras la madre que niega su leche puede huir aun a las racionalizaciones médicas, ahora la claridad del mensaje es dolorosamente obvia: el niño no toma nada de ella ni quiere nada de ella. Muchas madres viven esto muy directamente, y se sienten despreciadas. Las razones para ello pueden estar en el embarazo, pero también en experiencias muy anteriores.[27]

La una y la otra cama

Las razones por las que los pequeños encuentran el camino hacia la cama paterna son inevitablemente múltiples: durante o después de una enfermedad, que enseña al niño todo lo que se puede obtener de las enfermedades; en vacaciones, cuando no hay una habitación propia; cuando está en casa de la abuela, donde no molesta, porque ella se siente igual de solitaria, etc. Lo que al principio resulta dulce y, durante la lactancia nocturna, incluso muy práctico, con el tiempo puede atacar los nervios de los padres y resultar muy

excitante, en el doble sentido del término. Los derechos adquiridos son defendidos tercamente por los niños.

Quien crea que los niños no tienen ego o conciencia del poder aprenderá con rapidez que estaba equivocado. Como ocurre en la vida, los derechos de costumbre son defendidos a voz en grito. Tales luchas pueden durar un tiempo, si ninguna de las partes cede, y enseñar a algunos padres a asombrarse de la resistencia y reservas de energía de su propio retoño. Con frecuencia el más inteligente es el primero en ceder, por lo general los padres, que pierden así el primer asalto para evitar una crisis. Pero con eso queda preprogramada la próxima crisis, y a menudo también se pone un detonante en la relación, por no hablar del propio sacrificio en términos de sueño y placer.

Dentición

La entrada oficial de la agresividad en la vida discurre casi paralelamente por distintos planos. En la construcción del sistema inmunológico infantil, raras veces nos pasa por alto la aparición de la dentición. Al principio, la fuerza ofensiva necesaria para la defensa del cuerpo la prestó la madre en forma de anticuerpos, y al llegar el nacimiento el niño podía confiar además en su fuerza vital, en forma de contracciones. Pero cuando lo más duro que tiene el cuerpo, el esmalte dental, tiene que atravesar lo más delicado, las mucosas de la boca, la ayuda externa es muy limitada, y el niño está en gran medida abandonado a sus propias fuerzas. Se ve enfrentado a un dolor persistente, del que trata de liberarse gritando a conciencia. Al principio los padres aún podrán controlarlo con remedios domésticos, como la manzanilla, el aceite de clavelina o los collares de ámbar. Pero cuando después de semanas los pequeños aún quieran pasarse las noches en brazos y aun así griten, los mayores podrán comprobar cuán amplia y conscientemente se ha resuelto la propia problemática de la agresividad.

La inflamación crónica de la encía afectada revela el conflicto subyacente en torno a la agresividad. Cuando los dientes tienen que abrirse paso a mordiscos, la boca muerde y arde. En nuestro idioma, la expresión «echar muelas» es sinónimo de queja desaforada.[28] El dolor y la inflamación forman parte por igual de la temática marciana, con la que no sólo muchos bebés, sino la mayoría de los adultos de nuestra sociedad tienen sus dificultades, a veces espantosas.

Destete

Una crisis igual de áspera es la vinculada al destete. Cuando hay que quitarles a los niños este último resto del Paraíso, pueden resistirse notablemente e incluso poner en escena una comedia de chantaje. Tan evidente como al niño le resultaba alimentarse por el cordón umbilical, así de natural y necesario le parece ahora el derecho de acceso al bar de leche materno. Con algunos críos de tres años, uno tiene la impresión de que quieren pasar directamente de los pechos al bar. Nada tiene que ver el hambre cuando piden sus bebidas. Sólo la forma de echar mano a la fuente de leche puede aclarar la problemática de poder que se encuentra en juego. Apenas el frente paterno —en este punto muchos padres se ponen de parte de su mujer, educativos y muy comprometidos por interés propio— ha alcanzado en el ámbito doméstico una aparente victoria, el arma del grito puede triunfar de nuevo y todo el drama desplegarse otra vez.

Especialmente cuando el destete entra ya en la fase de oposición, sería necesario para ambas partes que los niños aprendan que el chantaje no conduce a su objetivo y que

hay que salir adelante con determinados rigores, que la vida sigue aunque a uno no le den todo, que sólo empieza de verdad en uno de los próximos escalones de la evolución.

De la problemática de la lactancia deriva directamente el tema de la renuncia. Si la necesidad de mamar no cesa por sí sola o se defiende con énfasis este supuesto derecho, esto permite deducir persistentes deseos de abastecimiento por parte del niño pequeño. Se trata por así decirlo de un tardío combate de retirada en el camino del país de Jauja, y hay que contar con que habrá más luchas.

Crisis infantiles

De gateadores, ratones de biblioteca y legasténicos

A veces, lo importante que es cada fase sólo se averigua a posteriori, y con frecuencia sólo porque surgen problemas. Hoy sabemos, con bastante certeza, que gatear es importante para el desarrollo y coordinación de ambos hemisferios cerebrales, porque si se acorta o impide la fase de gateo pueden aparecer problemas como la legastenia. Hace mucho tiempo a los terapeutas les llamó la atención que precisamente los padres ambiciosos suelen tener hijos legasténicos, que se atormentan en vano con el orden de las letras. Probablemente fue la propia ambición de esos padres la que puso a sus hijos de pie demasiado pronto. Después, esa ambición se verá compensada por el síntoma. El incorporarse tempranamente desborda el hemisferio cerebral izquierdo o da demasiado poco tiempo al derecho para recabar las necesarias experiencias sensoriales. El contacto con la Madre Tierra parece importante como base para

construir sobre él. La entrega al suelo propio y la aspiración al rendimiento tienen su momento y deben tener su tiempo. A los legasténicos no les falta después inteligencia, sino capacidad de poner orden en su sopa de letras. Consecuentemente, desde el punto de vista terapéutico hoy se les permite recuperar su fase de gateo incluso en edad más avanzada, y se consiguen buenos resultados. Quien quiera ir demasiado pronto hacia el Padre Cielo, sin haberse reconciliado con la Madre Tierra, tendrá problemas con las cumbres de la cultura escrita. Gatear no es mejor que estar de pie, pero todo tiene su tiempo, y hay que respetarlo.

Levantarse para erguirse

La lucha por ir erguido es, como la transición al aire libre, una repetición de la historia de la evolución humana. Es vivida por los niños como crisis, en la que se ve con mucha claridad lo que ocurre en todas las crisis. Lo importante es la decisión de levantarse; el tiempo necesario para ello carece, comparativamente, de importancia. El niño está decidido a superar la crisis y levantarse, y ni siquiera una larga cadena de fracasos es capaz de desanimarlo.

Lo difícil que tiene que haber sido este paso decisivo para la humanidad se puede ver en cada niño pequeño. La importancia del primer paso en dirección a caminar por sí mismo se puede ver también en la temática oculta en ello: la sinceridad.

No esperamos sinceridad de ningún animal, por enseñable que sea. Mientras un niño anda a cuatro patas, le dejamos en paz con su pretensión. Pero en cuanto va de pie, empiezan en su entorno adulto las exigencias de sinceridad. También desde este punto de vista el erguirse sobre las patas traseras es el paso más decisivo en la evolución. Es también

el punto a partir del cual el niño dice *yo* de sí mismo, y fue probablemente el momento a partir del cual se desarrolló la autoconciencia de la humanidad.

En este punto, los padres afirman con frecuencia su ambición y ofrecen a los niños la temprana posibilidad de hacerlos andar. Una madre dice: «El mío andaba ya con un año.» Otra: «Eso no es nada, el mío se iba solo con nueve meses.» Pasa un bebé en su cochecito, se recuesta cómodamente y piensa: «Pues yo me dejo llevar y traer sobre ruedas.»

Primer no y fase de oposición

Mientras ponerse en pie marca una crisis para el niño, el primer no puede a veces convertirse en una crisis para los padres. El niño empieza ahora a verbalizar su voluntad. Si hasta entonces la mayoría de las veces estaba de acuerdo y colaboraba, ahora cambia de forma decisiva. Empieza a excluir cada vez más cosas de su vida, siendo el miedo a los extraños, el llamado miedo de los ocho meses, un precursor de esta fase de desarrollo. El camino hacia la polaridad exige la construcción y ampliación del ego, y éste se alimenta sobre todo de delimitación. En la unidad del paraíso, en el centro del mandala vital, no hay distinción alguna y por tanto no hay ego. Sólo con la caída del paraíso, el pecado original, los hombres se apartan de la unidad y empiezan a distinguirse y delimitarse. En el ulterior camino de su vida este tema se vuelve cada vez más importante, y encuentra su primera plasmación en el primer no y un primer punto culminante en la fase de oposición.

Por importante que sea para el niño aprender, delimitarse y decir no, igual de importante es que en las pruebas de poder de la fase de oposición aprenda también a perder. Los niños que venzan en general en esta etapa serán los que más sufrirán en el futuro, y sobrecargarán a su entorno con su continua búsqueda de límites fiables. Cuanto más tarde empiece a sufrir los efectos de su propia testarudez, tanto peor para el niño. Igual de importante para el desarrollo del ego es fijar límites, reconocer que hay otros egos con sus límites, que hay que respetar si uno no quiere ganarse un ojo morado.

Los niños a los que no se fija límite alguno, como las víctimas de una educación antiautoritaria mal entendida, provocan a su entorno con la esperanza de encontrar sus límites, y a menudo «imploran» que se les dé un azote. El ego sólo puede sentirse a sí mismo al encontrar los límites, y en consecuencia los necesita para desarrollarse. Sentir los límites le da apoyo, no tenerlos conduce con frecuencia a la inestabilidad.

Aparte de los riesgos a los que los niños sin la pertinente *experiencia del límite* están expuestos en nuestra sociedad, por ejemplo propensión a caer en el omnipresente escenario de la droga, los padres que todo lo pasan por alto no hacen más que dificultarse la vida a sí mismos a corto plazo y a sus hijos a largo. Con su no, el niño provoca otros noes. Si no se le dicen a tiempo, no se acostumbrará a que no todo puede ir según le apetezca. Cuando llegan las primeras frustraciones graves, en la época subsiguiente a la formación profesional, donde la protección paterna ya no alcanza, suele ser demasiado tarde. Los niños grandes reaccionan ofendidos a la inusual situación de fracaso y huyen no pocas veces, en vez de plantarse y seguir su camino con energía y dispuestos a comprometerse. No siempre tiene que ser una fuga a las drogas, pero muchos adictos proceden del contingente de esos niños de buena familia que en su primera infancia fueron víctimas de la llamada sobreprotección y de una falta de enfrentamiento a situaciones de fracaso. El otro gran grupo casi no ha vivido más que frustraciones y apenas tiene referencias de otra cosa mejor.

En la educación, es muy importante tener claro que las crisis no se pueden impedir, y menos las crisis de transición; hay que entenderlas y responder adecuadamente a ellas. El sentido y finalidad de la fase de oposición es aprender a percibir los límites sin hundirse psíquicamente ante ellos. En estos primeros juegos conscientes con el poder el niño puede aprender los conceptos de victoria y derrota. Cuando eso no ocurre, se lanzan a una vida de déspotas y tiranos con frecuencia condenada al fracaso.

Clásicas luchas de poder

En general, en las crisis infantiles llama la atención la importancia central que corresponde a la agresividad. Marte es la energía del comienzo, del primer impulso, y tiene así una relación natural con todo inicio. No hay posibilidad de mantener este principio originario fuera del juego de la vida, ni siquiera con ayuda de conceptos como el parto suave y la educación antiautoritaria. La evitación de un principio originario conduce únicamente a que se busquen otras válvulas de escape y emerjan sus niveles irresueltos.

El parto requerirá siempre valor y fuerza ofensiva por ambas partes, exactamente igual que la primera infancia requiere voluntad y fuerza. La oportunidad positiva de este reconocimiento está en emplear con valor los niveles resueltos de este principio y poder reordenar los descarrilamientos habidos. Naturalmente, los golpes son una posibilidad primitiva e irresuelta de abrirse paso, pero el puño cerrado en el bolsillo es un mal aún peor. La mano que da un azote con afecto puede corregir muy bien al niño y, como confirma la experiencia, no causará daño grave alguno. La amenaza de una madre que inhibe su agresividad («¡Espera que vuelva papá!») es en cambio una mala forma

de tortura psicológica, porque mantiene atemorizado al niño durante horas. Por la noche, cuando el padre, menos inhibido en su agresividad, se dispone a ejecutar la pena anunciada, falta ya la referencia con el delito cometido. La parte irresuelta del principio de la agresividad celebra triunfos demasiado tardíos, que en realidad pueden causar graves daños.[29]

El grueso de los problemas con los niños pequeños se concentra en tres modalidades: los pequeños no vacían el cuenco, no llena el otro y no quieren irse a la cama como los padres quieren. Se trata de luchas de poder clásicas, que viven de la formación de frentes por ambas partes. A menudo se ignora la temática subyacente, porque en esta tierna edad los padres no creen a sus hijos capaces de tales motivaciones. Esto tiene que ver con que no quieren ver su propio problema de poder y no quieren utilizar el espejo que los pequeños sostienen ante ellos. Sin embargo, ahorraría muchos nervios reconocer a tiempo los mecanismos de poder subyacentes. Sobre todo, es útil saber que en cada lucha siempre hay por lo menos dos partes.

El primer cuenco (el de arriba): problemas con la comida

Normalmente, un niño come y bebe cuando tiene hambre y sed. Las dificultades empiezan cuando percibe que la comida tiene una desmedida importancia para los padres. Ya no come para sí, sino por los padres y, naturalmente, en un momento u otro se plantea la pregunta de si siempre va a ser tan bueno con ellos. Especialmente los padres que apuestan por una alimentación sana, que suelen meter algo de ideología en la comida, son fáciles de chantajear por sus retoños.

La solución es fácil: en cuanto los padres advierten su propio problema, la situación en la mesa puede volver a relajarse. Incluso los niños mayores, que ya pueden tener cierta experiencia con los puntos débiles de sus padres en la lucha por el poder a este respecto, reaccionan la mayoría de las veces con rapidez a su cambio interior. A este respecto, es una ventaja saber que los niños, aunque dejen pasar unas cuantas comidas por cabezonería, no se mueren de hambre tan fácilmente. Si entretanto no se les da otra cosa, pronto empiezan a comer lo que se les sirve.

Si además los padres no se empeñan en empezar la educación higiénica con la obligación de vaciar el plato, el niño reaccionará pronto de forma razonable. Si tiene hambre, comerá, y naturalmente preferirá aquello que más le guste. Esto es más una oportunidad que un problema. Muchos adultos sufren por tener que comer forzosamente todo lo que les ponen en la mesa. Esta pretensión procede de épocas en que la comida escaseaba y había que aprovechar todas las ocasiones. Pero hoy tenemos más bien el problema contrario, y deberíamos estar contentos de que los niños desarrollen pronto su propio gusto y *puedan* parar cuando estén satisfechos. Eso incluye aprender a esperar hasta la próxima comida. Porque el tema de la comida puede ser convertido por los niños en un sistema de poder, y a veces incluso de terror.

Como, a más tardar después de la pubertad, apostamos por una línea de esbeltez, no tiene ningún sentido criar en la infancia pequeños regordetes sobre la base de una exagerada alimentación grasa. En el principio está todo, como sabe la tradición esotérica, y eso también vale para el desarrollo de la figura y el peso.

Especialmente los trucos para hacerle comer deberían ser sometidos a un análisis crítico. «Una cucharadita por mamá y otra por papá» une la inclinación afectiva hacia los

padres, de forma astuta pero inadecuada, con la alimentación en contra de la propia voluntad. La comida como prueba de amor es un programa muy malo para la vida ulterior. También constataciones como «una vez no hace daño» responden al pensamiento mágico de la infancia, y tienen por eso éxito, pero siguen siendo problemáticas como seducción para la comida.

En todas las crisis de la primera infancia que se arraciman en torno a la problemática del poder se demuestra eficaz tratar a los pequeños como adultos inteligentes y alimentarlos consecuentemente. En general, entienden mucho más de lo que normalmente suponemos. En este sentido, llama la atención una serie de desarmonías íntimamente ligadas a la problemática propia de los padres. Mientras, por una parte, se estimula a los niños a dar antes de tiempo la mayor cantidad posible de pasos hacia la evolución, por otra —mediante un lenguaje infantil empleado por un tiempo exageradamente largo y el mantenimiento de ceremonias de alimentación— se les impide seguir avanzando y se les retiene artificialmente en su nivel de bebés.

Los padres que observan en sus hijos claros progresos en el desarrollo del lenguaje, pero aun así no pueden separarse de las dulces primeras expresiones de sus pequeños, deberían meditar si no sería más sensato prestar mayor atención a sí mismos en esta fase, en el sentido de descubrir al niño que hay en su interior. Sería preferible que dejaran hablar más al niño que llevan dentro de sí, y de hecho es ese *niño interior* el que no quiere desprenderse de las dulces palabras infantiles. Deberían dar la ocasión al *niño que tienen a su lado* de crecer tan deprisa como pueda y quiera. Será un especial obstáculo para la evolución del niño que coincidan ambos fenómenos, lenguaje infantil prolongado y alimentación de bebé. El momento concreto tiene aquí también una importancia decisiva, y lo que hace un momento aún era

agradable y simpático puede ser ya penoso y nocivo en el siguiente escalón de la evolución.

El otro cuenco (el de abajo): problemas con el vaciado

Las cosas son muy parecidas en la problemática del segundo cuenco, muy unida con la del primero. Lo que entra por arriba tiene que salir por abajo. En un caso normal, esto ocurre sin problemas, a un ritmo natural. Los riesgos de esta lucha de poder son tan escasos como en el primer cuenco, lo que se ve en el hecho mismo de que los lactantes no tienen problemas en estar varios días sin hacer de vientre.

En un caso normal, cuando no se presta un interés exagerado a las deposiciones, no surgen agobios. Pero si toda la familia se reúne expectante en torno al niño, sentado en su orinal como en un trono, y anhela su próximo regalo, con el tiempo el niño se preguntará si tiene que colmar de regalos a la familia todos los días. Convertirá el orinal en su trono y gobernará desde él a la familia. Cuando la desesperación haya crecido lo bastante en su reino, dejará salir generosamente un duro regalo de vez en cuando, pero por lo demás será ahorrativo con sus riquezas. Expresiones para las deposiciones infantiles tales como «el gran deseo», «el regalo de mamá», etc., revelan la obra que se está interpretando aquí.

Que el niño tiene simbólicamente razón cuando ve un tesoro en sus deposiciones lo confirman tanto los psicoanálisis como los cuentos en torno al asno de oro «que caga ducados de oro». También la voz popular entiende esto, y profetiza riquezas materiales para quien pise una caca de perro. Al fin y al cabo, la caca es lo único que un niño pequeño puede regalar materialmente, y sólo por eso es su tesoro más preciado.[30]

El molesto problema de la codicia temprana desaparece en cuanto los padres desdramatizan el problema y abandonan toda ambición de que su hijo vaya tempranamente al baño. La banal experiencia cotidiana demuestra que prácticamente todos los niños van al baño solos cuando empiezan el colegio. Es un hecho que podría inspirar confianza. Quien tenga paciencia verá que los niños empiezan a colaborar por sí solos en el momento oportuno.

Mejor que todos los entrenamientos, las expectativas exageradas y el elevado listón de los objetivos del aprendizaje sería formar la propia intuición. De hecho, a la mayoría de los niños se les nota cuando empujan. Si en este momento decisivo se trae corriendo el orinal, se conseguirá el efecto deseado sin el coste de largas y trabajosas sesiones. El sentido del momento oportuno es natural y, cuando se ha perdido, se vuelve a desarrollar, como muestra la siguiente historia. Un misionero preguntó a un nativo que llevaba su niño desnudo atado a la cintura con un paño cómo se daba cuenta de que tenía que hacer sus cosas. Sin entender, el nativo respondió que cómo se daba cuenta él.

Retreta: la hora de irse a la cama

El problema con el ritual nocturno de la cama tiene similar componente de poder, pero también una dimensión más profunda. El ser humano queda cansado, en el sentido de débil y agotado, sobre todo por la resistencia frente a su cotidianidad. Si alguien está entusiasmado por algo, no se cansará tanto como con otra cuestión comparable pero aburrida. Los enamorados recientes casi no necesitan dormir y disfrutan cada momento de estar juntos. Cuanto más entusiasmado y consciente se vive el momento, tanto menos entra en juego el cansancio, o si lo hace es sólo un cansancio sano y agradable.

Muchos adultos pasan gran parte de su labor diaria en estado de resistencia, haciendo trabajos que realmente no les complacen o, por lo menos, les hacen menos gracia que unas vacaciones o un largo fin de semana. En consecuencia, gustan de anticiparse a ellas con el pensamiento y piensan en la agradable tarde libre, el fin de semana o las próximas vacaciones. Este no-estar-en-el-momento los agota, y cuando finalmente han llegado a la tarde salvadora, quieren sobre todo descansar. Precisamente en ese punto se ven enfrentados a los niños pequeños, que durante todo el día han hecho lo que más les apetecía en cada momento. Sumergidos en el instante, han hecho entusiasmados cualquier trastada, desde el punto de vista adulto, y naturalmente están poco cansados. Así que por las noches apenas se cansan a la hora de demostrar a sus agotados padres su ininterrumpida vitalidad. El fenómeno se ve reforzado, o se plantea como aún más incómodo, cuando —como les ocurre a muchos niños de la gran ciudad— apenas se han desfogado físicamente y no han consumido sus energías en todo el día. Entonces los niños están cansados en el sentido de los adultos, pero tampoco quieren irse a la cama, porque siguen insatisfechos. Han tenido demasiado poco de los padres. O no pueden desprenderse del día porque aún les debe demasiado.

Pero la hora de irse a la cama no la deciden los padres en función de esto, sino de su tensa situación nerviosa y con vistas a pasar una velada lo más larga posible sin esos «pequeños diablillos». El conflicto de intereses está servido, y se expresa en quejas y masiva lucha por el poder. Si los padres convierten la noche en día y sólo por la noche lo disfrutan, es evidente que los niños les imitarán y la noche alcanzará especial importancia también para ellos.

Sobre todo en los días en que los padres pretenden algo y la noche sin niños tiene importancia para ellos, los intuitivos retoños, conscientes de su poder, prefieren hacer borrón y cuenta nueva y no se duermen ni con los trucos más eficaces. Esto a su vez se debe a que los niños prestan menor atención que los adultos al paso del tiempo, y en vez de ello reaccionan intuitivamente a los sentimientos y situaciones. Si papá lleva ya más de media hora contando un cuento, eso no significa nada para el niño, que percibe que en sus pensamientos está ya en el concierto y anhela que la criaturita cierre los ojos y se duerma de una vez. Pero cualquier control especulativo del nivel de cansancio perseguido por parte de los padres vuelve a despertar al pequeño y lo empuja hacia su propia posición de poder. (Aparte de que en la mayoría de los casos a los pequeños no les interesa que los mayores se vayan, a menudo secretamente.)

La forma más segura en que funciona todo esto es que entre los padres reine una indiferencia realmente relajada, en la certeza de que no puede tratarse de un verdadero problema, porque todo el mundo, por pequeño que sea, necesita dormir. Sobre todo si al niño se le despierta consecuentemente por la mañana y se impide que duerma *como los gusanos de seda*, con el tiempo se impondrá un ritmo natural.

En principio, no hay diferencia esencial entre los problemas del sueño de los niños y de los adultos. También los llamados adultos insomnes duermen, sólo que no a las horas que les corresponden. Aquí la lucha de poder ruge entre distintas facciones de la propia psique. Lo más importante es dejar a un lado todo dogmatismo y aceptar que algunas personas necesitan dormir más y otras menos, algunas no pueden pasarse sin siesta y otras se sienten incluso mal después de echarla. Frases como «un niño (una persona) necesita por los menos x horas de sueño» son fuente de superfluos problemas a todas las edades.

Como mejor se averigua cuánto sueño necesita nuestro hijo es empíricamente. Que es muy importante acostarse

antes de medianoche lo piensan sobre todo los padres que no se rigen por esa norma, pero la encuentran práctica para sus hijos. Por supuesto, los niños inteligentes ven enseguida que se encuentran ante un doble juego. De hecho, la observancia de los ritmos naturales es más sana que su desprecio, pero eso vale para cualquier edad.

Pequeños rituales en vez de grandes pruebas de poder

A los niños les ayuda mucho disponer de un *ritual para dormirse,* armónico y estable, que les lleve suavemente al reino de Hypnos. La visita del ratoncito Pérez y el cuento de buenas noches son insuperables a este respecto. Es especialmente adecuada para este fin la novela por entregas inventada, cuyo desarrollo interesa mucho al niño. A los adultos hábiles se les abren así numerosas y magníficas posibilidades, que pueden dar satisfacción a ambas partes. Con una estructura interna de la historia sensata, todo empieza con un resumen de lo ocurrido y un emocionante acceso a nuevos episodios, debiendo la acción ser siempre tranquilizadora y fomentadora del sueño.[31]

De forma similar se puede construir un *ritual de comidas,* que como todos los rituales gana con la observancia de un marco establecido. Los tiempos recurrentes ayudan tanto como un lugar propio, reservado sólo a la comida. También unos cubiertos especialmente bonitos, por ejemplo un empujador de plata[32] que nadie más emplee, pueden ser de utilidad. Como para los adultos, para los niños tiene destacada importancia que haya suficiente tiempo reservado a la comida, en una atmósfera tranquila y relajada. Un breve momento de reflexión o —si es posible— una oración ayudan sustancialmente al ritual. Si la comida representa algo especial para los padres y ven realmente en los alimentos medios para la vida que les son regalados por instancias superiores o, en cualquier caso, por la gran Madre Naturaleza, esta actitud se transmitirá a los niños. Naturalmente, hay que prestar atención a que todo esto no sea demasiado serio, devoto o incluso inapropiado para un niño.

Por la noche, velas y música suave pueden fomentar la atmósfera necesaria. Si la comida no sólo es sana, sino que también está bien preparada y se celebra como tal, con frecuencia se puede evitar que la mesa se convierta en un campo de batalla. Especialmente si las fuerzas vitales de Marte han sido satisfechas durante el día por otros caminos. La mayoría de los niños no convierte el árbol de Navidad en un campo de batalla. La atmósfera de conciencia y respeto que los adultos construyen a su alrededor lo impide.

El correspondiente *ritual de necesidades* puede ir desde cosas muy pequeñas hasta un exagerado montaje. El carácter ritual de este tema suele serles el más próximo a los padres, y en las sombras amenaza incluso el peligro de la exageración. Dejar correr el grifo es un extendido elemento ritual, cuya eficacia práctica convence espontáneamente. Una música baja, reservada para esta importante ocasión, puede hacer lo suyo. Pequeñas medidas pueden tener gran eficacia porque se establecen como reflejos condicionados, es decir, apenas oye el niño la música, se vacía. Esto aclara suficientemente por qué esa música ha de quedar reservada para estas ocasiones.

Cuanta más naturalidad ejerzan los padres con sus rituales de vaciado, tanto más fácil le resultará a los niños. Por lo demás, hay muchos padres que enfatizan ese ritual en ellos mismos. No pocas veces se reúnen pequeñas bibliotecas en el lavabo, se utilizan asientos especialmente cómodos y el retrete se redecora como la habitación más importante. Si es realmente el único lugar tranquilo de una casa, puede que

eso sea una solución de emergencia. Aún sería mejor tener una habitación de meditación o de lectura y dar el espacio que le corresponde a las deposiciones en otros lugares. El nombre de «excusado» revela ya que esa operación, como muchas otras, necesita de calma y silencio. Algunos adultos ansían esos minutos, que sólo les pertenecen a ellos, y los prolongan hasta convertirlos en horas. Aquí producen, junto a lo que producen, buenas ideas y proyectos.

Naturalmente, los niños se dan cuenta de eso, y sin duda sería un error excluirlos rigurosamente de todo ese tipo de actividades, sobre todo si muestran un interés curioso. En su necesidad de imitación, tratarán de poner en escena el acto de la deposición. Si para los padres es un acontecimiento normal y natural, sin magia defensiva contra una supuesta suciedad, sin orgías de ayuda, y en cambio con la necesaria calma y relajada naturalidad, a los niños les resultarán fáciles incluso las aguas mayores.

Básicamente, no sólo los rituales de limpieza, sino todos los demás, viven de la conciencia de su ejecución. El despertar de esa conciencia puede empezar por nimiedades. Lavarse las manos antes de comer es un hermoso y pequeño ritual con el que podría empezar la preparación para la comida. El aspecto higiénico es seguramente el menos importante. Si se tratara de eso, tendríamos que lavarnos las manos como los cirujanos: varios minutos primero bajo agua muy caliente frotando con un cepillo, luego unos minutos con alcohol y después utilizar guantes de goma. Con unos segundos en agua tibia y un flojo enjabonado no se consigue nada desde el punto de vista higiénico... al contrario.

Los niños, con su pensamiento mágico, que naturalmente se aloja sobre todo en las imágenes, son especialmente receptivos y agradecidos a semejante inclusión de imágenes interiores. Al fin y al cabo, los rituales dan a la vida seguridad y estructura y, de forma relajada, también esos límites

fiables que ellos tanto necesitan. Además, posiblemente es la única posibilidad de despertar en ellos el interés por el lavado y la limpieza en general.

PREGUNTAS SOBRE LOS BEBÉS Y LA PRIMERA INFANCIA

1. ¿Cómo me adapto a las situaciones nuevas?
   —¿Cómo reacciono tras un traslado a un entorno nuevo (país, ciudad, vivienda)?
   —¿Cómo reacciono, tras un cambio de puesto de trabajo, al nuevo ámbito, el nuevo jefe y los nuevos compañeros?
2. ¿Qué espero del Estado, la sociedad, la empresa, la familia o la pareja?
   —Soy más adecuado para ser empleado o trabajador autónomo?
3. ¿Qué tal sobrellevo el estar solo?
   —Estar solo en mi casa.
   —Estar solo en la cama por las noches.
4. ¿Cómo reacciono cuando entra en juego la agresividad?
5. ¿Con cuánta facilidad me impongo?
6. ¿He aprendido a aceptar otras opiniones y puntos de vista y a someterme a ellos cuando no puedo cambiarlos?
7. ¿Qué papel representa el poder para mí?
8. ¿Me es fácil o difícil dar? ¿Me gusta hacer regalos? ¿Son valiosos?
9. ¿Sé cuándo se ha acabado algo? ¿Encuentro fácilmente una conclusión? ¿Me voy puntual a la cama?
10. ¿Doy a la regeneración suficiente espacio en mi vida?

4

CRISIS DE LA INFANCIA

Del diario de un niño de dos años:

Jueves, 8.10 He tirado colonia en la alfombra. Huele bien. Mamá enfadada. La colonia está prohibida.

8.45 He tirado el mechero al café. Me han pegado.

9.00 En la cocina. Me han echado. La cocina está prohibida.

9.15 En el cuarto de trabajo de papá. Me han echado. Cuarto de trabajo también prohibido.

9.30 He quitado la llave del armario. Jugado con ella. Mamá no sabía dónde estaba. Yo tampoco. Mamá me ha gritado.

10.00 Encontrado lápiz rojo. Pintado la alfombra. Prohibido.

10.20 He cogido la aguja de hacer punto y la he doblado. He clavado otra en el sofá. Las agujas están prohibidas.

11.00 Tenía que tomar leche. ¡Pero quería agua! Me he puesto a llorar. Me han pegado.

11.10 He mojado los pantalones. Me han pegado. Mojar los pantalones prohibido.

11.30 Roto un cigarrillo. Había tabaco dentro. No sabe bien.

11.45 He seguido a un ciempiés hasta debajo de la valla. He encontrado cochinillas. Interesante, pero prohibido.

12.15 He comido caca. Sabor peculiar, pero prohibido.

12.30 He escupido la ensalada. Incomible. Pero escupir está prohibido.

13.15 Siesta. No he dormido. Me he levantado y me he sentado en la colcha. Helado. Helarse está prohibido.

14.00 He reflexionado. Constato que todo está prohibido. ¿Para qué viene uno al mundo?

HELLMUT HOLTHAUS

Todas las demás crisis son en última instancia aumentos del modelo de parto y, como tales, muy dependientes de la solución de las crisis precedentes. Los problemas no resueltos se arrastran siempre. Si el niño no podía desprenderse en el parto y prefería quedarse en su familiar y cálida cueva, probablemente tampoco querrá salir muy pronto de la casa paterna, ni en dirección a la guardería ni después al colegio o la universidad. Si el corte del cordón umbilical presentó dificultades, también será precisa la cautela en el primer corte del cordón que le une con el nido.

De enfermedades infantiles y campañas de vacunación

En este tema se pone de manifiesto nuestra actitud general con respecto a los síntomas patológicos y los problemas. La mayoría de las veces no queremos saber nada, sólo librarnos como por arte de magia de todo, de forma que ni la menor sombra empañe la superficie de nuestra ilusión de un mundo en paz. Por eso mismo, nuestros hijos no pueden estar enfermos. Prácticamente todas las enfermedades infantiles son quitadas de en medio con vacunas siguiendo el lema «cinco de un golpe». La hermosa ilusión es que cambiamos varias y desagradables enfermedades infecciosas por un pinchazo de la aguja. Pero ese trato se hace sin la sombra, que es forzoso, como siempre, eliminar a corto plazo. Echada a un lado, reaparece en formas que nos resultan aún más molestas. Los niños vacunados son entonces todo lo contrario que sanos. Sin duda no pillan el sarampión, pero enferman silenciosamente durante largos períodos de mezclas sintomáticas atípicas que sin duda no son ni típica rubeola ni sarampión auténtico, pero no por eso molestan menos.

Nuestros abuelos sabían que las enfermedades infantiles son importantes, porque hacen posible la maduración y entrenan el sistema inmunológico para luchar durante toda la vida con un mundo lleno de agentes agresivos. Toda enfermedad infecciosa es una confrontación, y si el organismo se decide a librarla gana fuerza y capacidad de abrirse camino. Antes teníamos confianza suficiente en que los niños superarían esas crisis de madurez, pero hoy tenemos una medicina académica que también puede ayudarnos.

Naturalmente, las vacunas son una bendición y nos protegen de muchas dolencias. Pero no se deduce de ello que tenga sentido hacer imposible de antemano cualquier pequeño conflicto. Una actitud comparable sería prohibir a los militares salir de maniobras. Con el tiempo, quedarían incapacitados para reaccionar adecuadamente a cualquier desafío grave. Así que en las vacunas tenemos que distinguir si apuntamos con ellas a cuadros patológicos realmente amenazadores, como el tétanos o la parálisis infantil, o a otros en sí mismo inofensivos, como el sarampión y las paperas o incluso la gripe.

Desde el punto de vista del destino, no podemos ahorrarnos nuestras tareas vitales mediante vacunas. Aprendemos en cada caso lo que tenemos que aprender, aunque determinar el plano del aprendizaje, y ahí la varicela y la polio serán variantes muy peligrosas. Sin embargo, sigue siendo discutible que con el total bloqueo de todas las infecciones haya mejores posibilidades de superar la temática infantil de la agresividad y la imposición y dar los pasos necesarios para la madurez.

Como siempre, la solución está en el centro: las vacunas

no son ni buenas ni malas en sí, a veces son adecuadas y a veces superfluas por tanto peligrosas. Sin duda no es valeroso, sino temerario, no vacunar en absoluto. No es recomendable arriesgar más con los propios hijos que con uno mismo. Vacunado uno mismo contra todo, no vacunar a los hijos por principio es tan objetable como vacunarlos sin objeciones. Tampoco en este punto se nos ahorra reflexionar y asumir la responsabilidad de nuestros actos. El hecho de poder vacunar es una oportunidad y no una obligación de hacerlo ciegamente. La confianza es buena, pero la confianza ciega es peligrosa. Si cruzamos la calle miramos primero a derecha e izquierda y luego cruzamos. No mirar de pura confianza es algo inusual, porque Dios no nos ha dado ojos por casualidad. En el sufismo hay un refrán que dice: «Ata tu camello y confía en Alá.»

¿Diversión en la guardería o estrés preescolar?

Como transición suave hacia la seriedad de la vida, que se acerca irrevocablemente, en nuestra sociedad del rendimiento la guardería está en peligro de convertirse en un preescolar. Y podría ser una oportunidad, especialmente para niños solos, de practicar reglas de juego sociales y conductas de grupo. Pero si cae bajo la influencia de la ambición social o paterna, puede degenerar en una anticipada forja de cuadros para posteriores *recordsman*. Si aquí —como pasaba con el esquema APGAR poco después del parto— continúa el reparto de puntos por rendimiento, la guardería servirá para acortar la infancia y será más bien muro de lamentaciones y feria de la vanidad adulta. Precisamente porque esa tendencia es tan propia de nuestro tiempo, merece la pena proteger a la infancia de ella.

Lo hostiles a los niños, y en realidad a los sentimientos,

que son esta sociedad y esta época se ve de manera especial en su actitud ante ellos. Desde el principio los encerramos en jaulas que llamamos cunas, *parques* o andadores. En esas jaulas los protegemos del peligroso entorno, pero también nos protegemos de ellos. Hemos convertido nuestras ciudades en paraísos del automóvil. Hemos creado diminutas reservas para los niños, llamadas zonas infantiles, que se parecen en más de un sentido a las reservas de los indígenas, tampoco queridos (excepto por los niños). En las viejas sociedades indígenas se puede ver el aspecto que podría tener un mundo amable para los niños; éstos podían crecer en un paisaje natural intacto, y los adultos tenían tiempo para ellos, porque el tiempo aún no estaba equiparado al dinero. A los alemanes nos parece hoy en día que los americanos y los italianos sienten especial inclinación por los niños, pero sólo comparados con nosotros, que les somos especialmente hostiles.

Un jardín se puede utilizar para cultivar con la mayor eficiencia la mayor cantidad de *verduras frescas*, o se dedica al disfrute y la alegría de los sentidos y ofrece flores, aromas y belleza natural. Desde el punto de vista de su simbolismo, sólo esta última variante es un jardín de infancia.

Tendría que ser además un jardín especialmente hermoso para justificar la diaria despedida de casa. Incluso allá donde esta variante se hace realidad, los niños pueden tener dificultades con la necesaria separación del nido. La salida de la cama paterna y el destete son buenos ejercicios preparatorios para esta prueba de fuego. También abandonar la segura posición inicial, boca abajo sobre la Madre Tierra, y el primer no delimitador, son escalones necesarios para, sobre la base de la confianza originaria, partir y conquistar paso a paso el mundo exterior.

Si los niños están espontáneamente dispuestos a dar tales pasos autónomos, es un buen signo de su evolución. Precisamente los niños que se sueltan con frecuencia de la mano de

sus padres y quieren salir al mundo por su pie muestran cuánto confían en sus padres y se abandonan a ellos. Los niños que se cuelgan atemorizados de las faldas de su madre testimonian una dependencia que revela inseguridad. Si los niños pequeños, en su furia, pegan a uno de los padres, es también un signo de que están absolutamente seguros de su afecto y no temen perderlo ni siquiera con esa explosión de agresividad.

Naturalmente, la negativa a quedarse en la guardería puede deberse a que el jardín de infancia sea inadecuado o a que los educadores exijan demasiado o aburran al niño. Si no es ése el caso, habría que pensar, aunque el niño se imponga provisionalmente en su rechazo, que tal victoria será relativa, porque la próxima crisis está asegurada con la escolarización. El período intermedio podría en tales casos proporcionar un valioso *margen* para reforzar la (auto)confianza del niño y ejercitarlo en la autonomía. Se puede empezar con los ejercicios gimnásticos correspondientes, en los que el niño se deja caer hacia atrás y experimenta una y otra vez cómo es atrapado, y llegar hasta unos períodos de tiempo cada vez mayores en los que el niño aprende a salir adelante sin sus padres y hace la experiencia de que aun así no se queda sin ellos. El jardín de infancia abarca una sociedad infantil en la que —jugando— va un paso más allá en el mundo y se confronta con niños desconocidos, antes de experimentar —estudiando— en la escuela el escalón previo a la sociedad adulta, en la que se trabaja.

Primer día de colegio

Aquí empieza definitivamente la parte *seria* de la vida, a veces todavía algo acolchada y preparada por un curso preescolar. Pero ni los dulces más apetitosos pueden engañar al respecto. Sólo quieren endulzar un poco la despedida de la

etapa infantil propiamente dicha y velar un tanto la severidad de la nueva fase vital que se inicia. Al pequeño astuto le sirve de poco darse cuenta a tiempo del trasfondo del juego y decir: «¡Ven, mamá, vámonos, no quiero estar aquí!» A la corta o a la larga todos aterrizan en el lugar prescrito en la escuela prevista y sólo entonces aprenden a jugar al adulto y sacrificar los privilegios de la infancia. A pesar de todas las afirmaciones de los pedagogos y de los planes de estudios a la medida de los niños, de lo que se trata ahora es de abandonar la infancia, de superar lo lúdico y volverse eficiente. «¡No te duermas! ¡No sueñes! ¡No juegues! ¡No andes fantaseando por ahí! ¡Mejor concéntrate!», es el áspero tono escolar, con el *demoledor* éxito de que en algún momento todo esto se hace realidad a conciencia. Después los psicoterapeutas se ganan la vida con los frutos de esta (mal)formación, y hacen que los adultos vuelvan a fantasear, soñar, recuperar elementos lúdicos para su vida y despertar al niño interior largamente reprimido, incluso a descubrir que la vida es más que concentración y rendimiento. A veces incluso hay que aprender trabajosamente a dormir.

La tarea sensata del colegio sería en realidad añadir a la percepción gráfica el pensamiento analítico, no en una campaña de desplazamiento de la una por el otro, sino en un proceso lúdico que diera al niño alegría por las nuevas capacidades. Por importante que pueda ser elaborar el áspero cambio que la escuela lleva consigo, igual de deseable sería, por supuesto, que los contenidos docentes se orientaran algo hacia la escuela de la vida. El curso de preparación para la economía de mercado que de momento se lleva a cabo entre los nueve y los trece años convierte a sus manufacturas, orientadas al rendimiento, eficientes y motivadas para el éxito, en medio hombres espirituales que, en el mejor de los casos, descubren su otra mitad, la otra parte de su alma, en caras praderas psicoterapéuticas.

Si esto le suena demasiado duro a alguien, piense que los grandes médicos alemanes del pasado no habrían conseguido estudiar medicina ateniéndose a las modernas disposiciones basadas en las notas. La mayoría de los Premios Nobel en las ciencias pioneras van a norteamericanos que esencialmente proceden de colegios de elite, donde se enseña conforme a criterios que fomentan la creatividad. Ejércitos de directivos van a la caza de ideas y visiones, sin las que las empresas no se pueden dirigir bien, a atrapar al vuelo la creatividad en talleres psicoterapéuticos.

Los colegios privados siguen conservando un prestigio creciente, pero no son el último grito de la sabiduría... y menos para todos los alumnos. En última instancia, podemos esperar que con el vuelco, que se está abriendo paso como paradigma, de la vieja imagen del mundo construida sobre la pura lógica humana, lleguemos a estar maduros para una pedagogía más amplia[33] que ya no retroceda ante el hecho de que las personas tienen alma, sino que incluya esa certeza en su actividad y la aplique en la práctica.

PREGUNTAS SOBRE LA INFANCIA

1. ¿Cómo he aprendido a afirmarme? ¿Cuán entrenado está mi sistema inmunológico?
2. ¿Cómo viví el jardín de infancia? ¿O por qué no fui a uno?
3. ¿Cómo de independiente era de niño? ¿Era más bien un niño de mamá? ¿O aspiraba a salir al mundo?
4. ¿Cómo viví el primer día de colegio?
5. ¿Con cuánta autonomía superé el período escolar? ¿Pude hacer solo mis deberes?
6. ¿Cuán dispuesto a rendir estaba al principio y al final del colegio? ¿Qué dicen mis notas?
7. ¿Qué ocurre hoy con mi fantasía y mi creatividad?

Ejercicios para niños

1. Una posibilidad que dura años y merece la pena en muchos aspectos es permitir al niño crecer junto a un animal. Obtiene así la oportunidad de asumir tempranamente, y de forma «no pedagógica», responsabilidad por el bienestar de un ser dependiente. Puede compartir alegría y penas con su mascota y darle todo su cariño, especialmente profundo por la superación del amplio abismo que hay hasta el reino animal. El niño se familiariza así a tiempo con las fases de la vida y sus incidencias, hasta llegar a la muerte y la despedida que supone.
2. Incide menos en la vida familiar el siguiente ejercicio: si se encarga a un niño el cuidado de un árbol, puede ocuparse también de un ser vivo y experimenta las fases de la vida en las estaciones. También un árbol puede convertirse en un amigo y traer un poco de calma a la vida. Lo mismo se puede trasladar a un trozo de jardín, confiado a la propia responsabilidad del niño, o en caso necesario, en una vivienda urbana, a un acuario o terrario.

5

LA PUBERTAD

La pereza de la juventud
es la prueba general de la incapacidad de la vejez.

Proverbio suff

PROBLEMAS Y CUADROS PATOLÓGICOS

En vez de oficiosamente con la escolarización, la infancia debería terminar oficialmente con la pubertad. El niño, un ser neutro, se convierte en la mujer o el hombre. En las épocas antiguas y culturas primitivas esta transición era una cesura insoslayable en la vida. En cambio los modernos ignoramos en gran medida este acontecimiento, y esperamos tener los menores problemas posibles con los niños en esta «difícil etapa». Si pudiéramos, querríamos no enterarnos de la pubertad. Esto tiene el efecto de que también los niños se enteran de demasiado poco y no saben cómo clasificarlo. Es asombroso que, por una parte, pongamos fin anticipado a la infancia con excesivas exigencias de aprendizaje pero, por otra, tampoco vayamos de verdad hasta el final cuando llega el momento de hacerlo.

Al cuerpo no le importa tal desprecio y falta de atención. Hace subir los niveles hormonales, brotar pechos, cambiar la voz, crecer el vello púbico, derramarse el semen e irrum-

pir el período en un mundo infantil hasta entonces aparentemente intacto. Si la evolución espiritual no lleva el paso de la física se producen, como siempre, síntomas de crisis.

El primer período

La irrupción del período en esa vida sin molestias no es un síntoma de enfermedad, pero puede llegar a serlo por falta de información y de introducción al reino de lo femenino. En esta época supuestamente ilustrada, todavía hay muchachas que, sorprendidas por el sanguinolento acontecimiento, se entregan a miedos enfermizos y temor a la muerte. El desprecio a las necesidades juveniles que aquí se expresa se ha vuelto, felizmente, escaso, pero aún es frecuente la denigración del período, que se expresa en denominaciones eufemísticas como «mis días», «el mes» y «el período»; los intentos de sustituirlas por la expresión «época lunar» han tenido poco eco. La denigración de ese acontecimiento primigenio de la feminidad abona el suelo en que crecen como malas hierbas muchas molestias del período, que a menudo comienzan en la pubertad o tienen sus raíces en ella. Las molestias de la menstruación van, en consecuencia, frecuentemente unidas a problemas de la pubertad sin elaborar.

En los últimos tiempos aumenta el respeto hacia el polo femenino de la pubertad, lo que se refleja en la creciente autoconciencia de muchas mujeres. Pero al mismo tiempo hay una cimentación de todos los prejuicios, en cuya formación colaboran las mujeres que, por ejemplo, reclaman ante los tribunales el período como época de baja laboral, como ha ocurrido con éxito en EE.UU.

El período alberga una serie de secretos. Junto a su importancia ginecológica propiamente dicha, sin duda es un

tiempo de limpieza para el organismo, en el sentido de una sangría bienvenida que promueve la regeneración y recuperación. La mayoría de las molestias obligan, a través de su sintomatología, a guardar reposo y relajarse. Si el cuerpo pudiera abandonarse a él, recibir voluntariamente lo que le toca, no tendría que forzarse. «Los días» podrían ser entendidos como un período de *irresponsabilidad* en un sentido profundo, ya que durante este tiempo no hay que cargar a la mujer de responsabilidades porque tiene que cuidar de sí misma.

Sin duda las repercusiones físicas regeneradoras del período son la razón de por qué las mujeres de las más variadas sociedades viven más tiempo que los hombres, a pesar de llevar una existencia más agitada. Asegurar a este período de recuperación física un correlato psíquico es la principal pretensión relacionada con los problemas de la menstruación. Si «los días» se convirtieran en garantía de un período en el que no se pudiera contar con las mujeres, serían *incalculables* durante la época central de su vida. Pero eso correspondería por completo al arquetipo femenino.[34] Calcularlo todo es una pretensión del polo masculino. Mientras éste determine las reglas de la vida, la imprevisibilidad seguirá siendo una vergüenza y la espontaneidad llevará una existencia en la sombra.

Cambio de voz

El cambio de voz es uno de los cambios más inofensivos, y revela que algo no anda bien en el humor y la voz de los chicos. Las cuerdas vocales han de ser afinadas de nuevo y bajadas algunos tonos. El tono de voz refleja la situación anímica, y oscila arriba y abajo entre el nivel habitual y el nuevo. La antigua agudeza ya no concuerda, y tampoco la

nueva y graznante profundidad. La voz profunda revela ya el contacto con la tierra; los «penosos» gallos revelan entretanto retrocesos al cielo infantil que hay que abandonar. Si tales síntomas se mantienen más allá del período típico, revelarán los problemas persistentes que el chico tiene con el cambio a joven. El crecimiento de la laringe, con el desarrollo del bocado de Adán como atributo de la masculinidad, proporciona el fundamento físico del acontecimiento. En los gallos y sobretonos se pone de manifiesto hasta qué punto se precipitan los acontecimientos y lo inadecuada que resulta la antigua voz infantil en el cuerpo que se hace adulto. El joven abandona ahora el coro infantil, pero a menudo, por desgracia, no el reino de la infancia.

Los chicos y los padres tendrían que aprender que la nueva voz apareja un nuevo estado de ánimo en la vida. Mantener artificialmente a los chicos en un reino infantil que se sobrevive a sí mismo es, en el sentido literal del término, inhumano. Con esto ocurre en el plano espiritual lo que antaño los príncipes de la Iglesia hacían en el plano físico, cuando hacían castrar a niños para conservar sus angelicales voces para el coro de la iglesia. Lo que a nivel físico consideramos espantoso, tampoco es correcto en el espiritual.

Acné juvenil

El frecuente acné juvenil trae un claro mensaje. En vez de la sexualidad púber, afloran granos. Como pequeños volcanes, se levantan en el suelo de una creciente tensión subterránea... hasta que la punta explota y hace sitio a una relajación que alivia. La mayoría de las veces los púberes no pueden esperar a esa explosión y la ayudan con los dedos, de forma que conservan pequeñas cicatrices como recuerdo de ese intenso período. En vez de sus instintos apremiantes, revientan granos. Es significativo que marquen exactamente aquellas zonas en que ha de expresarse la sexualidad púber. Lo que queda al descubierto en un osado vestido de noche puede estar inflamadamente marcado como campo de juego de la tarea pendiente.

Los granos en el rostro, el escote y la espalda hacen lo que sería tarea de los jóvenes: superan los propios límites, los abren y expresan así una sinceridad que aún falta a sus poseedores. En todo caso, esto ocurre sólo físicamente, y sólo al nivel de la parte de esa atención que reside en Marte. La parte venusina se manifiesta sólo tangencialmente, en el cuidado de las heridas y cicatrices. También el calor del sol puede aliviar, como también su sustituto artificial mediante las lámparas ultravioleta. Desde luego, la mejor terapia sería un viaje a la playa con el correspondiente bronceado y un ligue que ayude a la piel necesitada de dedicarse atención y a la verdadera temática pendiente.

En todo caso, es necesario que los afectados se superen en un momento u otro y cedan a sus apremiantes instintos. Sus contraargumentos son tan impresionantes como los de cualquier paciente: «¿Quién va a querer besar granos?», protestaba un chico claramente marcado. Enviado terapéuticamente a la discoteca, sólo consiguió —conforme a su programa de fracaso— calabazas. Cuando se le mandó volver al lugar de su humillación, ganarse otras diez calabazas y documentarlas exactamente por escrito, se encontró pillado. Con la cabeza baja, informó que a pesar de sus esfuerzos hasta las tres de la mañana sólo le habían dado calabazas ocho veces, porque en contra de sus expectativas algunas chicas habían bailado con él. El programa de fracaso fue puesto en cuestión por la exigencia de fracasar. Finalmente, el consejo de buscarse una chica con acné, rechazado al principio con buenos argumentos, reportó el éxito decisivo. Enamorado el chico hasta las cejas, el acné perdió beso

a beso su suelo nutricio y su papel representativo. También la chica, que no estaba sometida a terapia, se libró de su acné.

Anorexia juvenil

La anorexia juvenil revela ya en su nombre sus pretensiones, y es, dado su mal pronóstico, mucho más problemática. Limitada casi exclusivamente a las chicas, es al parecer —dadas sus claras tasas de crecimiento en las últimas décadas— típica de nuestro tiempo. De hecho, el espíritu de la época honró durante decenios —y en parte sigue haciéndolo— el ideal de una figura anoréxica. La línea (esbelta) no tiene, por definición, curva alguna, y éstas son el terror de las anoréxicas. La muchacha delgada, esbelta, es un objetivo peculiarmente no adulto. Al parecer no es la mujer, sino la chica guapa, el sueño de muchos hombres (inmaduros), y por tanto también de muchas mujeres. Las anoréxicas persiguen este ideal con obstinación, e impiden su maduración hacia la feminidad no sólo psíquica, sino también físicamente. Apenas se apuntan en ellas las formas femeninas, las matan por hambre. El período es suprimido consecuentemente, la mayoría de las veces con éxito, y los pechos que despuntan bajo la presión hormonal ven impedido su desarrollo. Inconsciente o semiconscientemente no quieren ser mujeres, sino seguir siendo muchachas o niñas y no dar el paso hacia la evolución que les espera con la pubertad. La profunda implicación en la polaridad que se les exige les resulta espantosa. En sus fantasías, aspiran a conservar la limpia esfera de una existencia angelical y por tanto asexuada. La comida, que las haría mujeres, les marca el camino hacia un reino de sexualidad femenina que sienten como sucio. Pero si caen víctimas del polo opuesto a su pura ascesis asexuada, son infieles a sus ideales de figura infantil y comen de manera normal, esto puede sobrecargarlas a posteriori de tal modo que vomitan voluntariamente. Después suelen tener una sensación de liberación, recobrada pureza y alivio.

Bulimia

Cuando la medida de emergencia del vómito se convierte en rutina, se ha superado la delgada frontera de la bulimia o «ansia de comer y vomitar». Este cuadro patológico es prácticamente el complemento o polo opuesto de la anorexia, y está estrechamente vinculado a ella. Ambos estados se consideran, con razón, adicciones, porque están relacionados en sus niveles profundos con la búsqueda de una vía hacia el desarrollo y el objetivo de la unidad. Visto desde una perspectiva superficial, impresiona sobre todo la fuga, en ambos casos de la polaridad sentida como impura, de todo lo agobiantemente femenino. Especialmente allá donde esto tiende hacia lo maternal, el rechazo es grande. Lo que se refiere a la concepción o la vitalidad fértil desencadena espanto consciente o inconsciente, pues recuerda a la propia condición rechazada.

Como el ascetismo y el elevado ideal de pureza prosperan en el suelo de la negativa al próximo paso en la evolución, se hacen insoportables. En momentos de debilidad, el polo opuesto, orientado hacia el disfrute, se abre paso con tanta mayor fuerza cuanto más tiempo y con más éxito fue reprimido. Frigoríficos enteros pueden terminar devorados sin importar su contenido. Cuanto más intensa sea la «orgía devoradora», tanto peores los sentimientos de culpa que le siguen y tanto más fuerte el vómito, vivido como purificación y, a veces, también como penitencia.

El engullido de tales cantidades de alimento ocurre la

mayoría de las veces en un estado como de embriaguez, y no aporta ni gozo ni satisfacción; así que la palabra «orgía» sólo es a medias acertada. Es precisamente el elemento orgiástico de la vida el que se rechaza en la sexualidad, pero también en otros placeres sensoriales, como la comida. En cuanto síntoma, se expresa como caricatura en un ansia eternamente incumplida, y señala el camino con el que hay que reconciliarse para sanar de verdad: auténtica sensualidad, que *llena*. El objetivo lejano es el cumplimiento en la religión, que facilita esa ligereza religiosa que tan pronto pesa en los afectados.

Similares explosiones orgiásticas se dan también en el ámbito sexual, donde el paso del ascetismo a la total falta de inhibiciones se lamenta después igualmente. También aquí falta en la mayoría de los casos el disfrute, y la posterior decisión de ser aún mas estricto con uno mismo suele ir pisándole los talones.

Propuestas terapéuticas

Básicamente no habría nada que objetar al ideal de la pureza y la superación de la polaridad, que en última instancia es el objetivo de todo desarrollo humano. Pero la unidad sólo puede alcanzarse superando la polaridad, no huyendo de ella, como intentan las anoréxicas y en parte también las bulímicas.

A las anoréxicas sólo les queda la reconciliación con su condición femenina y por tanto el camino de vuelta a la vida. Se trata de abandonar la torre de marfil de la pureza incorpórea y bajar a las llanuras de la vida polar. Simplemente *diluirse* y escurrirse de la vida conduce a la unidad a través de la muerte, pero sólo por un tiempo bien corto e insatisfactorio. En el paseo por el círculo de las propias imágenes que sigue al cruce del umbral de la muerte, el intento de fuga del suicidio por hambre se manifiesta con tan desagradable claridad que es imposible ignorar el error cometido. El único camino para ganar la unidad definitivamente y por todos los tiempos pasa *por* los polos y, en esta vida, también por el femenino.

En muchas adicciones una sobredosis puede matar, y esto es tan evidente en las anoréxicas como en los drogadictos. La vida les parece realmente mortal. La única verdadera oportunidad está en hacer consciente el rechazo de una mitad (la femenina) de la vida con el objetivo de conseguir en algún momento la satisfacción en la totalidad.

Las anoréxicas pueden enseñar muchas cosas a las demás personas. Por ejemplo, que la represión de una mitad de la realidad es a largo plazo incompatible con la vida. Igual que sin espirar desaparece la respiración, y sin luz no hay sombras, no puede haber vida sin polo femenino. Por otra parte, las anoréxicas prueban la destacada importancia y el poder casi insuperable de la programación espiritual. Las pacientes jóvenes, casi siempre muy inteligentes, se dejan convencer intelectualmente de que tienen que comer para sobrevivir. Pero ya en la siguiente comida el modelo espiritual se revela más fuerte que el entendimiento, y la comida desaparece. La verdadera oportunidad está, como en todas las sintomatologías, en transformar la energía vinculada al síntoma sin reprimir el tema pendiente. Si el trasfondo del rechazo del principio femenino, y aquí especialmente del principio materno, ha sido reconocido y se aprecia que el objetivo ha de ser mantenido en forma de feminidad, pero hay que cambiar el camino tomado, todo lo demás se hace más fácil.

Tanto el camino consciente hacia el polo rechazado de lo femenino como el intento ofensivo de sumergirse por completo en un ascetismo consciente, por ejemplo en for-

ma de estancia en un monasterio, ofrecen oportunidades para el desarrollo. La vida monástica, como «estrategia de evitación» ritual, por así decirlo, tiene dos ventajas frente a la cotidiana negativa inconsciente a la vida de las pacientes: por una parte, hay ejercicios que aumentan el grado de conciencia y ofrecen la posibilidad de reconciliarse con los trasfondos de la propia vida y, a largo plazo, con el aprendizaje de la feminidad. Por otra, en la forma estricta de una vida ascética el polo orientado hacia el disfrute y hasta ahora reprimido puede anunciarse con tanta fuerza que se eleve paulatinamente hasta la conciencia, porque el camino hacia el inconsciente está bloqueado. Finalmente, por un camino que quiera integrarlo todo se puede aceptar también el propio papel sexual y aceptar la pubertad como oportunidad. En tales «situaciones terapéuticas» se pone de manifiesto la falta de los correspondientes rituales de transición.

La reconciliación pendiente con lo femenino también se ve dificultada por su devaluación en nuestro tiempo. Al parecer, para muchas muchachas sigue sin ser muy atractivo ser mujer en nuestra sociedad, así que lo rechazan inconscientemente y obligan al cuerpo a expresar este rechazo.

También las *bulímicas* tienen en última instancia que reconciliarse con lo que les hace vomitar. La solución es parecida para ambos cuadros patológicos. Las afectadas reflejan mutuamente sus problemas y pueden aprender las unas de las otras. Los síntomas muestran, como siempre, problema y tarea al mismo tiempo: se trata de engullir la vida, pero el montón de alimentos es más bien *para vomitar* en un plano concreto. El objetivo del aprendizaje es la plenitud orgiástica, pero naturalmente no sólo referida a la comida y no como reacción a una parálisis de disfrute ascéticamente motivada. Es indiferente si la experiencia extática de que todo está en uno y uno en todo se alcanza por la vía monacal del ascetismo o en la cotidiana experiencia de imponerse a la vida. Lo que es seguro es que el intento de hacer realidad este estado engullendo todo lo comestible jamás ha llevado a la meta. La conciencia humana está predestinada a recoger toda la creación, pero el estómago humano no.

Ascesis significa originariamente trabajar artísticamente, y hace referencia al arte de vivir; vida significa entre otras cosas dar y aceptar, en rítmico intercambio. Rudolf Steiner dijo que la vida era ritmo. En la anorexia, en este ritmo la montaña se enfatiza desmedidamente frente al valle; en la bulimia, el valle frente a la montaña. Tanto comer como vomitar están bien en sí mismos. Comer es importante para (sobre)vivir, vomitar procura alivio cuando se ha tomado algo que no se debía. Comer está bien como forma de tomar y vomitar como forma adecuada de dar en caso necesario. Pero es apremiante encontrar el centro, en el que comer —disfrutado con medida— mantiene la vida y la aproxima al objetivo de la unidad, y da forma al necesario equilibrio y no se convierte en abuso permanente de una medida de emergencia. Todo el tema les haría más gracia a las pacientes de no estar en un plano tan físico. Aquí serían de ayuda los ejercicios prácticos que apuntan al centro, como el Tai Chi, trabajar en el torno de alfarero y pintar mandalas.

Las bulímicas reprimen el aspecto saturniano de la vida, del que podrían aprender a través de rituales de moderación, como el ayuno y el ascetismo. Las anoréxicas niegan su corporeidad y la parte lunar de la vida, y sacarían provecho y el disfrute correspondiente de la sexualidad ritual. No pocas veces, la anorexia es el primer escalón hacia la bulimia, lo que vuelve a demostrar la cercanía de los polos opuestos. El tema central es idéntico, porque ni las bulímicas ni las anoréxicas experimentan una sensualidad plena como primer paso de la plenitud sensual y de la total plenitud en última instancia.

RITUALES DE LA PUBERTAD

Rituales tradicionales

Las sociedades primitivas no conocen los problemas de la pubertad que hemos descrito, pero a cambio tienen numerosos rituales de transición. Estas iniciaciones al mundo de los adultos hacen que los cuadros patológicos relacionados con negativas a la pubertad y la problemática de una sociedad de niños adultos no iniciados sean prácticamente desconocidos.

Para las modernas naciones industrializadas, tales rituales tienen en la mayoría de los casos un desarrollo aterrador. Las muchachas son encerradas a veces durante días en oscuras cuevas y los chicos arrojados a la selva, intencionalmente asustados y a menudo heridos. Pruebas de valor que desde nuestro punto de vista, comparativamente más blando, parecen espantosas, forman parte de ello, igual que la despedida, a menudo sin compromiso, de los padres. Sería impensable que los padres corrieran en ayuda de sus retoños, presas del pánico. Al contrario, la tribu entera está de acuerdo en llevar a cabo el ritual tradicional en su forma adecuada y a los ojos de los dioses. Los viejos miembros de la tribu se transforman por ejemplo en espíritus, empleando máscaras de aspecto espantoso, y se encargan de causar el pánico necesario, mientras otros lamentan a voz en grito la pérdida de los niños y asisten a los padres de los iniciados, que en muchas ocasiones, de forma paralela a la iniciación de sus hijos, celebran una especie de ceremonia fúnebre para despedirse ritualmente de ellos para siempre. Los niños tienen que morir para renacer como adultos. Completado el ritual, los padres ya no tienen hija ni hijo. Pero la tribu tiene una joven mujer o un joven hombre más, y así la alegría y la tristeza se tocan.

Entre los aborígenes de Australia se hace saber al muchacho en puertas de la pubertad que en la transición al mundo de los adultos unos demonios le arrancarán la carne infantil y tendrá que morir así. Cuando llega el momento, en una noche oscura de luna nueva, son sacados por adultos de la casa paterna y arrastrados a lo más profundo del bosque, con los ojos vendados para que el trayecto se mantenga oculto. Las madres siguen a los ladrones de niños dando gritos y lamentándose hasta los límites del pueblo, donde dan rienda suelta a su dolor y su pena, en una explosión catártica. Mientras se despiden de esta manera, se alivian espiritualmente y no tienen que experimentar sentimientos de abandono por el resto de su vida, como muchos padres modernos.

Mientras las madres llevan a cabo el ritual mortuorio para sus hijos ahora perdidos, éstos son arrastrados al bosque oscuro, a un lugar de culto donde tienen que cavar su propia tumba. Cada uno de ellos es enterrado entonces y sólo la cabeza sobresale de la tierra. Como despedida, se dice a los muchachos que ahora tienen que esperar a los demonios, que vendrán ávidos de su carne, y a los que reconocerán por sus inhumanos alaridos. Los muchachos se quedan en sus tumbas y acechan los ruidos de la nocturna espesura. Al principio muy lejos, y después acercándose lentamente, los hombres disfrazados de demonios asustan a los chicos toda la noche con espantosos instrumentos construidos para ese fin. Sólo cuando el pánico de los jóvenes alcanza su punto culminante, al amanecer, los hombres regresan, encienden un gran fuego, liberan de sus tumbas a los niños convertidos en adultos y les tienden la mano para acogerlos en la comunidad de los hombres.

Nosotros casi no podemos imaginarnos una cosa así, y tendemos a enfatizar el primer plano del asunto, a menudo cruel, pasando por alto —por falta de experiencia propia— la gran eficacia de los campos de conciencia que aquí do-

minan. Su influencia va tan lejos que los jóvenes adultos iniciados ni siquiera tienen que aprender las reglas del mundo adulto. Con la inserción en el campo de conciencia de la edad adulta, los usos y conocimientos de esa esfera se les comunican por sí solos. Toman parte en la iniciación en el más auténtico sentido del término, y la *influencia* del mundo adulto en su conciencia se da más allá de toda lógica causal.

Como gustamos de pasar por alto la importancia de períodos de transición como la pubertad, pero sobrevaloramos lo que en última instancia son pequeñas lesiones de la iniciación, muchas personas de Occidente se alegran de haber dejado a sus espaldas tan «espantosa superstición». Pero ¿qué significa perder un diente, hacerse una herida o que de ella quede una cicatriz, o el susto que le acompañó, frente a la oportunidad de ser realmente adulto?

Modernos «ritos»

La «insensibilidad» con que los nativos echan a veces del nido a sus cachorros es malinterpretada entre nosotros. Hablamos con más ligereza de la debida de cuervos, y al hacerlo somos injustos con esas aves. Los cuervos alimentan magníficamente a sus crías, incluso las que se niegan a dejar el nido. Pero cuando todos los requerimientos fracasan, echan fuera a los rezagados o los arrojan por el borde del nido. En ese momento, durante los cinco o seis metros que separan el árbol del suelo, tienen tiempo para reflexionar si quieren ser cuervos o no. La mayoría de las veces funciona, y la cría transforma la expulsión del paraíso en vuelo libre hacia la independencia de su próxima fase vital.

Lo que nosotros hacemos con nuestros jóvenes, que con frecuencia se quedan más de la cuenta en el nido paterno,

es una auténtica catástrofe. Revestidos ya de dignidades académicas y birretes de doctor, siguen dejándose cuidar y alimentar por sus madres. Ante el invierno amenazante, los cuervos no podrían resistir una cosa así y, bien mirado, tampoco los humanos lo soportan bien. Los chicos no se hacen adultos, y los viejos tampoco avanzan. Los psicoanalistas hablan en este contexto de «insana catástrofe». Tiene muy poco de espectacular, y por eso apenas nos llama la atención. El llamado examen de madurez es hoy precisamente una prueba de inmadurez. Nuestro examen de madurez tiene lugar al conseguir el carnet de conducir, que da acceso a la sociedad del automóvil pero no vuelve más maduro.

Antes había, también entre nosotros, una serie de rituales para el período de transición de la pubertad. Los aprendices de los distintos oficios tenían que irse al extranjero, quisieran o no, al terminar su aprendizaje. Aunque en esos años de peregrinación con frecuencia pasaban necesidades,[35] en cierto sentido se volvían independientes y obtenían experiencia del mundo.

Ir al extranjero como chica *au-pair* respondió durante largo tiempo a una parecida necesidad de experiencia y apertura al mundo. Confiadas a sus propias fuerzas en un entorno ajeno, las muchachas tenían que empezar por aprender el idioma. Durante largo tiempo ése fue el pretexto para mantener esa práctica. Hoy, raras veces se sigue «desperdiciando» un tiempo tan valioso.

Los jóvenes tenían antes ciertas oportunidades de madurar durante el servicio militar. Enviados por principio a lejanas guarniciones, tenían que salir adelante sin el apoyo paterno en un rudo mundo masculino. Naturalmente, es más práctico meterlos en el cuartel más próximo, como sucede hoy. Luego no destrozan los vagones del tren en sus viajes a casa, el Estado se ahorra los gastos de viaje y pesan más en

el bolsillo de sus padres que en el del Estado... pero ya no se convierten en adultos.

Algo similar ocurría en el ámbito estudiantil, donde las condiciones de acceso han sido reformadas de tal modo que hoy los jóvenes estudian en las cercanías de su ciudad natal y tienen que acabar en el plazo más breve. Antes siempre tenían la posibilidad de marcharse de casa, cambiar de universidad para conocer otras ciudades y costumbres, quizá incluso pasar un par de cuatrimestres en el extranjero. Hoy se estudia más aprisa, se ahorra espacio viviendo en casa y se planea de forma más eficiente debido a las limitaciones de acceso que supone el *numerus clausus*. Las universidades se han convertido en escuelas, pero desde luego no de la vida, y ya nadie se hace adulto yendo a ellas. Como en las culturas primitivas, en las que los ritos de paso eran parte del culto y por tanto cosa de los chamanes y sacerdotes, antes la religión asumía también entre nosotros esa responsabilidad. Pero con nuestra decadencia cultural el culto se convirtió cada vez más en algo secundario y pasó a un segundo plano. Con él también perdieron influencia y fuerza vinculante los ritos de paso. En principio, incluso hoy tenemos rituales de iniciación al mundo adulto de la sociedad cristiana en la primera comunión y en la confirmación, en el ámbito católico, y en la confirmación[36] en el protestante. Sólo a partir de esta iniciación pueden los comulgantes y confirmantes participar como miembros plenos en los rituales del culto correspondiente, sobre todo en la comunión. Por lo demás, hoy la necesidad de ser miembro pleno de la comunidad es escasa en la mayoría de los jóvenes y ya no coincide en su concepción con el hecho de hacerse adulto. Esta relación ha salido en gran medida de la conciencia, e incluso los párrocos la recalcan tan sólo débilmente. Los chicos y sus allegados consideran cada vez menos importantes estos acontecimientos y aligeran los rituales, que se

convierten en fiestas familiares. Como tales, pueden ser agradables. Pero en lo que se refiere al paso a la edad adulta son insignificantes. En cuanto los rituales no se cargan durante largo tiempo con energía consciente, su eficacia desaparece.

En una palabra, los viejos ritos y usos han sido racionalizados para ahorrar tiempo y sobre todo dinero, así como por comodidad o falta de credibilidad. Todo empuja hacia los pesebres, y la seguridad vale más que la experiencia. La religión aporta poco a este respecto, ha perdido su credibilidad y representa un papel subordinado. El consecuente resultado es una sociedad de personas que no se vuelven adultas a tiempo o no se vuelven en absoluto, que se hacen los adultos de forma más o menos grotesca o intentan compulsivamente afirmarse como hombres o como mujeres.

Modernas sociedades infantiles

La falta de posibilidades de transición ritual hacia la vida adulta y los intentos, tan esforzados como inconscientes, de recobrar los pasos necesarios, llevan a una sociedad en parte ridícula, en parte peligrosamente infantil. Al no hacerse adultos, sus miembros apenas pueden alcanzar las cualidades de los adultos. Por otra parte, las cualidades infantiles degeneran en *variantes* cada vez menos resueltas y a menudo amenazadoras. C.G. Jung dice a este respecto: «*La humanidad sigue, desde el punto de vista psicológico, en un estado de infancia*... La gran mayoría necesita la autoridad, la dirección y la ley.»[37]

Hoy se ven por doquier indicios de la existencia de sociedades infantiles en el Primer Mundo. Donde más evidente se hace esto es en lugares escogidos, como Disneylandia. Aquí se hace un gigantesco negocio con la propagación de

un mundo infantil típicamente norteamericano. El consorcio se ha abierto un hueco en el mercado y prospera magníficamente. Por una parte, es un verdadero país infantil, una especie de oasis en un entorno por lo demás hostil a los niños. Por otra, Walt Disney, con su mezcla de infantilismo e ideología infantil norteamericana, brindó una visión refrescante a un mundo petrificado en la burocracia: *If we can dream it, we can do it!* (¡Si podemos soñarlo, podemos hacerlo!) Pero la base material de este imperio de millones de dólares son sólo indirectamente los verdaderos niños. De hecho son sobre todo los niños adultos que sufren privaciones, todos los visitantes pseudoadultos, los que con el pretexto de ofrecer algo a sus hijos aprovechan la ocasión de liberar al propio niño interior. Que no sólo hay amor a los niños detrás de tales empresas lo demuestra el hecho de que las entradas tengan un precio para adultos, los niños no puedan entrar solos y el enorme gasto publicitario en tales parques no sólo se dirija a la paga de los pequeños.

El destinatario de los numerosos parques temáticos es sobre todo el *niño vestido de hombre*. La creciente oferta de tiempo libre, el aburrimiento que se extiende y la falta de rituales de transición prometen buenos beneficios. Si se quiere saber el futuro de tales proyectos, hay que mirar hacia la patria de los parques temáticos. En parques gigantescos, como Magic Mountain, Six Flags over Texas y muchos otros, se ofrecen hábilmente preparadas pruebas de valor para «adultos». Ésta es la patria de las gigantescas montañas rusas, con muchos *loopings* y muchas cabalgatas que cosquillean los nervios. El viejo sueño americano de que mediante osadas cabalgatas por el Salvaje Oeste se podía llegar a ser hombre es aquí hábilmente recogido, aunque ya no se pueda hacer realidad. En perfectos trenes del terror, con monstruos controlados por ordenador, uno puede dejarse arrastrar por el demonio o vencer su miedo en trenes fuera

de control y en balsas que se balancean peligrosamente entre espumosos rápidos. Hay máquinas en las que, atado en pie a un bastidor de metal, uno es lanzado a enorme velocidad por mundos futuristas, otras en las que se puede probar la caída libre dentro de jaulas de acero. Magic Mountain, la montaña mágica, puede hacer olvidar la profana eficiencia del mundo cotidiano y devolverlo a uno al mundo infantil, para demostrar con temerarias pruebas de valor que es un héroe adulto. En la mayoría de los casos, las amigas y esposas acompañantes tienen que mirar cómo sus maridos adolescentes tratan de demostrarse y demostrarles a ellas que aún pueden convertirse en auténticos hombres.

¿Qué puede, si no la necesidad de demostrar ante el peligro que se es un hombre, precipitar a chicos y chicas, que también quieren estar a la altura, y pagando encima, a tales «aventuras», entre náuseas y sudores? Todos los intentos de demostrar quién se es revelan, desde el propio punto de vista lingüístico, quién no se es.

¿Qué empuja a los jóvenes a los trenes del terror, donde, con todos los trucos posibles, espíritus animados con huesudos brazos controlados por ordenador se abalanzan sobre uno entre nubes de luz, y donde monstruos de pega le hielan a uno la sangre, si no una profunda necesidad de horror y pánico? Todavía hoy, la gente joven quiere y tiene que partir a aprender el temor. No se ahorran ningún sacrificio para salir al encuentro del dios Pan, y siguen así de manera inconsciente el bien conocido modelo de los cuentos. El joven príncipe tiene que salir al mundo y, superando aventuras, aprender sus límites. Sólo así podrá desprenderse de la casa paterna y ser libre para, un lejano día, regresar como autoridad independiente, con su princesa conquistada en duras pruebas, y aceptar la herencia real.

Los ejemplos de tales parques para pseudoadultos son legión; ciudades enteras, como Las Vegas en EE.UU. y Lost

City en Sudáfrica, están dedicadas al deseo «adulto» de juego y emoción y a la desesperada necesidad de demostrarse algo a sí mismo. En todo caso, allí termina uno antes pobre que adulto. Naturalmente, también las fiestas populares como la de la cerveza de Múnich, con sus posibilidades en principio similares, aunque modestas en su realización, apuntan a esas necesidades. La Fiesta de la Cerveza tiene en todo caso la discutible ventaja de que antes de las pruebas de valor uno puede beber abundantemente para darse valor. Lo importante que es la carencia de estas posibilidades para muchas personas lo demuestra el hecho de que, con toda seriedad, «adultos» de países extranjeros —especialmente EE.UU. y Japón— viajan miles de kilómetros para hincharse junto a sus iguales —sentados en duros bancos de madera y meciéndose al son de una brusca música de viento— de cerveza excesivamente cara. Aquí no es la prueba de valor lo que está en primer plano, sino el deseo de encontrar en el humor dichoso del alcohol un mundo perfecto y en orden. La Fiesta de la Cerveza es uno de los pocos lugares u ocasiones del mundo moderno en que el abuso colectivo de la droga es incluso fomentado por el Estado, y los hombres modernos pueden vivir un resto de éxtasis sin ser sancionados. En todo caso, despertar al día siguiente es duro, porque la ilusión nocturna nunca sobrevive a la resaca matinal, y uno mismo no se ha hecho adulto participando en una de las trifulcas regularmente puestas en escena. Tampoco las otras atracciones nocturnas, limitadamente aventureras, como el columpio que se da la vuelta sobre sí mismo, el vuelo en cohetes o la simulación de choques en el Autoscooter, pueden satisfacer en última instancia esa necesidad básica.

Poco después de las distintas pruebas de valor, por ejemplo el *puenting*, cada vez más popular fuera de los parques de atracciones, el arrogante ego insatisfecho y necesitado

de crecimiento se siente un poco mejor, pero a largo plazo no queda más que el desilusionante reconocimiento de que, una vez más, las cosas no han salido. El *puenting* es interesante en este contexto, porque se remonta a un ritual de iniciación arcaico en el que los jóvenes se tiraban al abismo de cabeza con los pies atados por lianas. Lo que allí funcionaba no es entre nosotros más que una emocionante atracción de feria. La diferencia no está sólo en las lianas, que no son elásticas, y en el peligro de un duro aterrizaje, sino sobre todo en el marco ritual y el cargado campo de conciencia de la iniciación primitiva. Aun así, nuestra variante sigue teniendo ventajas, pues se trata de un paso bastante consciente hacia el vacío, en el que uno se lanza de cabeza a la aventura de la caída libre.

Algo parecido se puede decir de las carreras a través del fuego, puestas de moda en la escena esotérica. Sin duda proceden de modelos de la tradición espiritual y tienen allí, vinculadas ritualmente, efectos profundos. Sacadas de contexto y sin marco ritual, su efecto sólo puede ser muy limitado entre nosotros. Por bien que se pueda sentir siempre la superación del propio miedo, menos duradero es el campo surgido, por no hablar de la maduración hacia la edad adulta.

Los deportes extremos surgidos en las últimas décadas cumplen similares funciones. Las pruebas de valor son impresionantes, pero ni siquiera acciones tan espectaculares y peligrosas como la escalada libre *(free climbing)*, el vuelo en ultraligeros o los descensos por rápidos pueden hacer adultos de los jóvenes héroes si falta el correspondiente campo ritual. Como la necesidad de crecimiento persiste ininterrumpidamente, se buscan actos heroicos cada vez más peligrosos para alcanzar quizá la verdadera meta, aunque sea de forma inconsciente. A menudo los osados héroes ni siquiera tienen claro que se trata de llegar a la edad adulta, con todos sus exigentes atributos, tal como se describen

en el capítulo «adolescencia». Con frecuencia el deseo de impresionar a una amiga y la nostalgia de formar parte de los «iniciados» o entablar contacto con un grupo de hombres están en primer plano. A través de la escalada del riesgo, este camino lleva no pocas veces a la adicción, porque el riesgo puede crear dependencia física a través de la adrenalina. En última instancia, sigue siendo un signo de inmadurez que uno no pueda sentirse vivo más que arriesgando la vida.

Del eterno adolescente y las doncellas intemporales

En este contexto, resalta el modelo del eterno adolescente, de gran cotización en nuestra sociedad infantil. El principito[38] ha encontrado innumerables imitadores, príncipes pequeños y medianos que recorren la vida con encanto y prefieren matarse de forma espectacular antes que entregarse a ella. Saint-Exupéry, el padre del *Principito,* imitó a su pequeño héroe, Marylin Monroe y James Dean siguieron ese modelo, y Robert Redford lo representó de manera ejemplar en la película de culto *Memorias de África.* Mejor convertirse en leyenda que mantener una relación y llevar sobre las espaldas todo el viaje del héroe. Naturalmente, también los eternos adolescentes tienen su parte buena, que en el principito resulta especialmente hermosa. El problema está, como siempre, en la fijación. La ligereza del espíritu, las cualidades infantiles del asombro y la negativa a juzgar, forman parte del ámbito de la tarea de *volver a ser como los niños.* El problema es quedarse en la niñez o negarse a ser adulto. Quien no lo haya logrado no podrá *volver* a ser como los niños.

Una versión especialmente modesta del eterno adolescente la encarnan los *playboys* y también algunas *playgirls,*

teniendo mucho más éxito la versión masculina. El imperio surgido en torno a la revista *Playboy* demuestra con su éxito[39] cuántos hombres se han quedado en este plano. La vida entera es comercializada aquí como un emocionante juego superficial. Los *juguetones* ven ante todo en las mujeres compañeras de juegos, en realidad juguetes; unas relaciones responsables con consecuencias de largo alcance están lejos de su mente. Sin embargo, sólo una pequeña parte de los cientos de miles de lectores de la revista se adhieren realmente a ese modelo. La gran mayoría de los lectores, sobre todo masculinos, tiene relaciones estables desde hace mucho, pero sueña secretamente con ese retorno a la irresponsabilidad hedonista. Significativamente, su reverso, la *playgirl,* no ha tenido éxito ni como revista ni como modelo social. Las revistas llenas de hombres desnudos jamás tuvieron éxito entre las mujeres, y sólo han podido sobrevivir por la activa demanda de los homosexuales. Para las mujeres, es menos atractivo quedarse en ese escalón infantil: por una parte, porque disponen de mejores oportunidades o rituales para hacerse adultas; por otra, porque esta sociedad puede sacarle algo a los juguetones de mediana edad, mientras las juguetonas de mediana edad resultan embarazosas en su infantilismo incluso a los hombres poco conscientes. Naturalmente, si se mira con sinceridad lo que hay detrás también los *playboys* que han llegado a la mitad de la vida despiertan compasión.

La guardería de la televisión

¿*Apostamos* a que el infantilismo de esta sociedad también se demuestra en sus costumbres, y especialmente en la televisión, el medio de comunicación mayoritario? Cada vez más personas ven cada vez más televisión y programas

cada vez más infantiles. La inflación de posibilidades de elegir no puede engañar acerca de que lo ofrecido es cada vez más infantil y uniforme. Para ser exactos, la programación infantil sólo termina pasada la medianoche. *Shows* en los que nunca es seguro si no han terminado los anuncios o va en serio, porque en realidad nunca va en serio, y a cuyo final los actores aficionados ni siquiera saben por qué han ganado qué, aburridos partidos de fútbol en torno a premios exorbitantes y estúpidas películas de acción dominan la pantalla y revelan una clara infantilización. Especialmente el género del cine de acción, que fascina a debiluchos físicos y mentales, requiere un ánimo particularmente infantil. Cualquier persona medianamente inteligente sabe lo que le pasa a una persona que da un furioso puñetazo en la mandíbula a otra. Tanto él como su adversario terminan en el médico o cirujano. Pero en estas producciones los protagonistas se sacuden durante hora y media y al parecer a nadie le llama la atención. Incluso en esto se puede descubrir un aspecto más liberador, porque este género nos aproxima como ninguno al tema de la muerte, ya que aquí se muere como en cadena de montaje, y de los más espectaculares modos y maneras.

Junto a tales fantasías para tontos, el género fantástico propiamente dicho representa la elevada necesidad de los niños adultos de historias fantásticas como las que llena cualquier infancia. En este terreno hay que certificar los enormes progresos del sector cinematográfico en lo que se refiere a la aplicación técnica de los mundos fantásticos. Directores como Steven Spielberg conjuran hábilmente en la pantalla los sueños arquetípicos de millones de personas. Sólo el coste financiero de tales productos señala ya lo en serio que hablamos de ese mundo infantil, por una parte perdido y por la otra no abandonado.

Y todo esto no es nada junto a la ola del ciberespacio,[40]

que con seguridad nos alcanzará en breve y permitirá excursiones de la fantasía infantil que resultan más aventureras que los verdaderos viajes.

En cambio, la oleada de películas de terror nos muestra la ya tratada nostalgia primigenia de miedo y espanto. Hollywood responde en este punto a una genuina necesidad, sin poder sin embargo alcanzar el verdadero objetivo de la nostalgia infantil. Nadie se hace adulto viendo películas de terror. Más bien se produce una escalada en las pretensiones, las películas se vuelven cada vez más espantosas y los niños (adultos) fans del cine de terror. Siguen pendientes de su problema sin resolver, y aun así la necesidad es correcta, lo que se muestra aún en la palabra «pánico», apadrinada por el dios Pan. Ese mismo Pan que hasta la cintura era un guapo adolescente que tocaba la flauta, pero por debajo era un hombre lujurioso en estado de permanente excitación, que violaba con la mitad inferior a las ninfas a las que había atraído con la superior, sumiéndolas en el pánico. Antaño, como dios de la Naturaleza, era una figura central, tan temido como buscado por las ninfas. La palabra griega *daimon* significa también entusiasmo divino, y remite al mismo contexto.

Junto a los programas suministrados a domicilio, crecen las posibilidades individuales. Mediante videojuegos y juegos de ordenador, los niños y los que siguen siéndolo de esta forma penosa se entregan a los más variados viajes heroicos. Pueden dar lo mejor de sí como guerreros y astronautas, corredores de carreras y luchadores contra dragones... pero no será suficiente. También aquí es imposible pasar por alto cierto potencial de adicción, porque por hábil que uno se muestra en el juego correspondiente, no se vuelve adulto.

Comida infantil para todos

Otro amplio y rico campo de indicios de infantilidad inconsciente lo representa nuestra forma de comer. La propia oferta alimenticia revela cada vez más la influencia del gusto infantil, aunque aquí la palabra «gusto» quede un tanto ultrajada, porque el gusto infantil no es propiamente gusto. En el cuarto de un niño se pueden encontrar muchas cosas, pero seguramente no un buen gusto o incluso estilo, y algo parecido le ocurre a uno en los modernos mercados alimentarios, en distintos sentidos. Las frutas y verduras tienen un aspecto cada vez más bello, grande y carente de gusto, pero también el resto de los alimentos se disponen de forma pintoresca y seductora, mediante color y decoración. El gusto sigue siendo algo secundario si el aspecto es atractivo. Aquí se refleja de manera muy drástica un tema de nuestra sociedad, para la que la forma externa es cada vez más importante y el contenido cada vez menos.

En los restaurantes de nuestro tiempo esto se expresa de forma más brusca aún: su nombre mismo es un escarnio. ¿Cómo va a encontrar descanso (en inglés *rest*) un hombre en un *res*taurante de comida rápida *(fast-food)*, y cómo podría reponer fuerzas de pie y a toda prisa? No debería esperar alimentarse aquí, como mucho nutrirse. Sin duda para sobrevivir basta con cierto tiempo; pero vivir requiere más, y sobre todo distinto. En esos lugares difícilmente se encontrarán adultos, que en general renuncian a tomar el pollo en forma de dados. Como pueden tomar patatas normales, no necesitan tomarlas, igual que el pescado, en forma de varitas. En su mayoría, tampoco les gusta tomar la carne apretada como tortas reestructuradas entre pan blanco de alta elasticidad, con salsas uniformes que no guardan relación con la masa de carne. Allá donde hay gusto no cabe derramar sobre el conjunto la misma salsa roja de «tomate». Que

tales centros de forrajeo, en los que los abusos ofrecidos se sirven, encima, en contenedores y bandejas de plástico, no sólo atraigan a niños, sólo puede deberse a que a la hora de comer muchos adultos se vuelven sinceros y dejan paso a su niño interior.[41] Se trata de alimentación infantil para niños grandes, a los que no gusta masticar, sino que prefieren tomarlo todo sin estructura, pasado y en forma de flan... lo principal es que se trague bien.

En las bebidas se da una situación análoga, pues detrás de todas las limonadas hay sustancialmente agua con azúcar y colorantes de toda la escala cromática. Aparte de que toda esa masa pegajosa es demostrablemente nociva, no apaga la sed, sino que satisface por breve plazo las necesidades infantiles.

El paraíso de la moda infantil

Similarmente infantil resulta cada vez más la moda, y esto va menos contra la moda infantil que contra el hecho de que casi sólo hay moda infantil. El sector de la moda sale, naturalmente, al encuentro de la tendencia social de olvidar el contenido tras la forma externa. El hábito sigue haciendo al monje, pero hoy sobre todo hace niños. Los adolescentes prestan menos atención al material de sus ropas que a las marcas, impresas en letras especialmente gruesas y bien visibles. Antes los fabricantes trataban de impresionar y ser reconocidos por su estilo y su línea, y algunos, felizmente, siguen intentándolo. Pero el grueso de ellos apuesta por emplear a sus clientes como carteles publicitarios, que hacen desfiles gratis para sus marcas. También algo así como la cultura del color fue durante largo tiempo una obviedad. Si antes había determinados colores de moda, hoy lo que cotiza es el abigarramiento. También en

esto se revela la ya conocida mentalidad de cuarto de los niños. Especialmente en el deporte se pone de manifiesto esta tendencia a los colores infantiles y alegres, y muestra cómo se expresan necesidades infantiles.

Cuando los petos y los buzos dominan el escenario, como ocurre en el ámbito alternativo y en parte también en el movimiento feminista, toda interpretación se vuelve superflua, ya que los afectados admiten, en la mayoría de los casos voluntariamente, su infantilismo, y además lo idealizan. Que todo este fenómeno no es nuevo lo demuestra la moda *baby-doll*, que celebró tempranos triunfos en EE.UU. y cuyo nombre ya lo dice todo.

Esto puede sonar como una crítica al gremio de la moda, pero no pretende serlo. Igual que pasaba con la industria del cine, podemos estar agradecidos a la industria del vestido por asumir y reflejar tan creativamente los problemas imperantes, como es visible por doquier. Si no tuviéramos una moda infantil, tendríamos que vivir el tema de manera más drástica en otros ámbitos, y hay pocos que sean tan inofensivos como el campo (de juego) de la moda.

Una moda que tiene poco que ver con el sector correspondiente, pero a cambio no deja nada que desear en cuanto a claridad, es la de llevar chupetes entre los adolescentes de la sociedad del bienestar. Los profesores cuentan desesperados que media clase se sienta ante ellos con chupetes de cristal colgados al cuello, y que parecen sentirse muy bien exhibiéndolos. Lo que a unos les hace tan feliz y a otros les irrita tanto es la exagerada sinceridad del mensaje: «En realidad aún somos bebés, y lo mostramos abiertamente.» Como los indios, llevan el amuleto al cuello. El amuleto pretende ayudarles llevando a su vida lo que les falta. También en este sentido la moda del chupete es sincera. Sólo recobrar la infancia perdida podría curar a estos muchachos.

El niño en el ejecutivo

Incluso en lugares insospechados, la necesidad de rituales de pubertad celebra extraños triunfos, por ejemplo en la alta dirección. Al entrenar directivos, el monitor puede facilitarse la tarea elaborando este déficit. Incluso a los que toman decisiones de alto nivel, les proporciona la mayor alegría que los lleven muy lejos, a un territorio inaccesible, y los dejen allí sin dinero ni tarjetas de crédito. Como jóvenes indios, caminan durante días hasta llegar al centro donde celebran el seminario y, una vez conseguido, se sienten espléndidamente... pero, por desgracia, no se vuelven adultos, en contraposición a los jóvenes indios. Para eso haría falta una mayor conciencia de lo que hacen, es decir, todo ello tendría que tener carácter de ritual. E incluso si así fuera, seguiría siendo el momento equivocado. Esto último sólo se puede compensar con mucha atención y trabajo consciente. Todos los intentos con experiencias extremas trabajan en el fondo, consciente o inconscientemente, con este tema. Ya se descuelgue con una cuerda y se les deje flotar sobre el abismo, se les anime a cruzar el desierto u a otras privaciones o se les exponga a rigores psíquicos o físicos, siempre está presente la esperanza de que les aporte «algo». Pero este «algo» casi siempre es el próximo paso en la evolución. En casa, sus esposas los habrán despedido con el deseo de que ojalá no ocurra nada. Pero en secreto ellos sueñan con que suceda algo de una vez, cualquier aventura que merezca la pena y pueda realmente satisfacerlos. Pero la mayor aventura sería seguir el camino de la evolución y quitarse de encima el vencido lastre de la pubertad para ser adultos más autónomos, más conscientes de sí mismos, que ya no temen que algo pueda ocurrir sino, al contrario, esperan ansiosos que la vida les salga al paso con todas sus tareas.

Alpinistas infantiles

En este entorno de cosas podría tener su raíz también la impresionante predilección de las personas de sociedades sin culto (sin cultura) por escalar las montañas más altas. Aparentemente, doblegar una montaña significa simbólicamente para muchos dominar su vida. La vida como montaña es un antiguo motivo, y desde arriba, «desde el punto de vista de Dios», la montaña resulta un mandala con la cúspide como centro.[42] No pocas personas arriesgan su vida por ese símbolo. Cuanta mayor sea la pretensión vital, tanto más elevada la montaña elegida. En un solo día del año 1993 se encontraron en la cumbre del Everest treinta y ocho personas. Desde el punto de vista de la escalada debe de haber montañas más interesantes, pero sólo una es la más alta del mundo, y a ella tienen que subir los que lo necesitan simbólicamente. Si a esto se añadiera la conciencia de la verdadera aspiración, no habría nada que objetar a ello, y se sacaría algo más que una montaña de basura al pie de la montaña.

Los pueblos enraizados en sus cultos que viven al pie de estas montañas nunca consideraron necesario trepar a ellas, porque en la mayoría de los casos sentían demasiado respeto por las cumbres, que habían convertido en residencias de los dioses. Por lo demás, eficaces rituales les ayudaban a subir los peldaños del camino de la vida, y se sentían adultos sin tener que arriesgar la vida en las paredes de roca.[43] Sólo con el *boom* de los aventureros occidentales los nativos empezaron a arrastrar su equipaje hasta la cumbre. Entretanto, al pie del Everest se forma un gigantesco vertedero con la basura que dejan atrás los jóvenes asaltantes del cielo. Los muchos sueños que aquí se quebraron podrían corresponder a esos montones. Aun así la *experiencia de la cumbre* tiene grandes ventajas, porque pone fin a ilusiones, y el descenso deja claro a la mayoría de estos «héroes» que la vida sigue

estando ante ellos igual que una montaña. Pero del simbolismo de un éxito puede surgir muy bien el valor para el segundo y más importante intento de superar la cumbre de la vida. Las experiencias de la cumbre sólo son realmente satisfactorias en el sentido que decía el psicólogo Abraham Maslow, que designa con esta expresión los momentos de dicha intemporal que las personas viven en instantes especiales.

Bebés permanentes

Entre lo más penoso, pero también lo más sincero, están los clubes infantiles para «adultos» masculinos en Inglaterra. Son la punta de un iceberg social tragicómico. A estos lugares huyen menos aquellos que no pudieron asumir el lastre de la pubertad que aquellos que no pudieron disfrutar de una infancia lo bastante larga. Echan tanto de menos este trozo de paraíso que no reparan en tiempo ni en gastos en sumergirse, los fines de semana y durante las vacaciones, en un mundo infantil para adultos. Allí reciben, a cambio de su dinero, lo que les falta: vivencias infantiles. Cambian sus trajes por pañales, se les dan chupetes de tamaño natural y beben leche en enormes biberones. Se suben a grandes caballitos de madera y se les lleva a la cama cantándoles nanas y contándoles cuentos, pueden revolver cuanto quieran la comida y, pagando un suplemento, incluso mojar los pañales. La regresión sólo está prohibida ante las aguas mayores, eso sería demasiado para la directora del club, que estima que en Inglaterra hay más de cinco mil de esos bebés adultos y sabe por experiencia que proceden sobre todo de los mejores círculos sociales: directivos de banca y funcionarios de policía, sacerdotes y, en particular, militares. Los números no significarían nada, porque el número secreto es incalculable y en todos los países occidentales.

Un mundo infantil amenazador: la sociedad de la adicción

Junto a estos signos más bien divertidos de infantilismo colectivo, hay también una serie de fenómenos menos graciosos que revelan intentos entre dudosos y temibles, y a menudo peligrosos, de llegar a ser adulto y demostrarse cosas a sí mismo. Algunas veces el peligro de adicción resuena ya en todos los intentos, necesariamente condenados al fracaso, de alcanzar el objetivo correcto con medios inútiles. El principio «cada vez más de lo mismo» puede frecuentemente convertir la búsqueda en adicción, como vemos claramente en el *tabaquismo*. En su patria, la sociedad india, es un ritual reservado a los adultos. Por lo menos eso lo hemos tomado de los indios. Los niños, que anhelan ser adultos, tienen la tentación de imitar ese comportamiento típico, el fumar. Por una parte aún les está prohibido, pero por otra los cigarrillos se pueden conseguir por doquier. A esto se añade el carácter de prueba de valor, porque al fin y al cabo fumar se considera mortalmente peligroso. Aun así muchos adultos se arriesgan, y en un momento u otro los niños quieren experimentar. Todas las advertencias consiguen más bien lo contrario, porque lo que ellos buscan es el riesgo. Enfrentándose al peligro, esperan convertirse en adultos. Y cuando se reúnen con otros como ellos en un lugar secreto para llevar a cabo un ritual sustitutorio de la pubertad, están dispuestos a todo. Sobrellevan heroicamente los nauseabundos efectos de las primeras caladas. Si los pulmones se defienden tosiendo, reprimen este sensato reflejo de autodefensa igual que han reprimido las convulsiones gástricas. Naturalmente, están muertos de miedo, pero éste les desafía. También hay que asumir las náuseas y el mareo ante el desafío pendiente. El *mareo* es muy honorable, ya que se marean al hacerse adultos. Toda protesta del cuerpo es abatida en aras del gran objetivo de parecer adulto al menos en un pequeño círculo. Naturalmente, este ritual sustitutorio no los convierte en adultos, sino más bien en grandes fumadores, dado el potencial adictivo de la nicotina. Cuando se dan cuenta de que el intento no conduce a nada, hace mucho que son adictos.[44]

Similar es la creciente *problemática del alcohol* entre los jóvenes. También aquí se trata de un adictivo reservado sólo a los adultos. Como típico estupefaciente, el alcohol es además adecuado para reducir a corto plazo el umbral de inhibición y el miedo. Ambas cosas les sobran a los adolescentes que se quedan en la cuneta en los auténticos rituales de transición, así que tienen toda clase de razones para darse valor bebiendo. ¿Quién puede reprocharles que, en esta difícil situación de falta de valor, recurran a un método socialmente probado y beban? También esto conduce más al alcoholismo que a la edad adulta. A veces la publicidad aprovecha esta ilusión, por ejemplo en el viejo eslogan «Puschkin: para hombres duros». Cuando los jóvenes se percatan de que nada les vuelve tan impotentes como el excesivo consumo de alcohol, ya es demasiado tarde. Ya no son jóvenes pero tampoco adultos, y en cambio, con frecuencia, dependientes.

Pruebas de valor en coche

También es peligroso el intento de aprender el temor saliendo a las carreteras, nada más ser admitido en la sociedad del automóvil a través del examen de conducir. Como efecto secundario, estos héroes se lo enseñan también a otros transeúntes. Los accidentes durante el primer año de posesión del carnet no son racionalmente comprensibles, según declara un psicólogo de la policía. Pero son muy comprensi-

bles, y no sólo desde el punto de vista técnico. Si alguien se ha lanzado directamente contra el pilar del puente de una autopista y no ha dejado huellas de frenada, se trata más de una prueba de valor que se ha llevado demasiado lejos que de un fallo de la dirección y los frenos. James Dean presentaba en la película *Rebelde sin causa* ese problemático viaje. Dos adolescentes se lanzan en viejos coches hacia un acantilado. El vencedor será el que salte del bólido a menos distancia del abismo. En la película hay un muerto y un vencedor, que no por eso se convierte en adulto.

Cuando los jóvenes conducen cada vez con más frecuencia por el carril contrario de la autopista y dan que hablar conduciendo de noche con los faros apagados, esto tiene poco que ver con un conocimiento insuficiente de las señales de tráfico o con problemas de orientación en el tráfico rodado. Sus problemas de orientación están más bien en el camino vital, y aquí es donde han ido a parar, al carril contrario. Podría tratarse de pruebas de valor acordadas en la mesa de un bar, con gesto impresionante, apoyados en el alcohol y apuestas: «El que aguante más de dos salidas es un hombre...» Que en realidad es un pobre diablo, quizá pronto un asesino y un muerto, es algo que no percibe ante el desproporcionado reto de demostrar a otros que es un hombre de verdad. El peligro mortal es el acicate, y la publicidad peculiarmente anónima un estímulo más.

El que quiera resolver los problemas del primer año de carnet mediante limitaciones de velocidad no hará más que poner de manifiesto una limitada percepción de la problemática: eso aún espolearía más a los «héroes», porque refuerza el carácter de prueba de valor y aumenta el reto.

Búsqueda del peligro por sí mismo

La misma problemática se puede ver en el llamado *surf* del tren. Sensación entre los chulitos de Brasil desde hace mucho, ahora también se ha puesto de moda entre nosotros subirse al techo de trenes en marcha. De pie en medio del vértigo de la velocidad, se agachan en el último momento al llegar a los cables eléctricos. Este tipo de pruebas de valor ya se ha cobrado víctimas mortales en Alemania.

Del mismo tipo es el *surf* del coche, donde uno *se* sube de un salto a un coche en marcha e intenta sostenerse en el techo conforme aumenta la velocidad. En una manía similar, se abusa de los monopatines en carreras *downhill,* en las que se alcanzan velocidades de cien kilómetros hora.

Tratamos tales pruebas de valor como accidentes, y con frecuencia las acallamos con embarazo, porque los supervivientes malinterpretan todo esto como un suicidio juvenil. Ninguna interpretación podría ser más errónea porque, al contrario, se trata del intento convulsivo de alcanzar al fin la vida y reclamar su lugar como héroe convertido en adulto.

Juntos somos fuertes (de pacotilla)

Al lado de estas modernas pruebas de valor, las de las viejas asociaciones estudiantiles resultan anticuadas e inofensivas. Una larga tradición mandaba a los estudiantes, que dejaban la adolescencia y negaban vehementemente tal hecho, desfigurarse el rostro en peleas a sable o cuchillo. Sus cicatrices, orgullosamente calificadas de tajos, no eran para ellos el signo de una inmadura necedad, sino de una virilidad adulta. Seguramente estos tajadores no eran adultos, pero como perseguían codo con codo sus ambiciones y apostaban por la camaradería probada en la lucha, tenían

bastante éxito como grupo. También aquí se puede intuir la pretensión originaria. A través de rituales de lucha, en los que tiene que demostrar valor y astucia, el joven consigue adherirse a un grupo de hombres que, una vez superada la prueba, muestra una férrea cohesión. Tales alianzas y «cordadas» tienen influencia en nuestra moderna sociedad, lo que una vez más testimonia la necesidad de la afirmación viril y la cohesión entre hombres.

Pero, en la mayoría de los casos, esta nostalgia de las alianzas masculinas es expresión de problemas de maduración. De manera muy general, tales comunidades y otras por el estilo prometen superar más fácilmente los apremiantes problemas del crecimiento uniendo las fuerzas de todos. Los estudiantes que confunden a su madre física con su alma *mater* parecen especialmente sensibles a esto, como atestiguan las muchas asociaciones existentes. La idea de los boy scouts lleva ya hasta en su nombre tal pretensión. Las muchachas tienden menos a tales grupos, pero disponen de otros métodos, en parte más maduros, para alcanzar la condición de adultas.

Los grupos o clubes parecen tener similar función sustitutoria. A los hombres que no tienen conciencia de su pleno valor, la comunidad con otros compañeros de fatigas les da la impresión de ser, juntos, más fuertes, y quizá ser capaces de lograrlo. Las penas compartidas son menos penas, y en el grupo es más fácil demostrarse algo y demostrarlo a otros. Las disputas y las presidencias y cargos, en sí carentes de interés, remiten a luchas rituales sustitutivas. Por otra parte, vuelve a haber aquí un plano liberado. De hecho *se* es más fuerte en comunidad, lo que podría ser una antiquísima experiencia de los orígenes de la humanidad, cuando la supervivencia misma sólo era posible a través de la cohesión. Esta intuición podría ser el fundamento de muchas alianzas, desde tan profanas como los leones o los rotarios hasta la masonería, que ha determinado como ningún otro grupo nuestra civilización.

En los clubes de fútbol, ese efecto se pone especialmente de manifiesto a todos los niveles, y hay que señalarlo aquí como ejemplo porque se trata del ritual preferido de muchos hombres civilizados. Este teatro, a menudo moderadamente puesto en escena, pero llevado a cabo con asombroso encarnizamiento, ha de ser observado desde la punta de la organización hasta la base popular. La lucha por el sillón del presidente corresponde a la que se produce por el del entrenador y a los tumultos en las tribunas. Lo menos interesante es la lucha de los veintidós millonarios que hay en el terreno. Que éstos tienen problemas con su estatus de adultos es ampliamente conocido. No pueden ser tan influyentes cuando el club o el entrenador deciden cuándo tienen que irse a la cama y apagar la luz. No pueden expresar su propia opinión sin que haya sanciones. Si sus mujeres están en los entrenamientos e incluso si pueden acostarse con ellos no lo deciden ni las mujeres ni ellos, sino un entrenador. Ésta es exactamente la situación que tanto irrita a los adolescentes, y así se producen entre los futbolistas pequeñas revueltas una y otra vez. La prensa informa de sus peleas adolescentes, siempre el ritual favorito de la mayoría.

El grupo numéricamente más importante dentro del fútbol son los adeptos o hinchas, de los que vive todo el sistema. Se ponen febriles con los millonarios que juegan, pero desde un punto de vista objetivo no tienen más que desventajas, cuando pagan entradas elevadas por un juego en general aburrido[45] o siguen a sus equipos, en viajes a menudo fatigosos, a partidos en el extranjero, mientras las estrellas van volando antes. Lo que hace cada vez más ricos a los actores principales de la jerarquía futbolística hace a la base de la pirámide, los hinchas, cada vez más pobres, sobre todo intelectualmente. En el grupo de seguidores que aspira

a ocupar en bloque vagones de tren y tribunas enteras, tienen que obtener algo que les compense por todo el esfuerzo y su poco lucido papel en la empresa del fútbol. La razón profunda podría estar en la esperanza de llegar a ser algo con su equipo, por ejemplo campeón nacional, mejor aún de Europa o del mundo. Detrás de ello subyace el problema de que de lo contrario no son nada, en todo caso nada con lo que merezca la pena identificarse. De hecho, no cargan más que con los costes del campeonato del mundo ganado, y esto no los hace más campeones o ni siquiera adultos. Pero por un momento se sienten campeones, y el problema del propio infantilismo pasa a un segundo plano en medio del jolgorioso espectáculo. Los juguetes, instrumentos productores de ruido y mascotas de los hinchas parecen en todo caso tomados del cuarto de los niños. El deseo de ser más respetable para alguien puede justificar todos estos desesperados intentos... Los jóvenes hinchas pueden ser incluso graciosos con sus disfraces, los mayores tienen ya visiblemente rasgos trágicos.

Todo esto se vuelve peligroso cuando la horda infantil entra en fase de testarudez. Cuando no ocurre nada exitoso ni en sus vidas ni en la de su equipo, se pueden poner de verdad furiosos. Algunos ya no salen de esta fase de testarudez y vuelven inseguras ciudades enteras. En el caso de los llamados *hooligans*, que sólo toman el fútbol como excusa para su furia destructora y ademanes belicosos, se ha demostrado la relación con la frustración y el paro. Son hombres inseguros de sí mismos, inmaduros, que necesitan al grupo para compensar su fracaso en la auténtica vida con éxitos del club o en batallas callejeras. Cuando son muchos y se han insuflado bebiendo el valor que, básicamente, les falta, se atreven incluso a la lucha, no a una lucha por la vida, pero sí a acciones sustitutorias. Cuando, después, se encuentran solos ante el tribunal, empiezan los lamentos y sale a la luz el pobre

diablo. Muchos de estos *guerrilleros* asumen conscientemente que a veces se superan los límites de lo tolerado por la sociedad burguesa y hay muertos en las luchas. Pero los ciudadanos se sienten afectados, porque por un momento el trasfondo sale a primer plano con demasiada nitidez. Cuando tras una batalla campal con más de treinta italianos muertos, a la mañana siguiente se puede leer en un camión inglés «Liverpool VS. Génova: 34 a 0», es ir demasiado lejos. Pero demuestra, que aquí nada gira en torno al sano deporte para educar el cuerpo, sino en torno a rituales batallas nacionales. Se utilizan como válvulas de escape para la frustración acumulada y la ira por el propio fracaso, y en su condición sustitutoria recuerdan casi guerras militares.

Fenómenos muy similares se reflejan en las comunidades de rockeros, y en todos los grupos que intentan espasmódicamente superar la falta de autoestima de sus adeptos mediante una ideología agresiva y otra despreciativa, como por ejemplo los grupos violentos de ultraderecha. En ellos, como en sus modelos históricos, se pone de manifiesto la discrepancia entre la dureza y brutalidad del grupo camorrista y el lastimoso miembro individual. Son marginados que, a través de la masa, tratan de hacer algo de sí mismos. El intento fracasa siempre, y a menudo les cuesta la vida a las víctimas de tal proyección.

Rituales sustitutivos más exigentes y mortales

Naturalmente, no sólo hay tales fenómenos a niveles primitivos sino también a un nivel socialmente superior. Grandes partes de ese fenómeno que se conoce como caza de trofeos tiene aquí sus raíces. Si en otros tiempos era un signo de virilidad adulta el abatir una gran presa en una lucha por la supervivencia, la moderna caza mayor es más bien un

lastimoso intento de autoafirmarse como héroe adulto. Desde los bien acolchados sillones de sus todoterreno, algunos modernos cazadores de trofeos abaten los últimos grandes animales desde una distancia segura y sin ninguna necesidad. Sólo cuando la presa ha sido abatida se atreven a acercarse para hacerse la foto del vencedor, el cazador levanta la cabeza de la criatura alevosamente asesinada y el lamentable héroe adopta una pose victoriosa. Lo que a otros resulta lamentable, da a los cazadores una sensación de valor e importancia. Pagan sumas enormes por esa especie de autoconfirmación, por un momento de muerte, por los cuernos y la piel de su víctima. Los cuelgan como trofeos y esperan seguramente la admiración de espíritus ingenuos. Que esto funcione, dentro de unos límites, demuestra cuántos hombres se encuentran ante similar problema de autoestima y aceptan, por su propia ceguera, ese lamentable arreglo. Naturalmente, todo esto se puede reescribir de forma pretenciosa, y Hemingway puede incluso envasarlo literariamente. Pero el tema del convertirse en adulto sigue en gran medida sin resolver. Hemingway lo convirtió, probablemente por sentirse afectado él mismo, en su tema principal, si se tiene en cuenta su predilección por las corridas de toros, la pesca de altura, la caza mayor o las guerras. Para él era esencial el tema de la virilidad, e intentaba también en privado elaborarlo para sí. Que haciéndolo llegara a los viejos modelos ritualizados, como la caza, la lucha y la guerra entre pueblos y sexos, demuestra lo adecuado de su forma de ver la problemática. Incluso las corridas de toros, rechazadas en general en Europa como tormento de animales, muestran su proximidad con la lucha viril y ritual.

Una posibilidad para luchar con la conversión en adulto, socialmente irrelevante, pero muy típica de los hombres frustrados, son las legiones extranjeras de distintos países. En estas tropas de mercenarios se propugnan y viven abiertamente la dureza, la disponibilidad al combate, la agresividad y, en general, el carácter castrense como ideales de la virilidad. Aunque la guerra es una posibilidad clásica entre los rituales viriles, incluso viviéndola de forma tan abierta su efecto puede quedar muy por debajo del esfuerzo cuando falta la correspondiente conciencia.[46]

La guerra es seguramente el peor nivel en que se muestra el problema de la masculinidad. Cuando unos jóvenes juegan al fútbol con cabezas arrancadas en vez de con balones, es la guerra; cuando las mujeres son violadas por militares, también. Un hombre adulto seguro de su virilidad no necesita caer sobre una mujer y herirla con esa forma pervertida de virilidad. Un hombre maduro no está psíquicamente en condiciones de usar una cabeza humana como pelota de fútbol. De eso no son capaces más que pobres muchachos carentes de casi cualquier forma de madurez humana y que, en general, son todo lo contrario que adultos. La necesaria desinhibición casi no está garantizada más que en tiempo de guerra. Todas las humillaciones que se infligen a otro ser que siente apuntan a elevarse a sí mismo injustificadamente. Lo que a su vez no precisan más que los seres bajos. Todos esos Rambos que en todos los frentes de Yugoslavia y en todo el mundo llevan cananas cruzadas sobre el pecho desnudo intentan compulsivamente dar peso a su mísera existencia mediante actos de violencia y obtener un sensación de poder y virilidad.

La fascinación que las películas y relatos de guerra tienen sobre muchos «hombres» está relacionada con la problemática del viaje heroico. Casi ninguna otra situación da a los jóvenes «hombres» tantas ocasiones de superarse, tanto en sentido positivo como negativo. Pero superarse es su nostalgia propiamente dicha cuando no son adultos. ¿De qué otra forma se podría explicar que los ancianos sigan hablando de la guerra décadas después, sin que nadie se lo pida? Al

parecer fue lo más importante en su vida, un período en el que era posible crecer y se sentían vivos en la proximidad inmediata a la muerte. Incluso los hombres que no han vivido ninguna guerra están fascinados por los videojuegos de guerra, y cuando son transmisiones en directo como la de la guerra del Golfo, más emocionante aún.

Con todas las espantosas asociaciones que despierta este tema, llama la atención que incluso en las religiones la guerra represente un gran papel como posibilidad de maduración. Entre los indios, «guerrero» es una denominación honrosa, y en el islam la muerte en la guerra santa está recompensada con el séptimo cielo. También el cristianismo vuelve la vista a un número considerable de cruzadas, en las que también se difundía la guerra santa. Según la tradición de los sufís, la tendencia esotérica del islam, se trata de la confusión entre exterior e interior. La guerra santa es para ellos un acontecimiento interior, en el que el creyente lucha con sus demonios interiores, su sombra en última instancia, y esa guerra desemboca de hecho en la iluminación. En este sentido, esta guerra interior es realmente la única que merece ser llamada «santa», porque desemboca en la curación. Hace al hombre completo, superando la sombra mediante la luz de la conciencia. En cambio, las guerras exteriores hacen a los hombres todo lo contrario que completos, y cuando los hombres maduran en ellas es porque llevan a cabo los correspondientes procesos internos. En este sentido, el plano liberado de la guerra siempre es un plano interior, y la guerra santa interior es recomendable.

Rituales de la conversión en mujer

En las mujeres como colectivo existe menos la tendencia a pervertidos rituales sustitutivos porque, con el embarazo y el acto del parto, disponen de un gran ritual natural que, vivido consciente o incluso inconscientemente, puede asegurar la conversión en adulta en el ámbito femenino. Esto lleva no sólo a un número relativamente grande de mujeres adultas, sino también a que puedan dar a sus hijas y a las muchachas en general más espacio y guía en lo que concierne a este tema. Que tras una cesárea muchas mujeres quieran a toda costa tener otro hijo por vía natural a pesar del riesgo, tiene que ver con la intuición inconsciente del misterio del nacimiento. Antes este aspecto se mencionaba de forma directa. Hoy, el nacimiento es contemplado ante todo desde puntos de vista técnicos y externos, y aun así el ritual sigue teniendo efecto con bastante amplitud.

Para las chicas, la experiencia del primer contacto sexual sigue siendo una experiencia iniciática más que para los chicos. En las sociedades «primitivas» encontramos muchos ejemplos de cómo este paso esencial hacia la edad adulta, dado de forma ritual, puede convertirse en una fiesta. Naturalmente, esto seguiría siendo posible hoy, pero si se contempla el «celo» de los modernos adolescentes, queda claro que sus rituales sustitutivos prevén poca profundidad espiritual. Ésta es incluso rechazada como signo de debilidad. Así que la moderna situación sigue siendo insatisfactoria. Los intentos fundamentalistas de retorno a los orígenes podrían tener sus raíces aquí. Así, sobre todo en EE.UU., vuelve a haber movimientos juveniles que rechazan el sexo prematrimonial y en los que la doncella en sentido anatómico vuelve a ser presentable. En la gran ciudad normal, una muchacha que había pasado la pubertad tenía en la mayoría de los casos que callar este hecho avergonzada si no quería volverse un caso imposible. Sin duda en el fundamentalismo no hay oportunidad para el crecimiento espiritual, el movimiento entero es demasiado hostil al desarrollo. Pero una mayor conciencia respecto a la sexualidad abriría gran-

des posibilidades. Por naturaleza, el primer contacto sexual es todo un ritual: se supera un límite y se atraviesa una barrera, la fuerza marciana que hay en todo comienzo penetra, y fluye la sangre. Entre dolores, se abre un nuevo ámbito de la experiencia que, apenas roto el hielo, puede proporcionar placer y alegría. Aunque esta experiencia apenas es considerada un rito de paso, el modelo natural es tan fuerte que para muchas muchachas —igual que ocurre en los posteriores partos— conserva el carácter de una iniciación.

Los rituales de umbral específicamente femeninos nos resultan relativamente desconocidos porque en la historia se ha concedido una importancia incomparablemente mayor a la vía masculina hacia la evolución. Quizá habría que mencionar en particular los bailes de las debutantes, en la vida social de las muchachas de alta sociedad. En ocasiones como el baile de los crisantemos o el baile de la Ópera de Viena, se introducía en sociedad a estas «hijas mayores». Aquí perviven antiguos modelos, porque de este modo las muchachas son ofrecidas por primera vez en el mercado matrimonial y declaradas adultas. En estas ocasiones los chicos son más bien adorno, debiendo prestarse atención a que representen algo. Antes se podía echar mano de los cadetes de las escuelas de oficiales, hoy se ha vuelto un poco más difícil ofrecer hombres en alguna medida respetables y de aspecto adulto.

En busca de rituales sustitutivos

Rituales de búsqueda

Cada vez más gente se da cuenta, también en nuestra sociedad, de la falta de rituales de pubertad. En todo caso, la imitación de rituales arcaicos es un intento de compensa-

ción más bien discutible, porque incluso con la repetición idéntica de antiguos rituales apenas se puede conseguir acceso al campo originario y por tanto a la necesaria conciencia. Si se encaja a un muchacho entre las mitades hendidas de un árbol joven, como hacen algunos gitanos, puede ocurrir que el árbol se muera, pero no que el adulto nazca de la simbólica muerte del niño. Para obtener eficacia, habría que entregarse por más tiempo al mundo de los gitanos y hacer propios sus pensamientos y sentimientos para hallar acceso a los modelos que estructuran su vida. Las creaciones que no hacen más que adoptar elementos antiguos no tienen al principio campo alguno, y por tanto son menos eficaces. Requerirían una enorme conciencia para compensar la falta de campo.

El camino más sencillo para nosotros sería reavivar los antiguos rituales cristianos de transición, simplemente porque se puede echar mano a un campo con dos milenios de antigüedad. En todo caso, los modelos de confirmación protestante y católica tendrían que ser recargados con este fin y volverse, en su significado y profundidad, claros, y sobre todo importantes, tanto para los jóvenes como para los adultos que los acompañan, desde el sacerdote hasta los padres y padrinos. Recargarlos significaría concederles un valor central en la vida, vivir conscientemente conforme a ellos y aplicar la cesura causada por el ritual. Concretamente, significaría que después del ritual no sólo se tratara como adultos a los confirmandos, sino que se les viera como tales. No lo tenemos tan fácil como los nativos, nacidos sin alternativas en su orden mundial heredado, aunque sólo sea porque constantemente se atraviesa en nuestro camino el intelecto que duda, que no puede creer que alguien se vuelva adulto sólo por un ritual.

Si la retirada de los rituales heredados de la propia religión que languidece está bloqueada,[47] otros intentos carga-

dos de conciencia son mejor que nada. Probablemente en esta época de cambio tengamos que recorrer nuevos caminos. Parecemos habernos cortado la retirada debido a nuestro desarrollo intelectual y a la historia de las organizaciones que representan a la religión.

Sólo cuando está claro lo que se oculta simbólicamente tras una escalada se convierte un poco en ritual. Los escaladores son, quieran o no, más conscientes de todos los acontecimientos, y empezarán a preguntarse por su significado. La conciencia de lo simbólico sigue estando enraizada en las personas, aunque no se exprese casi más que en la superstición. Únicamente las ciencias naturales han perdido por completo el acceso a ella.

Todo viaje se puede convertir en peregrinación. Hay alternativas a la pobreza ritual y la perplejidad. Los jóvenes podrían salir solos a un *gran viaje* y vivirlo conscientemente como camino hacia la edad adulta. Lo más adecuado sería un viaje abierto en su duración y destino, en el que las estaciones se desprendieran del propio viaje... una peregrinación con el objetivo de encontrarse a sí mismo. Los jóvenes podrían salir con la actitud de encontrar indicaciones para su posterior camino vital, podrían percibir y asumir con mayor conciencia los sueños e incidencias. Con la correspondiente actitud interior y expectativa de un gran sueño, en el sentido de la visión que buscan los jóvenes indios, crece la probabilidad del éxito. Cuanto más fuerte es la carga que afluye a un viaje de autoencuentro como éste, tanto mayor es el poder que emana de la visión encontrada. De hecho, también entre nosotros todo el mundo tiene sueños importantes, sólo que son olvidados, desplazados al cajón de los «sueños sin dueño», o desaparecen entre las coacciones de las llamadas realidades. Cualquier paciente de psicoanálisis sabe que es posible soñar, sueños importantes para el propio desarrollo. Aunque antes apenas se recordaran los sueños, en una época cargada de este modo pueden emerger en gran número.

Los viajes que buscan el propio camino o el sueño de la vida son, por así decirlo, asesoramiento profesional del propio interior. Encontrar la propia vocación es algo que no se puede sustituir por nada. Dejar este tema central de la vida en manos de cualquier funcionario de la oficina de empleo, que se limitará a hacer un popurrí de notas, formación exigida y evolución de los ingresos en los distintos gremios profesionales, tiene desventajas para todos los implicados, incluyendo a la sociedad. Todos los deseos de cambiar de colegio, de estudios, o de interrumpir los aprendizajes, se remontan al hecho de que los afectados no pueden poner en armonía su profesión con su camino.

La mera idea de enviar a un viaje así a sus hijos puede espantar a los padres actuales. La seguridad les importa más que la vitalidad. Sin embargo, todas las vacaciones posteriores a la pubertad ofrecerían una posibilidad. Seguir llevándose automáticamente a los «niños» a todos los viajes familiares no es un signo de amor, sino una intervención en su espacio vital que les obstaculiza en una fase esencial de su evolución, aunque ellos mismos no lo articulen. Las estancias en el extranjero para conocer el mundo y la vida estarían indicadas y podrían preparar la definitiva despedida.

Terminado el aprendizaje o el instituto, siempre seguiría existiendo la posibilidad de dar una «vuelta al mundo», para encontrarse a sí mismo tras haberse sometido durante años a planes de formación. Un año libre después de ese período necesario, pero no libre, sería una posibilidad de encontrarse a sí mismo. Antes, tras su período de aprendizaje los aprendices de los oficios salían al mundo, y entre estudiantes era habitual estudiar en otras universidades y, temporalmente, incluso en el extranjero.

Los jesuitas cultivan parecida costumbre con éxito. Des-

pués de años de estudio, todo el mundo puede dedicarse durante un año al campo que elija, aunque sea sumergirse en el campo de otra cultura en algún continente de religión desconocida. Semejante uso amplía el horizonte intelectual y la conciencia y alivia el proceso de encontrar el propio camino vital. Naturalmente, el viaje es sobre todo interior, pero puede llevar muy lejos en el ámbito exterior.

Rituales para evitar la adicción

Aunque encontrar rituales de paso positivos es hoy más difícil que nunca en los modernos estados industriales,[48] por lo menos se puede quitar fuerza a los rituales sustitutivos peligrosos. Ésta sería la tarea de los padrinos o de aquellos adultos que se sienten corresponsables del camino que escojan en la vida los niños a ellos confiados. En todo caso, esta intervención de los adultos sólo puede dar frutos si se hace a tiempo y aún es posible dirigirse a los niños.

El primer cigarrillo

Aunque la sociedad fumadora podría estar dando poco a poco *las últimas caladas*, es apremiante introducir tempranamente a los niños en la mala costumbre de fumar para evitar que se queden enganchados en ese intento fallido de ritual púber. Hoy en día es prácticamente imposible impedir que los niños entren en contacto con los cigarrillos. Indicarles sólo los riesgos de fumar no suele servir de nada, y en modo alguno los vuelve más maduros. Pero se les puede invitar tempranamente, es decir, antes de la pubertad, a un ritual tabaquista, da igual si uno mismo es fumador o no. De otro modo, este ritual tendrá lugar en condiciones

más desfavorables, sin participación y por tanto sin ayuda adulta.

La preparación incluye informar detalladamente a los niños sobre las secuelas del tabaquismo e indicarles lo difícil que es llegar a ser adulto. Se trata de explicar que muchos lo intentarán fumando, porque es una costumbre típicamente masculina. Ese intento no se le puede tomar a mal a nadie, pero sería importante saber que no funciona, y que los fumadores son todo lo contrario que adultos, es decir, no libres y dependientes. No hay que despreciarlos por eso, sino verlos con compasión, como a otros dependientes. Al fin y al cabo, bastante mal lo tienen con su dependencia y su propensión general a las enfermedades, que por desgracia no se limita al cáncer y el infarto. Pero como de todos modos te lo van a ofrecer, es importante saberlo todo de antemano en teoría y práctica. Por eso, vamos a hacer juntos un ritual de fumador. Es necesario fumarse un cigarrillo entero, aunque a uno le den náuseas, quizá incluso tenga diarrea y, en todo caso, una tos desagradable. Sin duda es incómodo, pero por esta vez tiene que ser, aunque no se haga más.

Si tras esta introducción uno fuma un cigarrillo con el niño, éste lo experimentará todo tal como se le ha profetizado. Quizá quiera interrumpir el ritual, pero hay que evitarlo en aras del pleno éxito. Puede que el padrino no fumador tenga ciertas dificultades con su cigarrillo, y no hace falta que se trague el humo, pero sería preciso que el niño se trague algunas caladas para sentir el efecto.[49] El padrino fumador puede incluso hablar con más fuerza de convicción, ya que ha experimentado cómo en el curso de su temprana carrera de fumador se volvió adicto, pero no adulto. Esto exige mucha honradez por su parte a la hora de llevar armónicamente a cabo el ritual. Si un niño así introducido tempranamente al secreto del tabaco es invitado después por otro niño, bajo el sello de la confidencialidad, a un supuesto pri-

mer cigarrillo, podrá reaccionar tranquilamente basándose en su experiencia. Sentirá poca atracción, puede que incluso su descripción proteja al otro niño, que no ha contado con esa temprana introducción, de sumergirse más en su proyecto de fumador. De vez en cuando, un niño así inicia por su parte a sus amigos en esa otra forma consciente.

Naturalmente, la presión del grupo a la que están expuestos los niños en esta edad es enorme, y no debe ser subestimada. Incluso si a pesar del ritual común se produce una orgía nicotínica en el próximo curso, el ritual no habrá sido en vano y puede seguir siendo un estímulo para dejar pronto el tabaco.

La primera copa

Igual proceder habría que seguir en relación con el alcohol. En una sociedad en la que el alcohol forma parte de la vida cotidiana y a veces incluso es de buen tono, en la que millones de personas consuelan sus penas, escapan de la cotidianidad insoportable o se dan valor por medio del alcohol, es de esperar que un niño sufra esa influencia. Así, es aconsejable ofrecerle uno mismo el primer whisky en el marco de un pequeño ritual. Tras la introducción acerca del papel del alcohol en esta sociedad, su función en las fiestas y su papel respecto a la idea de la edad adulta, habría que describir también con claridad sus repercusiones sobre el cuerpo y la mente. Esos pocos tragos de whisky no le harán daño al niño y le pondrán de manifiesto que la descripción es cierta. La cabeza le dará vueltas, se le aflojarán las rodillas, y quizá sienta náuseas. También mediante este ritual el niño quedará preparado para posteriores tentaciones de sus coetáneos, que sin duda habrá. Ahora ya sabe y no necesita demostrar nada, ni a sí mismo ni a otros.

El intento de una introducción sensible nunca puede dañar, y sí a menudo ser de utilidad. Aun así, precisamente el alcohol, que en esta sociedad se ha convertido en indiscutible droga de contacto, no se puede dejar razonablemente fuera por completo de la vida. Sólo chocando las copas pueden aún tutearse y aproximarse las personas de las ciudades sin sentirse importunos. Además, los jóvenes emplean el alcohol para darse valor o ahogar las penas. La mejor prevención sería, naturalmente, conducir a un niño hasta su propio valor, de forma que no necesite tales auxiliares.

La trampa envenenada de la embriaguez

De forma análoga habría que manejar los productos del cannabis: la marihuana y el hachís. El primer Joint,[50] fumado juntos y ritualmente, puede sustituir muchas posteriores experiencias propias del niño. Y una vez más la elección no es si se fuma o no, sino sólo dónde y en qué contexto. En determinadas circunstancias habrá que practicar para adquirir experiencia propia y poder dar información competente sobre sus efectos. Serán asombrosamente inofensivos para muchos adultos, lo que se debe a los prejuicios dominantes al respecto. De hecho, los productos del cannabis son claramente más inofensivos en sus repercusiones sobre el cuerpo y la mente que las drogas sociales como la nicotina y el alcohol. En lo que concierne a la condición de adultos, resuelven igual de pocos problemas, y conducen más bien por rodeos al margen de la vida. En cuanto los niños, en el inevitable intento propio, constaten que las informaciones dadas coinciden con sus propias experiencias, los padres o padrinos habrán creado la confianza necesaria para hablar de drogas como la heroína. Si ahora dicen que son tan peligrosas que no se pueden ni probar, probablemente el niño

tenderá a creerlos. La heroína (del griego *heros*, héroe), que alude en su nombre al viaje heroico, conduce siempre a un callejón sin salida, y en la mayoría de los casos a la muerte. Hasta la fecha nadie ha podido superar mejor con su ayuda el viaje heroico de la vida. El sentimiento heroico que la droga facilita es pura ilusión. Más bien la heroína provoca la total negativa al viaje vital en favor de un vegetal dependiente. Uno puede ahorrar con tanta más seguridad este destino a sus hijos cuanto más sincero haya sido de antemano. El que afirma que la marihuana conduce al arroyo y es un instrumento del infierno pero bebe alcohol, será desenmascarado como un simple embustero por sus hijos o las personas confiadas a su custodia. La prueba se encuentra todos los días en el patio de cualquier colegio. Engañados de este modo, los niños creen que todas las informaciones sobre las demás drogas son igualmente falsas. Las falsas advertencias y la falta de información son una trampa peligrosa para muchos adolescentes que aún no han doblado la curva de la madurez.

Rebeliones necesarias

Con todos los bienintencionados intentos rituales por parte de los adultos, habría que objetar que la pubertad siempre tiene que ver con protesta y rebelión. Por eso, tales rituales no se deben hacer con la intención de impedir con ellos la crisis, sino de fomentarla, pero ofreciendo ciertos indicadores de por dónde ir. Por eso es mejor que sean los padrinos quienes asuman el papel de auxiliar, en lugar de los padres. En esta época es particularmente difícil aceptar cualquier cosa de los propios padres, de los que hay que separarse. Como madre o padre difícilmente se puede fomentar la revuelta de los propios hijos. Cuanto más comprensivo

se es con el adolescente, tanto más difíciles se le ponen las cosas. La generación hippie pudo llevar a sus padres a las barricadas con un peinado un poco más largo, pero esencialmente decente, y un par de canutos, y ensayar así la rebelión. Una generación más tarde, los jóvenes tenían que ponerse imperdibles en las orejas, teñirse el pelo de verde cardenillo y pincharse heroína. Es difícil imaginar más niveles de escalada, pero es seguro que cada generación tiene que ensayar su revuelta.

Por eso también los héroes de los cuentos lo tienen más fácil con su perversa madrastra y en general con unos padres horribles. A esos padres se les puede provocar más rápido y abandonar más fácilmente. Los padres liberales que muestran comprensión para todo representan más bien un problema, pues para provocar una verdadera oposición hay que emplear cañones de tanto calibre como la heroína. En cualquier caso, de aquí podría surgir la decisión de no mostrarse como padre más liberal de lo que se es, y no negar las propias posturas sólo para no perder el contacto con los hijos. El buen contacto tiene incluso que perderse gradualmente o ser abandonado, y sin duda es más sensato no llevar al extremo a los rebeldes, sino luchar realmente en los puntos en que las opiniones difieren. Por otra parte, tampoco es adecuado mostrarse más autoritario de lo que se es sólo para ofrecer zonas de fricción a los chicos. En caso necesario, los adolescentes buscan fuera de la familia las imágenes hostiles necesarias para poder delimitarse frente a ellas.

Éxtasis

Un punto importante, cuyas consecuencias alcanzan hasta la problemática de la droga, es el tema del éxtasis. Todo el ámbito de experiencias relacionado con esto es

tabú entre nosotros, mientras formaba parte con naturalidad de la vida comunitaria de las culturas primitivas. En sus rítmicos bailes, largos cánticos mántricos, trances y rituales, como correr sobre el fuego, la gente entraba espontáneamente en éxtasis y experimentaba su unión con ese núcleo esencial interno en el que cada hombre es sano y completo. También esa experiencia es importante para llegar a ser adulto, porque muestra una meta a alcanzar en un momento u otro. En cuanto se tiene un gran objetivo, es más sencillo superar los pequeños pasos, por complicados que sean. Los jóvenes que han visto el objetivo definitivo superan más fácilmente las etapas intermedias. Detrás del problema de la droga, cada vez más grave, se esconden esencialmente la búsqueda de éxtasis oculta en las sombras y el deseo de mucha gente joven de ver el objetivo de la vida sin tener que esforzarse demasiado. Quieren saltar la puerta por medios químicos. Las drogas sólo ofrecen una parte del campo de visión, y eso mismo ya crea adicción, especialmente en una sociedad que ya no tiene un culto vinculante para insertar a las drogas en un marco sensato.

Cuando ya no hay espacio y ejercicios para las experiencias extáticas, las drogas se convierten en peligro, porque abren químicamente y por breve tiempo esos espacios de experiencia, o simulan hacerlo. En este contexto, llama la atención que nuestra sociedad trate de impedir incluso los intentos más inofensivos de ir hacia el éxtasis. En vez de estar contentos de que nuestros hijos tengan la necesidad de entrar en éxtasis bailando en una discoteca, o al menos se desfoguen a conciencia, muchos adultos bloquean incluso este camino inocuo. Sin embargo, la experiencia de los chicos que practican un deporte podría mostrarnos que aquellos que se desfogan regularmente a fondo están bastante a salvo de drogas como la heroína. En momentos de total entrega y compromiso, se pueden vivir momentos de éxtasis

también en el deporte. Los chicos que bailando se ponen en éxtasis y reciben estímulos positivos para el viaje heroico de la vida satisfacen similares necesidades. Así que la mejor prevención contra las drogas es la introducción en las experiencias extáticas, la confrontación con aquello que el hombre busca en última instancia y la iniciación en el modelo vital del mandala, en el que las estaciones y el destino son claramente reconocibles.

Los peligros del éxtasis son visibles. Si todo este tema tiene mala fama es únicamente porque entre nosotros casi no se experimenta más que en relación con las drogas.[51] En la Antigüedad existía el culto a Dionisos, una religión cuyos adeptos se embriagaban con vino para tener experiencias orgiásticas. Naturalmente, entonces no existía el problema social del alcohol, porque el alcohol como droga estaba ritualmente vinculado al culto... Así pues, el problema no son las drogas, sino su entorno carente de *cult*ura y la falta de espacios de experiencia extática. En este punto se puede distinguir también a cuánta distancia de cualquier solución pasa nuestra política en relación con las drogas.

El éxtasis permite salir del ego y tener la experiencia de uno mismo. Con ello, es la posibilidad más impresionante de abandonar el estrecho marco de la vida y avanzar hasta el propio núcleo esencial. Cuanto más estrecho sea el marco, tanto más apremiante es la necesidad de salir hacia el éxtasis. Por otra parte, también un marco inconsistente o la falta de él puede dar alas a este deseo. Ésta podría ser la explicación de que los dos grupos más amenazados sean el de los niños burgueses agobiados por la sobreprotección y el de los niños de clase baja que proceden de unas condiciones caóticas.

PREGUNTAS SOBRE LA PUBERTAD

1. ¿Cómo viví mi primer período/mi primera eyaculación?
2. ¿Cómo viví la irrupción de la sexualidad en mi vida? ¿Tuve orgasmos desde el principio? ¿Cómo fui informado? ¿Qué ambiente reinaba durante la información?
3. ¿Cuánto infantilismo sin resolver queda en mi vida?
   —¿Como y bebo como un adulto o como un niño?
   —¿Qué juegos infantiles impiden mi vida profesional?
   —¿Qué claves permite deducir mi vestimenta a este respecto?
4. ¿Qué papel representan para mí las pruebas de valor?
5. ¿Qué actitud tengo ante los grupos (de mi mismo sexo)? ¿Cómo me siento dentro del grupo?
6. ¿Qué rebeliones he sostenido en mi vida?
7. ¿Qué actitud tengo ante el ascetismo y el hedonismo, ante el ayuno y la comida? ¿He encontrado mi punto medio a este respecto?
8. ¿Hay momentos de éxtasis en mi vida? ¿Cuál es mi relación con la embriaguez?

Ejercicios para la pubertad

1. Fiestas de la pubertad. Con ocasión del primer período, los padres podrían dar una gran fiesta para sus hijas, a la que invitasen a todas sus amigas y conocidas importantes. Si esto se extendiera, pronto desaparecería todo lo que de penoso hay en ello.

Se podría dar también la correspondiente fiesta en el círculo familiar, pudiendo los padres aprovechar la ocasión para anunciar que desde ese momento su hija está capacitada y en condiciones de representar a su madre en distintas circunstancias. Podrían incidir en lo que para ellos significa empezar a retirarse del papel paterno, y lo que, paralelamente, significa para su hija ser adulta. Sería especialmente importante una aclaración oficial de los padres acerca de que es bueno y correcto para los hijos despegarse de ellos en muchos aspectos. Naturalmente, lo mismo se puede poner en escena en el caso de los chicos.

2. Viajes de pubertad. Ofrecen por igual a los que se van y a los que se quedan una incomparable oportunidad de meterse en la nueva situación y familiarizarse con su nuevo papel. Los niños levantan el vuelo para probar sus alas y aprender a llevar la responsabilidad de su propia vida. Se les podría poner en camino con la historia de Ícaro como advertencia y la de Parsifal para darles valor. Los viajes de mochila tienen la ventaja de que obligan de antemano a los jóvenes asaltantes del cielo a cargar con su propio peso y la mochila con las cosas necesarias bajo su propia responsabilidad, a aprender a administrar el dinero durante largo tiempo y a cuidar por sí mismos de que se cumplan sus expectativas. Autonomía y cuidado de sí forman parte de esto tanto como el valor y la alegría por la conquista de nuevos ámbitos vitales. Ganarse ellos mismos el dinero necesario para el viaje profundizaría el ritual. Una etapa *au-pair* podría ser utilizada de forma parecida y cargada ritualmente como oportunidad para un nuevo comienzo a un nuevo nivel.

Importantes presupuestos que hay que satisfacer de antemano serían, por ejemplo, poner punto final a las obligaciones infantiles, el separarse y dar los animales de peluche y otros juguetes favoritos de la infancia y, en general, despedirse de todo lo que tiene que quedar en el país de la infancia y en la patria mientras uno se *pone en camino*.

3. Viajes de los padres. Naturalmente, también se puede dar la vuelta a la tortilla, y los padres pueden volver a volar solos y dejar a sus hijos al cuidado del hogar. Mientras los chicos juegan en casa a ser adultos, los «viejos» tendrían su segunda luna de miel y podrían mirar tranquilamente hacia

atrás, hacia los agitados tiempos que han dejado a sus espaldas.

4. Ritual del árbol. Se podría plantar un arbolito para celebrar la pubertad, que crecería con el chico o la chica y sería su espejo en las fases de su vida. Son especialmente adecuados los árboles como el nogal, que necesitan largo tiempo hasta dar frutos.

5. Ritual de la rueda medicinal. La rueda medicinal de las tradiciones indias es adecuada para múltiples rituales de orientación. La construcción misma de un mandala como éste, que no presenta problema alguno en los espacios naturales adecuados, puede tener carácter ritual. El este representa la niña pequeña, el oeste la mujer adulta, el sur el niño pequeño, el norte al hombre adulto. El ejercicio más sencillo sería meditar en los lugares del joven y del viejo y observar las imágenes que surgen.

6. Ritual del globo. Se puede poner en escena como auténtico viaje en globo, en el que se es llevado por los vientos del instante allá donde quieran. Únicamente en la cumbre se puede cambiar algo. Por tanto, un viaje así sería un espejo especialmente claro del viaje vital en el que podemos determinar el plano, pero no el modelo.

Todo esto se puede hacer también, de forma más infantil, pero mucho más sencilla con un globo de gas especialmente grande y hermoso. El niño podría decorarlo con sus deseos para la nueva etapa, y los padres podrían darle simbólicamente la libertad. Ver cómo el globo se aleja podría ser la meditación final del ritual. Los correspondientes concursos entre niños (¿qué globo llega más lejos?) son preparativos y escalones previos al propio viajar y ascender.

7. Ritual para padres de púberes. Una meditación común sobre las dos grandes tareas paternas, tal como las formula el periodista americano Hodding Carter: que los niños primero echen raíces, y luego dejar que les crezcan alas. Si

una meditación así se lleva a cabo en forma de un viaje interior común de los padres, regularmente y a su debido tiempo, podrían ponerse de acuerdo más fácilmente, al nivel de las imágenes interiores y en la profundidad del trance, sobre muchas cuestiones de la educación y el cuidado de la descendencia.

Fases de los típicos rituales de la pubertad:

—dejar la familia, la patria;
—soportar privaciones, pruebas de valor, rituales de búsqueda;
—ritual de grupo para festejar la nueva identidad del recién adulto;
—fase de enraizamiento: introducción a las reglas de la nueva vida.

6

ADOLESCENCIA

Los hombres no nacen el día
en que su madre los trae al mundo,
sino cuando la vida les obliga
a traerse a sí mismos al mundo.

GABRIEL GARCÍA MÁRQUEZ

Me preguntas, ¿qué debo hacer?
Te digo: ¡vive salvaje y peligrosamente, Arturo!

Al parecer, con la pubertad los jóvenes de las culturas primitivas estaban física y psíquicamente en condiciones de dar el paso definitivo para separarse del nido paterno. Esto ya no es así en los jóvenes modernos. Por una parte, van por delante de sus hermanos y hermanas «primitivos», por otra van por detrás. Al fenómeno de la aceleración,[52] la velocidad en constante aumento del desarrollo físico, se le opone una paralela ralentización del desarrollo psíquico. Los jóvenes modernos alcanzan la pubertad más rápido que antes, pero psíquicamente van cada vez más atrás. Los científicos responsabilizan del primer fenómeno a la mejor alimentación. Si ésta es decisiva para la aceleración del desarrollo físico, cabe sospechar que una peor alimentación espiritual sea responsable de la ralentización del desarrollo psíquico.

Se pueden encontrar abundantes pruebas. En vez de alimentos para el alma, los jóvenes no reciben en este sentido más que *fast food*, lo que sin duda basta para sobrevivir pero no para vivir. La consecuencia lógica es un retraso en el desarrollo. Incluso sobrevivir ya no es tan seguro, y las altas tasas de suicidios de las sociedades sin cultura están ocupadas cada vez más por jóvenes. El suicidio es prácticamente desconocido en las culturas primitivas.

En cualquier caso, los jóvenes de hoy están desbordados con el definitivo corte del cordón umbilical al llegar la pubertad, y así la adolescencia ocupa el centro de los acontecimientos. El período comprendido entre la pubertad y la plena madurez física ofrece la oportunidad de completar el difícil proceso de la emancipación. Este segundo gran abandono del nido paterno corresponde en gran medida al primero, del nido interior de la cavidad abdominal. Ocurre aproximadamente en el momento de la reválida en el colegio. Lo que empieza con la pubertad debe terminar a más tardar con la adolescencia, porque de lo contrario se bloquean las vías de desarrollo de las dos generaciones afectadas.

En lo que se refiere al abandono de casa, las mujeres vuelven a tenerlo, en cierto sentido, más fácil que los hombres, precisamente porque su camino parece más difícil visto desde fuera. Conforme a un modelo firmemente anclado en nuestra sociedad y en muchas culturas, la mujer abandona su casa y sigue al hombre a la suya. Lo que desde el punto de vista personal es vivido como algo riguroso, tiene distintas ventajas a largo plazo. Incluso cuando sólo se sustituye la tutela paterna por la del marido, se produce automáticamente una emancipación, mientras él, tras una breve excursión, entre otras cosas para encontrar novia, vuelve a caer al nido y se ve enfrentado a todos los antiguos modelos. Ésa es una de las razones por las cuales en muchas culturas primitivas los descendientes masculinos son más deseados. A largo plazo se tiene algo de ellos, se quedan. En cambio las hijas han de ser entregadas en un momento u otro. Las mujeres cambian casi siempre de casa, y a menudo también de lugar.

Aunque este modelo siga indiscutido en la mayoría de los lugares del mundo, parece superado en nuestras latitudes. Sin embargo, observando con atención se descubre que sigue funcionando entre nosotros e incluso a jóvenes muy conscientes les cuesta mucho trabajo dejarlo atrás. Incluso cuando los dos miembros de la pareja han dejado su casa muy pronto, con frecuencia se siguen conservando los modelos tradicionales de reparto de papeles, que aparecen, no menos marcados, con otros ropajes. Sin duda también entre nosotros hay más mujeres que hombres que sufren a su suegra, sencillamente porque se sienten más vinculadas a su casa y no pueden liberarse con tanta facilidad. En particular los niños se encargan de mantener esta estrecha vinculación al nido. Aquellas mujeres que en el curso de su emancipación se han desprendido de tales modelos se enfrentan a cambio a problemas similares a los de los hombres en general.

La segunda ventaja esencial por parte de la mujer está, como ya hemos mencionado, en la posibilidad de tener hijos y llegar de este modo, desde el modelo de Venus, que corresponde en cierto sentido al del amor del *playboy* y la *playgirl*, a la esfera materna, donde, con el amor materno, se expresa naturalmente una forma de inclinación más madura. Pero lo más importante es la vivencia del parto mismo, que casi siempre conlleva un paso hacia la maduración. De paso se revive una vez más el propio trauma natal, pero sobre todo es la iniciación en la vida adulta. Obliga, por así decirlo, a pasar del yo al tú.

La adolescencia es la última oportunidad armoniosa que

el tiempo ofrece de hacerse adulto. Pero ¿qué significa eso exactamente? ¿Es la mayoría de edad, que hace no tanto tiempo hemos rebajado de los veintiuno a los dieciocho años? Tal anticipación fue sin duda acertada, ya que con dieciocho se obtenía, a través del carnet de conducir, la plena pertenencia a la sociedad del automóvil, pero con veintiuno no se obtenía nada esencial aparte del derecho de voto y la capacidad civil. En cualquier caso, los tres acontecimientos tienen poca influencia en el paso a la edad adulta, más bien la presuponen.

Está claro que hay personas que a los quince ya son adultas, y otras que con cincuenta siguen lejos de serlo. Está claro que la condición de adulto no se puede definir por la cantidad de tiempo vivido, aunque socialmente no nos quede más remedio. Si se quisiera hacer un verdadero examen de madurez, apenas se podría llegar a acuerdos sobre los criterios, y la supervisión de su cumplimiento sería imposible. Está claro que es la calidad del tiempo vivido lo que hace la condición de adulto. Pero no podemos medir la calidad, como mucho podemos ponderarla. Con la falta de criterios objetivos desaparece la posibilidad de las pruebas, así que las cosas más importantes, como la fundación de una familia y el acceso al poder sobre otras personas, quedan sin control. Aun así, hay ciertos criterios por los cuales se podría valorar en uno mismo si el tema de la edad adulta está más o menos resuelto. Siempre tendrán carácter subjetivo, y no serán expresivos en un punto concreto sino más bien en su conjunto.

Haberse convertido en adulto incluye la disponibilidad básica:
—a abandonar la idea infantil de un mundo feliz;
—a librarse de las antiguas pretensiones de ser atendido;
—a evaluar las consecuencias de los propios actos y a cargar con ellas, es decir, a contemplar las situaciones cotidianas de pacto y las más amplias;
—a asumir la responsabilidad de sí mismo y de otros;
—a orientar su vida hacia la salvación en vez de hacia el bienestar;
—a insertarse en el modelo vital del mandala.

Ser adulto de forma resuelta es también tener el placer:
—de crecer y desarrollarse;
—de ir hasta los límites y, en caso necesario, superarlos;
—de buscar y asumir una vocación;
—de recorrer el propio camino;
—de alegrarse de la forma superior del día, el cenit de la vida;
—de disfrutar la propia madurez.

Ser adulto de forma resuelta incluye, respecto a la pareja, la disponibilidad:
—a emplearse a fondo por ella: físico-materialmente, espiritualmente, intelectualmente;
—a ver un espejo en la pareja, tanto en los buenos como en los malos tiempos;
—a atravesar las crisis, en vez de cambiar de pareja;
—a perseguir una relación para la salvación en vez de para el bienestar;
—a desarrollarse del yo al tú.

PREGUNTAS SOBRE LA ADOLESCENCIA

1. ¿Hasta qué punto soy libre respecto a mis padres?
   —¿Dónde paso las festividades de la vida, como Navidad y Pascua?
   —¿Hasta qué punto regreso a casa voluntariamente?

—¿Dónde está mi casa? ¿La he convertido en mi casa, o sigue siendo la vieja casa de mis padres?
—¿Con cuánta frecuencia y en qué ocasiones pienso: «No quiero llegar jamás a ser como mi madre/mi padre»?

2. ¿Soy capaz de entregarme a la vida?
—¿Mantengo las relaciones sólo hasta que surgen retos y dificultades, o resisto?
—¿Hay en mi vida tendencia a ser el eterno adolescente/la eterna doncella?
—¿Sé seguir mi camino profesional? ¿O me resigno cuando surgen problemas?

3. ¿Tengo tendencias a la adicción?
— ¿Se me han vuelto forzosas las costumbres?
— ¿Surgen miedos cuando no consigo determinadas cosas?
— ¿Vivo momentos de éxtasis?
—¿Qué papel representa para mí la búsqueda del camino vital?

4. ¿Puedo sentirme parte de un grupo de compañeros del mismo sexo?

5. ¿Salgo abierta y directamente al encuentro del otro sexo?
—¿Está mi sexualidad a un nivel adulto?
—¿Persigo sólo hombres paternales o mujeres maternales?
—¿Tengo que autoafirmarme constantemente mediante conquistas?
—¿Es mi sexualidad plena y satisfactoria?

7

MATRIMONIO

Habéis nacido unidos,
y unidos debéis permanecer.
Seguid unidos cuando las blancas alas de la Muerte
separen vuestros días.
En verdad, seguid unidos incluso en el silencio
del pensamiento de Dios.
Pero dejad espacio entre vosotros,
y dejad que el viento y el cielo bailen entre vosotros.
Amaos, pero no hagáis del amor cadena:
más bien haced de él un mar apacible
entre las orillas de vuestras almas.
Llenaos la copa el uno al otro,
pero no bebáis de una misma copa.
Daos de vuestro pan,
pero no comáis del mismo mendrugo.
Cantad y bailad juntos y estad alegres,
pero que cada uno de vosotros esté a solas.
A solas como las cuerdas de un laúd,
que vibran con la misma música.
Daos el uno al otro los corazones,
pero no lo guardéis en el del otro.
Porque sólo la mano de la vida puede coger el corazón.
Y estad juntos, pero no demasiado juntos:
porque las columnas del templo están solas,
y el roble y el ciprés no crecen
a la sombra el uno del otro.

KHALIL GIBRAN,
Del matrimonio

Naturalmente, el matrimonio no es en sí una crisis vital, pero con frecuencia sí el comienzo de una. En la medida en que se abusa de él para huir de la casa paterna, es con bastante seguridad el pistoletazo de salida de una crisis permanente. Si se quiere escapar lo antes posible a las riñas paternas o si uno se casa tardíamente sólo para irse, es casi indiferente en lo que concierne al potencial de crisis. Con frecuencia se añade a esto que en tales situaciones se suele contraer matrimonio con el primero que pasa. Casi nadie dudará de que un puro matrimonio de conveniencia, por ejemplo, para escapar como refugiado de un régimen político odioso, tiene pocas expectativas. ¿Por qué habría de tenerlas mejores un matrimonio que persigue el único objetivo de escapar del estrecho régimen de la casa paterna? El objetivo del matrimonio se cumple en todos estos casos con la boda, y después ya no quedan motivos para seguir juntos. Si aun así se sigue para salvar las apariencias, el crecimiento necesario *en toda relación* estará bloqueado en gran medida. A menudo, sólo una parte persigue determinada finalidad, y engaña consciente o inconscientemente a su pareja en sus justificadas expectativas de una vida y crecimiento en común. En un sentido amplio, si observamos con atención, la estafa conyugal está más extendida de lo que normalmente se supone.

Resumiendo, se puede constatar que al dar el paso hacia el matrimonio la insinceridad hacia uno mismo y hacia la pareja se pone de manifiesto con el paso del tiempo y se convierte en un detonante. Los matrimonios especulativos, concluidos persiguiendo una dote, influencia, estatus u otras ventajas, tienen tendencia a convertirse en cárceles que impiden la evolución y el despliegue de las capacidades en vez de fomentarlas. Si a esto se añade un sello ritual, como por ejemplo el sacramento eclesiástico del matrimonio, la trampa se cierra.

La idea de que una alianza sellada ritualmente se puede disolver a voluntad y capricho mediante sentencias judiciales o firmas es una extendida ilusión. Se subestima de manera ingenua el poder de los rituales. Innumerables parejas sufren las consecuencias de ese error. Años después de separarse, siguen definiendo a sus posteriores parejas por aquella a la que originariamente se entregaron, de la que, libres hace mucho tiempo en sentido espacial y jurídico, no logran liberarse emocionalmente. Los judíos tienen, más armoniosamente, un ritual de separación. La Iglesia católica tiene algo parecido, pero se trata más de un acto burocrático que de un ritual, y en la práctica sólo está al alcance de creyentes influyentes o ricos.[53] Aquí se ve cómo incluso los responsables subestiman el efecto de los rituales. La Iglesia evangélica no dispone de una ceremonia correspondiente, pero tampoco la necesita de forma tan apremiante, porque con la Reforma sus rituales perdieron, con su estricta formalidad, su fuerza vinculante.

Por otra parte, el número de matrimonios contraídos ritualmente disminuye con rapidez, lo que conduce a que los cónyuges no puedan mantener lo que prometen. Este fenómeno se puso especialmente de manifiesto en países de ideología estatal atea. De manera grotesca, se intentó incluso imitar las ceremonias eclesiásticas, porque se confirmó la sospecha de que los matrimonios contraídos sin rito no se sostienen.

Cuanto menos se hayan superado las crisis precedentes de la vida, tanto mayores son las hipotecas que se llevan al matrimonio. Precisamente en el caso de los llamados matrimonios por amor, con el tiempo se mostrarán cualidades de la pareja que uno no pueda soportar. Al principio uno se enamora de todos los maravillosos rasgos que se ven también en uno mismo o que uno querría ver y espera desarrollar. Con el tiempo se produce el conocido efecto costumbre, y

entonces aparecen poco a poco todas aquellas cualidades que uno nunca habría sospechado en él o en ella. Son precisamente aquellos rasgos que uno rechaza en sí mismo los que no se ven y no se quieren ver, los que le repelen a uno tanto que los ha reprimido. Cuando ahora afloran en la pareja, resulta especialmente irritante y perturbador. En principio, nos gustaría que nuestra pareja no reflejara sombra alguna, sino que iluminara sólo nuestro lado bueno. Esto responde al vano sueño del amor eterno. En una relación de pareja así se puede disfrutar mucho, pero no se puede aprender nada.

El discípulo de Jung, Adolf Guggenbühl-Craig,[54] subdivide las relaciones en dos categorías básicas. Habla de la «relación para el bienestar», que discurre cómodamente y no obliga a enfrentarse continuamente con las sombras, y de la relación «para la salvación», en la que nada funciona sin esas sombras. La sabiduría popular formula esto mismo en dos refranes, en torno a los que gira toda relación de pareja: «Igual con igual no va mal», que apunta a una pareja para el bienestar, sin grandes tendencias de desarrollo; «los extremos se atraen» hace referencia a la pareja para la salvación, que constantemente produce sombras y las elabora, es decir, que las quiere integrar.

En las relaciones para el bienestar, ocupa el primer plano la pretensión de que la pareja se encargue de que haya bienestar. Con frecuencia se desarrolla una armonía superficial, que vive de la similitud de los miembros de la pareja y alberga en sí el peligro de la armonía aparente. Esta relación implanta la ilusión de que lo que importa es tener la armonía en primer término o crear el cielo en la tierra, es decir, en el exterior. La verdadera armonía se hace realidad —aunque con dificultades— más bien a través de la relación para la salvación. Necesita tiempo para desarrollarse y no tiene nada de superficial. Está en alianza con la diosa armonía, que por su parte es hija de la diosa del amor, Venus, y del dios de la guerra, Marte, y vive sensiblemente de ambos.

A este último modelo debiera corresponder nuestro matrimonio, por lo menos el cristiano, que, bajo la cubierta de un sacramento, contiene una alianza sagrada. En la medida en que quiere ser sagrado tendría que orientarse hacia la salvación. La idea fundamental es que los verdaderos matrimonios se contraen en el cielo, y los cónyuges están en alianza con Dios. Cielo y Dios representan por igual la unidad, y ésta corresponde a la salvación.

En la práctica, en la mayoría de los casos lo que hay son mezclas de los dos polos, la «salvación» y el «bienestar». Se puede partir de la base de que los matrimonios por amor tienden más a ser relaciones para la salvación, mientras los matrimonios racionales, como los que los padres gustan de orquestar, se desarrollan más bien hacia el bienestar. Cuanto mayores sean las diferencias entre los dos amantes, tanto más fuerte tiene que ser el enamoramiento que supere ese abismo. Enamorarse quiere decir entregarse al eco, vibrar a un nuevo nivel común. Cuanto más largo sea el camino que hay que dejar atrás desde la vibración acostumbrada para ajustarse a una nueva en común, tanto más claramente se percibirá la sensación de enamoramiento. Pero ésa es también la razón de que el amor ardiente se transforme con tanta frecuencia en odio frío.[55] Cuando el o la amada empieza a mostrar caras muy distintas y la relación no se utiliza como oportunidad para el crecimiento común mediante la integración de las partes que faltan a cada uno, sino que se abusa de ella para proyectarse, estamos ante un poderoso explosivo. La sabiduría popular califica a la pareja de *la mitad mejor* de uno mismo, y tiene razón en tanto refleja la otra cara de la realidad, ajena a uno mismo y por tanto más importante. Cuanto más ardiente el amor originario, tanto mayores son las oportunidades de madurar en una relación,

pero tanto mayor también la posibilidad de caer en el odio a través de la proyección.

En el matrimonio racional, el abismo a superar será menor, pues al fin y al cabo se ha buscado una pareja que armoniza con uno. En todo caso el sentimiento amoroso, si es que existe, será consecuentemente más débil, lo que afecta al potencial de odio y las posibilidades de desarrollo. De hecho tales relaciones son con frecuencia más fáciles de mantener a falta de material explosivo, dada la predominante tendencia hostil al desarrollo y el amplio gusto por proyectar. Cuanto más sombras se hayan formado en el curso de la vida anterior, por ejemplo a base de pasos no integrados en la evolución, tanto más podrá sacarlas a la luz la pareja, es decir, tanto más difícil se presentará, pero tanto más rica en oportunidades será. Desde el punto de vista de la evolución espiritual, la integración de las sombras es el sentido prioritario de la pareja.

Si en la fase intrauterina no se ha podido desarrollar la confianza originaria, la confianza en general será escasa. En consecuencia, se buscará confianza en la pareja como complemento, y al principio quizá incluso se encuentre. Pero con el tiempo se harán notar las inevitables sombras, y se empezará a proyectar sobre la pareja la falta de confianza. De pronto, por ejemplo el hombre que repartía confianza mostrará lados temerosos, y quizá ofrecerá a la mujer exactamente aquello que quería evitar con el matrimonio: inseguridad. El destino presentará esa tarea en cualquier caso, pero si elige el camino que pasa por la pareja la pasión de la proyección se avivará especialmente. Si el desencadenante de la inseguridad fuera una catástrofe natural, como un terremoto, la mayoría de las personas podría distinguir detrás al destino, incluso dirían: «¡Es el destino! No se puede hacer nada.» Si el responsable de esa sensación fuera una crisis económica, muchos proyectarían sobre los políticos y buscarían la culpa en ellos. Si es la pareja la que facilita el paso hacia el aprendizaje, la mayoría de las personas tiende a la proyección, aunque en principio la situación sea la misma. Al parecer, hay que reconocer en uno mismo algo hasta entonces desconocido e inconfesado.

Si no se han elaborado la estrechez y el miedo padecidos en el canal del parto, todo puede resultar demasiado estrecho. Además, en la pareja hay cuellos de botella que actualizan también ese tema. Es posible volver a encontrarse aquí con todas las peculiaridades del propio modelo de nacimiento. Los problemas surgen cuando esos temas no han podido ser elaborados hasta ahora. Entonces uno quiere tumbarse de través ante cualquier reto o ir básicamente en oposición a él, tomar precipitadamente las riendas de todo o aplazar los problemas, dejarse arrastrar por las dificultades de la pareja o entregarse siempre en su ayuda sin esperar una recompensa.

Una pubertad mal digerida es una hipoteca aún más pesada para la relación. Quien no ha llegado a ser realmente adulto no puede ser una pareja adulta. Si se busca otro niño, según el lema «igual con igual no va mal», pueden estar jugando juntos sin que ninguno de los dos se desarrolle. En tales constelaciones, la psicoterapia suele hacer saltar por los aires el sistema.

En cambio, si el niño se une a un «adulto» el juego será más emocionante. Pero en la mayoría de los casos no encontrará un verdadero adulto, sino más bien un jugador que haga el papel de padre.[56] Mientras el niño busca en su pareja, inconscientemente, su propio futuro, que le fascina y atemoriza por igual, la pareja «adulta» apreciará en él la propia infancia perdida y por tanto también su futuro, en el sentido del cristiano «si no os convertís y os volvéis como niños...». Las posibilidades están pues en que el uno se vuelva adulto, integrando lo que le falta y la pareja refleja, y el otro descu-

bra la infancia «dorada» en forma de creatividad, espontaneidad, valor y vitalidad, que le falta y que la pareja vive por principio, aunque de forma no resuelta. El peligro es que el «niño» se sienta desbordado por el «adulto» y proyecte su mala sensación, diciendo: «Déjame en paz con tus exageradas pretensiones y deja de arruinarme la alegría y el placer de vivir con tu arrogante mirar de arriba abajo.» La pareja «adulta» podría tener bastante de la ingenuidad e infantilismo de su interlocutor y, en vez de aprovechar la propia oportunidad para crecer, rechazar la tarea diciendo: «¡Crece tú, yo no ando con niños pequeños!»

Quien sólo externamente haya logrado separarse de sus padres casándose con su doble, vive en la nostalgia permanente de dar ese paso y liberarse (de la relación). En un momento u otro mirará a la pareja «de arriba abajo» y descubrirá en ella todo lo que le irritaba en su padre y su madre, porque es lo que le irrita en él mismo. Aquí el sano paso hacia adelante que hay que dar pondrá en peligro la relación. La única oportunidad sería desarrollar con el esfuerzo común un plano de la relación completamente nuevo, lo que no obstante presupone mucha conciencia y compromiso por ambas partes.

Una adolescencia que no se ha empleado para la emancipación se pone la mayoría de las veces de relieve en que la pareja pasa directamente de la casa paterna al matrimonio, para ser allí igual de desdichada. La falta de responsabilidad propia es aquí el hilo conductor. Las esposas piden al marido el dinero para la casa como antaño a papá su paga. El viejo ritual cristiano de la boda reafirmó este modelo básico de que el hombre tiene que tratar a su mujer infantil como un padre y ella tiene que obedecerle como un niño. Típicamente, él la recibe en la ceremonia de manos de su padre, para asumir su papel después de haber pedido su mano.

Pero entretanto tampoco es tan extraño lo contrario. Una mujer madura ayuda a dar el salto a un hombre niño. Desde el punto de vista erótico, es incluso un modelo muy popular entre los jóvenes, porque pueden dar sin miedo los primeros pasos mientras la mujer asume lo esencial de la responsabilidad. En la Antigüedad este procedimiento tenía rango oficial. Las sacerdotisas llamadas vestales iniciaban a los jóvenes en los secretos del amor. Desde entonces, su profesión ha perdido tanto prestigio que esta posibilidad sólo existe excepcionalmente, y tiene poco sentido. Pero el modelo se mantiene, en cierto modo sin intención, ya que las muchachas de la misma edad, en la mayoría de los casos claramente adelantadas en su evolución, toman la iniciativa en materia erótica con mucha más frecuencia de lo que corresponde a la ideología dominante. Si de semejantes encuentros salen relaciones e incluso matrimonios, el problema está en que el ulterior desarrollo de uno de los dos miembros de la pareja ponga en peligro el inestable equilibrio de la relación. Tales relaciones tienden a excluir el desarrollo para no ponerse en cuestión a sí mismas.

Pero, junto a estos temas específicos, las relaciones de pareja pueden actualizar también una serie de problemas que han quedado pendientes en la evolución habida hasta el momento. En cuanto descubrimos en nuestra pareja una nueva vertiente insatisfactoria, tenemos la oportunidad de distinguir un trozo de sombra y aprender a integrarlo. Pero en la práctica exigimos espontáneamente de ella que deje de mostrarnos esos aspectos irritantes, y en determinadas circunstancias incluso amenazamos con cambiarla por alguien que no haga tal cosa. Si por ejemplo una pareja cree estar demasiado desarrollada como para tener aún pretensiones posesorias sobre otra persona, en el caso de sentir unos inesperados celos con bastante seguridad proyectará este problema sobre el otro, diciendo que le ha engañado o

juega con la idea de hacerlo. En vez de agradecer que este difícil tema que aún le faltaba, y sobre cuya existencia se había engañado, aflore en él, proyecta la decepción que siente de sí mismo sobre el otro, y le hace responsable de ella. En realidad, la pareja no fue más que el desencadenante de una tarea irresuelta de aprendizaje. En vez de reconocer agradecido la decepción como fin del (auto)engaño, la convertirá en un problema del otro. En principio da igual lo que haya hecho su pareja: aunque no haya ido a parar a cama ajena, seguirá siendo el desencadenante.

La crisis conyugal siempre es también la oportunidad de ser sincero y decidir. ¿Quiero proyectar los problemas y huir de mi propia evolución, o quiero crecer con las dificultades? Toda crisis ofrece la posibilidad de librarse de los temas pendientes en la evolución anterior. Con esto está relacionada la experiencia de que, tras superar una crisis, uno se siente fortalecido y la relación ha madurado.

En vez de los celos se podría poner en este ejemplo cualquier otro tema, como el ansia de poder, la necesidad de afirmarse o la codicia, y se llegaría al mismo resultado. Al otro sólo puede estorbarle lo que tiene que ver con uno mismo. Cuanto más le estorba a uno, tanto más fuertemente afectado se siente, pero tanto mayor es también la oportunidad para el crecimiento que en ello subyace.

Con todos estos peligros y oportunidades que hay en el matrimonio, no puede sorprender que en todas las épocas se hayan empleado rituales de preparación para este gran paso hacia el desarrollo. Todavía hoy encontramos sus reliquias en las fiesta de vísperas de la boda, en la que los cónyuges y sus invitados rompen loza vieja. «La loza vieja trae suerte», dice el refrán, y es la esperanza de los alegres invitados. Romper lo viejo para que lo nuevo resista sería otra motivación de la orgía de platos rotos. Posiblemente también la idea de desfogarse a gusto por última vez, lo que

también se expresa en muchos usos de la despedida de soltero. Cuando toda la energía destructiva desordenada se ha descargado, las aguas en el puerto del matrimonio podrían quedar tranquilas. Eso podría también haber detrás del regalo que el novio recibe de sus compañeros en la despedida de soltero, cuando le llevan una chica especialmente guapa. Si a pesar de la tentación después está dispuesto a dar el paso y cruzar el umbral del matrimonio, es que es de fiar. Pero posiblemente también sea el fin del matrimonio si la novia tiene noticia de este «ritual». Entonces se habría tratado de una prueba de madurez, y el candidato no la habría superado.

PREGUNTAS SOBRE EL MATRIMONIO

1. ¿En qué sentido repito con mi matrimonio el modelo de relación de mis padres?
2. ¿He encontrado *mi* pareja y *he* encontrado mi pareja?
   —¿Tuvieron mis padres derecho a opinar (oficial/oficiosamente)?
   —¿Con qué sensación les presenté a mi pareja? ¿Hasta qué punto su consentimiento era importante para mí?
   —¿Me he casado con mi «madre»/«padre» o todo lo contrario? ¿Qué similitudes o diferencias hay a este respecto?
   —¿Tengo tendencia a adaptar a mi pareja a mi padre o madre?
3. ¿Aspiro a un mundo tranquilo en el matrimonio, o prefiero arriesgar un «matrimonio para la salvación»?
4. ¿Puedo o podría hacer el papel de madre/padre?
   —¿Recaigo frecuentemente en el modelo infantil?
   —¿Soy en algún sentido la hija mayor de mi marido o el hijo mayor de mi mujer?
   —¿Por qué tengo (no tengo) hijos? ¿Qué me dan? ¿Qué les doy yo a ellos?

5. ¿Estoy dispuesto a apostar con sentimiento por la relación?
6. ¿Qué modelos predominan en mi relación? ¿Qué papeles delego?
7. ¿Hasta dónde llegan mi disponibilidad al compromiso y mi disponibilidad al conflicto? ¿Hay en mi relación algo así como una cultura de la disputa?
8. ¿En torno a qué gira mi matrimonio?
9. ¿Qué significan para mí mis hijos? ¿Qué me faltaría sin ellos?

Ideas para rituales de divorcio

1. Recorrer los puntos esenciales de la relación como en un juego de rol: revivir otra vez el conocimiento, el enamoramiento, la primera decepción, el principio del fin.
2. Llevar a cabo una separación ritual en la iglesia en la que uno se casó: quitarse los anillos y devolvérselos, soltar un echarpe que sujeta las manos unidas, cortar una cinta entre los antiguos esposos, deshacer ritualmente un nudo.
3. Repartir: primero dividir las fotografías, luego las cosas personales, luego los objetos valiosos, por último las posesiones materiales.
4. Ritual de separación interior, llevado a cabo en un marco solemne: cortar durante un cuarto de hora con todo cuidado una foto de boda y destruir cuidadosamente las dos mitades, por ejemplo quemándolas y devolviendo las cenizas a la naturaleza, enterrándolas y plantando encima una planta de la esperanza (nada de nomeolvides o pensamientos), o enviarlas a la pareja.
5. Apartar conscientemente las cosas de la pareja ida mientras interiormente se le aparta del primer puesto en el propio corazón y se le otorga conscientemente otro sitio. No tiene sentido expulsar por completo de la mente a una pareja con la que se está unida por un hijo, porque entonces se extenderá por el reino de las sombras del propio paisaje espiritual. Allí será muy incómoda.
6. Fundir las alianzas.
7. Tirar ritualmente el certificado de boda, quemarlo o enterrarlo.
8. Enterrar ritualmente el hacha de guerra tras consumar la separación y el divorcio; elegir para ello un símbolo adecuado para el hacha de guerra, por ejemplo algo sobre lo que se haya discutido con frecuencia o por lo que se haya peleado.
9. Tras la separación, tomarse tiempo para la fase de excursión a la tierra de nadie.

Ideas para rituales de boda

Se encuentran en abundancia en todas las culturas. La importancia de estos rituales se ve con claridad en la variedad de posibilidades ofrecidas, que contrasta con la falta de otros para el divorcio. Incluso en sociedades arreligiosas, como la antigua sociedad comunista, se hace un notable esfuerzo pseudorritual. En los registros civiles del Primer Mundo, que cada vez pierde más rituales conscientes, se ofrece todo, desde música de órgano hasta incensario, para dar por lo menos un poco de ambiente. También las parejas modernas quieren tener la sensación de que su paso hacia el matrimonio es importante y vinculante. No debe quedarse sólo en el papel. Una especial variedad de rituales costosos, pero menos cargados, se encuentra en Las Vegas, donde cada casino tiene la correspondiente capilla.

8

TRABAJO

Trabajáis para guardar el paso con la Tierra
y el espíritu de la Tierra.
Porque la ociosidad supone ser ajeno a las estaciones
y salir del círculo de la vida,
que camina con dignidad y orgullosa sumisión
hacia el infinito.
Así que trabajad, sed la flauta por cuya alma
el susurro de las horas se convierta en música...
El trabajo es amor hecho visible.
Y si no podéis trabajar con amor,
sino sólo con repugnancia, mejor abandonad vuestro trabajo
y sentaos a la puerta del templo
a recibir limosna de quienes trabajan con alegría.
Porque si hacéis el pan con indiferencia, hacéis
un pan amargo, que sólo calma a medias el hambre humana.
Y si exprimís las uvas refunfuñando
vuestra rabia gotea veneno en el vino.
Y si cantáis a los ángeles y no os gusta
cantar, no hacéis más que enturbiar el oído del hombre
para las voces del día y las de la noche.

KHALIL GIBRAN,
Del trabajo

Dormía y soñaba que la vida era alegría,
desperté y vi que era obligación.
Hice mi obligación, y mira,
la obligación se convirtió en alegría.

RABINDRANATH TAGORE

Las crisis profesionales también pueden ayudar al crecimiento espiritual, porque, como en las relaciones, también aquí se elaboran temas típicos del desarrollo. Como en el caso de la pareja, puede volverse agobiante y la responsabilidad pasar a representar el tema decisivo. Los jefes son tan adecuados como los esposos/as como figuras sustitutivas del padre/madre, que en un momento u otro han de ser combatidos no porque objetivamente sean tan malos, sino porque el niño tiene que librar su combate. Los compañeros pueden asumir papeles de hermanos y desencadenar una competencia entre asentados y recién llegados, que de pronto obtienen más atención y le hacen temer a uno por su posición, etc. Si se ve con distanciamiento a las empresas, a menudo se presentan peculiares conflictos en los que se ve involucrada gran parte de la plantilla. No en vano se habla de empresas familiares, se elogia la atmósfera familiar reinante o los jefes dicen que todos son como una gran familia.

Si tales enredos se ven desde el punto de vista de los distintos afectados, la situación de la empresa puede ser utilizada como posibilidad terapéutica. En vez de despedirse una y otra vez, para encontrarse sin notarlo con los mismos problemas en otro plano, se puede aceptar la tarea de aprendizaje pendiente y abordar con el jefe de sección el conflicto que no se resolvió en su día con el hermano mayor.

El hecho de que en caso de fuga el destino no hace sino volverse cada vez más refinado para volver a traer a colación las mismas tareas pendientes con otros ropajes se demuestra no sólo desde el punto de vista laboral, sino también en las relaciones. Apenas uno ha roto una relación se apunta ya la próxima, en la que uno, de puro enamoramiento, se siente seguro de no sufrir una debacle semejante. La mayoría de las veces, es cuestión de tiempo que la temida problemática reaparezca. Aquí está la posibilidad de aprender sin ayuda psicoterapéutica. Si uno ha fallado x veces el

mismo tiro, al menos en algunas personas brota la sospecha de que quizá los demás no sean los únicos culpables. De ello se deduce que los momentos de rendición y resignación siempre sean los más importantes en las terapias, relaciones y situaciones profesionales. Se puede aprender lo esencial en un momento, pero en ningún sitio es tan difícil como aquí.

A veces las empresas necesitan terapia, igual que las familias, y vuelven a ser los propios trabajadores los únicos en condiciones de dar ese paso. La sociedad, la empresa y la familia se pueden cambiar como instituciones, pero los pasos sustanciales sólo resultan de la ampliación de la conciencia de los individuos concretos. Éstos pueden muy bien distinguir los problemas profundos de la historia de su evolución en las correspondientes estructuras supraordenadas, y trabajar en ellos, naturalmente no en el sentido de «la sociedad tiene la culpa», como gustan de malinterpretar los sociólogos y algunos políticos, sino reconociendo esas estructuras como espejo y utilizándolas como impulso para el propio crecimiento. Por lo demás, también cuando una estructura es modificada desde la cúspide de la jerarquía hay conciencia detrás, en este caso la de un responsable en una posición elevada. Al fin y al cabo, la sociedad tan abundantemente inculpada consiste en individuos.

Los conflictos graves se producen cuando no se ha elegido el trabajo, sino que uno se ha subido al primer tren que pasó o ha seguido sólo las ideas de sus padres. Si los padres han acordado ya el definitivo plan de vida de su hijo, en general será muy difícil encontrar el propio camino. Si es duro para la hija o hijo librarse de la imagen de pareja que los padres han cortado a su medida, igual de problemático les resulta saltar del carril profesional previsto. Si la familia quiere que su hija sea modista o su hijo panadero, la mayoría de las veces no quedan más que dos opciones: seguir las ins-

trucciones o pasar a la oposición. En ambos casos, la indicación paterna es determinante para la decisión. El camino está marcado a menudo por el negocio paterno que se supone hay que heredar o las vías de formación ya tomadas. Si todo ha ido tan lejos que ya no cabe hablar de libertad, a veces es mejor seguir un trecho el camino fijado, y después desbordar un plan demasiado angosto, que resistirse a todo en ciega oposición. Si uno se libra de un corsé, se puede estar seguro de dejar atrás esa temática. En la actitud de oposición, mucho más próxima a los jóvenes, puede ocurrir que se deje decidir a los padres toda la vida, haciendo siempre justo lo contrario de lo que ellos habrían considerado correcto.

A menudo, tales compensaciones no se ven desde fuera. Un paciente, profesor titular en una universidad alemana, se definía como «no electricista» porque no se había hecho cargo del negocio familiar de electricidad. En sus relatos, llamaba la atención del oído experimentado con cuánta frecuencia y exceso de valoración reaparecía el tema de la electricidad en distintos pasajes. El afectado refería más su sentimiento de autovaloración profesional a la negativa a ser electricista que a su carrera de profesor.

Otro tenía que hacerse cargo de la panadería de la familia. A pesar de cierto disgusto, aprendió el oficio practicado por los hombres de la familia desde muchas generaciones atrás y pronto terminó su maestría industrial. Debido a su interés por la salud, pronto transformó su empresa tradicional en una de las primeras panaderías ecológicas, de lo que también aprendieron sus padres. Cuando al cabo de un tiempo esto no bastó, hizo el bachillerato, estudió estomatología, arrendó la panadería y se hizo dentista. Al cabo de algún tiempo también esto le pareció demasiado limitado, y estudió medicina y después medicina natural. Cuando pudo atender a sus pacientes, como médico general y como dentista, con todos los métodos disponibles de la moderna medicina integral, también la alimentación sana representó un papel, y por tanto el pan, con lo que todo había comenzado. Semejante camino es largo, requiere mucha energía y valor, pero a cambio es muy retributivo, especialmente si uno no está tan seguro al comienzo del mismo.

PREGUNTAS SOBRE EL TRABAJO

1. ¿Cómo se produjo mi elección de trabajo?
2. ¿Cuánto de vocación hay en mi trabajo?
3. ¿Qué tiene que ver con los deseos laborales de mis padres?
4. ¿Qué tiene que ver con el trabajo de mis padres? ¿Qué con lo contrario?
5. ¿Qué quería ser siempre cuando era niño?
6. ¿Existe algo así como un sueño profesional?
7. ¿O un trabajo de ensueño?

9

CRISIS ESPIRITUALES

Dios vive en el corazón, en el inconsciente.
Allí está la fuente del miedo a lo indeciblemente horrible, y la fuerza para
resistirse al horror.

C.G. JUNG

Las crisis espirituales[57] se pueden limitar difícilmente en cuanto a su momento y contenido. Pueden darse ya en la primera juventud, pero la mayoría de las veces afectan al período entre la adolescencia y el ecuador de la vida, pudiendo la crisis de la mitad de la vida tener también los rasgos de una crisis espiritual. Es mérito de Christina y Stan Grof haber sacado estas crisis del ámbito de la psiquiatría. Aun así, no resulta fácil delimitarlas, sobre todo porque entre nosotros la psiquiatría, que apenas muestra comprensión por los temas espirituales, administra un cajón de sastre de miseria humana que con mucha frecuencia tiene que ver con problemas espirituales. Sólo de nuestro trato inconsciente con los estados posmortem surge un montón de problemas que alcanzan relevancia psiquiátrica. En última instancia, se envía a la psiquiatría a todas las personas que no se pueden encajar como pacientes o resultan demasiado incómodas para la sociedad. Esto va desde criminales hasta adictos.

A menudo, detrás de otros diagnósticos nada sospechosos se ocultan problemas espirituales. Hace años traté a una niña autista de cinco años que no tenía contacto verbal alguno con su entorno, aunque antes lo había tenido. La medición de resistencia superficial mostró desde el principio que reaccionaba a todos mis relatos, y del modo más persistente a las historias naturales de corte legendario. Cuando las amplié y fantaseé cada vez más en los mundos de los elfos y las hadas, llegó por fin el momento anhelado en que la pequeña rompió su silencio. Al principio de forma muy titubeante, quería saber si de verdad podía ver a todos esos seres. Cuando le expliqué que por desgracia sólo podía verlos con el pensamiento, pero que había personas que podían verlos en la naturaleza, me explicó su bien guardado secreto: ella podía ver todos esos seres y cosas inusuales y algunos otros, pero nadie la había entendido. Al contrario, la habían reñido y se habían burlado de ella. Así que se había retirado, ofendida, a su propio mundo interior, y allí se había quedado durante un año. Naturalmente, nunca se había tratado de un caso de autismo. Pero si el hechizo no se hubiera roto a tiempo, habría podido desarrollarse un caso psiquiátrico. Un psiquiatra habría dado un diagnóstico de autoexclusión de la sociedad.

En todos los diagnósticos psiquiátricos hay que estar muy atento. Incluso detrás de cuadros patológicos clásicos, como la esquizofrenia o la ciclotimia, se pueden encontrar muchos puntos de apoyo espirituales en cuanto se mira con atención tras las bambalinas de la demencia y en las profundidades del alma. El psiquiatra americano Edward Podvoll ha hecho aquí un trabajo pionero, que expone en su libro, magníficamente ilustrativo, *Los atractivos de la locura*.

En última instancia podríamos incluir los fenómenos de posesión, las crisis no elaboradas tras experiencias con la muerte, pero también los problemas de adicción derivados

sobre todo de una búsqueda fallida, entre las crisis espirituales. Tenemos que añadir también todas aquellas locuras paranoideas provocadas por técnicas de represión, como el pensamiento positivo,[58] que están aumentando con la ola de esoterismo.

Pero sobre todo nos importa aquí ese fenómeno que los Grof llaman proceso de Kundalini. Mientras la mayoría de las personas de esta sociedad tienen sólidas defensas contra los procesos espirituales, algunas están demasiado abiertas a ellos. Naturalmente, entre ellas se incluyen muchas procedentes del escenario esotérico. O han consumido con demasiada vehemencia todas las técnicas posibles o se han enredado en una. Un hombre sensible no tiene más que empezar con una técnica eficaz de meditación poco vinculada a la Tierra, por ejemplo una meditación mántrica como la MT.[59] Cuando tiene las primeras experiencias hermosas en su mundo interior y medita cada vez más, a pesar de las advertencias de su maestro, puede ser que en el plazo más breve llegue a un nivel de desprendimiento que le asuste a él y su entorno. Esto no es culpa de la técnica de meditación; simplemente, es eficaz. Lo que por breve tiempo es maravilloso, puede alcanzar dimensiones espantosas si se exagera. Quien hace incesantemente ejercicios adecuados para disolver el ego sin apegarse entretanto a la tierra con las actividades correspondientes, no debe sorprenderse si pierde el contacto con el suelo y deriva hacia la experiencia psicótica.

Lo que *florece* en el individuo depende exclusivamente de su paisaje espiritual. Pueden alternarse maravillosas experiencias con terribles vivencias de la sombra. Las situaciones de euforia le permitirán posiblemente viajar sobre la ola de locos sueños a reinos de sensaciones de abrumadora intensidad, o habrá negras nubes que vuelvan lúgubre su camino. En pocas palabras, las imágenes interiores tienen po-

der sobre él e inundan su alma desprotegida. Con frecuencia, detrás de las experiencias de tales pacientes se puede distinguir el componente espiritual, lo que no obstante les sirve de poco a la hora de aclarar su situación. Si se sienten barridos por arrolladoras sensaciones y arrastrados hacia la nada, o disueltos por el viento, o tienen miedo de extraviarse en el universo, un excurso terapéutico que lleve al budismo a través del significado de la nada estaría bastante de más. En cuanto las imágenes inundan al paciente, que el terapeuta se las interprete carece de sentido para él. Querer clasificarlas como vida anterior o cosa por el estilo es igualmente inadecuado. Visto desde fuera, puede ser fascinante que los pacientes se metan dentro de otra persona, de manera casi extrasensorial, y puedan sentir como propios estados de ánimo y sensaciones ajenos. Naturalmente, son hermosas experiencias para una ruta, mientras se esté asentado en la tierra y delimitado de alguna manera. Pero para los afectados son aterradores síntomas de falta de delimitación. Esa sinceridad que ofrece todo el escenario esotérico —y el propio afectado, hasta hace poco— se convierte ahora en maldición. Uno recuerda el refrán «¡Ten cuidado con lo que deseas, porque te puede ser concedido!». También la elogiada energía Kundalini, que da nombre al fenómeno y a la que aspiran todos los que no la han probado se presenta en potentes olas, arruina el sueño y hace que a veces el cuerpo se contraiga y patalee inconscientemente de un modo que llena de terror y pánico a los afectados. Ya no son dueños de sí mismos, y eso se les hace patente de forma drástica. Gopi Krishna describe que incluso los baños de agua helada son incapaces de amortiguar el ardor interior. Pero lo más aterrador suele ser la mezcla de imágenes y sensaciones, ese cajón de sastre, al principio en su mayor parte indiferenciable, de recuerdos personales, temas arquetípicos, modelos míticos y religiosos, que pueden mezclarse según la prehistoria espiritual del individuo hasta llegar a locuras de pecado y culpa y todos los desagradables complejos que quepa imaginar. Ni siquiera se pueden disfrutar agradables experiencias de luz y momentos de increíble penetración, porque el miedo lo tapa todo. Probablemente ese miedo sea el tema central y lo peor de un estado que los afectados aprecian con relativa claridad. La completa inmersión en otro mundo que algunas psicosis traen consigo falta aquí, y por tanto también el alivio gradual que parte de ella. Por extraño que pueda sonar, en una psicosis profunda a menudo se está protegido del daño espiritual por la pérdida casi de todo contacto con la realidad.

En la pesadilla del alma producida por una crisis espiritual, hay no obstante conciencia suficiente para sufrir horriblemente con todas las manifestaciones que se dan y sentir siempre el miedo de perderse a sí mismo. En última instancia, se vive bajo el pánico de que el ego pueda disolverse. Es el ego el que vive de la delimitación, el que siempre tiene que clasificar y ordenar y sólo se siente bien cuando se distingue de los otros. En el intento de trascender al ego, lo que no significa otra cosa que curarse, uno se ha encontrado con su propia sombra. Pero esto no está mal, porque forma parte de la totalidad. Autorrealización quiere decir integración de la sombra. En todo caso es un largo camino, que requiere una dirección segura y no debe ser precipitado. El encuentro con la sombra es forzoso en este camino, pero no de golpe y porrazo, porque entonces a uno se le funden los fusibles y se es víctima del propio lado oscuro. La culpa no la tienen las técnicas, ejercicios, ni siquiera las drogas, que desencadenan con frecuencia estos estados; la única responsabilidad es del abuso de todas estas cosas, y a menudo también de la falta de unas condiciones seguras para este camino. Hay que aprender a asegurarse mejor, acostumbrar lentamente el sistema nervioso a estos ámbitos de experien-

cia, y entonces se pueden arriesgar los pasos correspondientes. En la Biblia se dice varias veces que los hombres no están en condiciones de soportar la visión directa de Dios; ni siquiera Moisés, el máximo consagrado por Dios, puede mirar sin riesgo tanta luz, y cierra los ojos. De ello no podemos deducir que Dios o la luz sean malos o peligrosos. Sólo hace falta el método correcto, la correspondiente dirección y el momento adecuado para entrar en contacto con él.

Las experiencias de la crisis espiritual son correctas, como todos los síntomas, pero pertenecen a un estado superior de conciencia en el que se trasciende al ego. Luego ya no da miedo sentir que no soy nada, que no hay límites y el espacio y el tiempo son ilusiones. Para soportar la experiencia, como no sabe nada, Sócrates tiene antes que convertirse en sabio.

Para que esos estados se puedan revivir y no sólo soportarlos, sino incluso disfrutarlos, primero es necesario disponer de un retorno seguro del oscuro viaje. La mayoría de las veces, después los afectados ya no quieren hacer más excursiones a las profundidades del alma, y se recuperan de la sobredosis de psique dedicándose a actividades completamente profanas. En esto habría también una oportunidad para el contacto con la tierra durante la crisis. Comparado con el exceso de energía, y por tanto del elemento fuego, con la profundidad e intensidad de las sensaciones, que serían atribuibles al elemento agua, y con la fuga de pensamientos, marcadamente aérea, falta el elemento terrestre.

Un contacto concreto con el suelo, por ejemplo trabajando en el jardín, puede ser un magnífico contacto con la tierra. En todo caso, al principio los afectados encontrarán poco gusto en él y tendrán que ser reforzadamente motivados. Todas las actividades sencillas y artesanales, que no exigen mucho al intelecto, pero lo vinculan de forma que no pueda escaparse y partir a sus viajes —en ese instante in-

sanos—, son sensatas. Todo lo que a través del movimiento provoca un leve sudor puede ayudar también. En todo caso, hay que prestar atención a que los pacientes no lo apuesten todo a liberarse con rapidez de la marea de imágenes o sensaciones sudando a chorros. Interminables visitas a la sauna serían en esta situación especialmente peligrosas. Son sensatas las actividades simbólicas, como recoger y limpiar, así como los largos paseos por la naturaleza. Todo debe estar orientado al contacto con el suelo y tener siempre relación con la materia.

Esto vale también para la alimentación, que puede ser algo más jugosa. La comida vegetariana, todas las dietas sensibilizadoras como la comida cruda y similares, son completamente inadecuadas y deben ser sustituidas por algún tiempo por una dieta sana pero pesada. Ahora, excepcionalmente, el asado de cerdo es mejor que la fruta. La dieta psíquico-espiritual debe ser igualmente jugosa. Todos los ejercicios espirituales cuyo objetivo sea la ligereza deben ser omitidos, especialmente las meditaciones con los ojos cerrados. Una meditación tan dura como el Zazen, en la que se mira el suelo con los ojos abiertos, puede ser sensata bajo la correspondiente dirección terapéutica. En todo caso, hay que dejar las drogas fuera de juego. Las drogas psicodélicas, como el LSD y el peyote, podrían desencadenar escapadas y serían muy peligrosas. Las drogas como la nicotina y el alcohol nunca son buenas, pero aquí son defendibles como drogas de refugio. En general, es mejor prescindir de las drogas químicas, sobre todo porque no acortan la experiencia sino que la reprimen y, de este modo, incluso la prolongan. En todo caso, a veces no se podrá pasar sin somníferos y tranquilizantes.

Una ayuda esencial serían una buena relación de pareja y un intenso contacto físico, que la mayoría de las veces es percibido como agradable porque transmite la sensación de

estar dentro del cuerpo, de estar ahí. En ese sentido también sería recomendable el sexo, en todo caso no con intención tántrica,[60] sino siempre con el objetivo de liberar la energía acumulada en el orgasmo.

Bajo la protección de ese contacto con la tierra, se puede intentar terapéuticamente crear orden en el mundo de imágenes cuya abundancia enferma al paciente. Esto tiene sentido sobre todo hacia el final de la crisis, porque frecuentemente aumenta la necesidad de ordenar y aprender a aceptar las experiencias habidas. Hay que pensar aquí en métodos como los empleados en la terapia de reencarnación. En cambio, son desaconsejables ejercicios como el *rebirthing* o todas las técnicas que pueden poner aún más energía en movimiento.

La mejor prevención de tales crisis consistiría en guardar el equilibrio entre experiencias de presencia y de trascendencia. El descanso y la actividad deben mezclarse en la proporción correcta. Para ello también es necesario aprender a evaluar correctamente las técnicas empleadas sobre la marcha. El camino más sencillo no suele ser el más seguro, por ejemplo la sombra no se puede reprimir, sino que ha de ser iluminada. El pensamiento positivo con tendencia a la represión es uno de los más eficaces pasaportes hacia la locura, en forma de paranoia. De forma muy general: no correr demasiado pero tampoco dormirse en el camino hacia el centro. Puede ser de ayuda la imagen de los indios, que parten de la base de que hay que tener las raíces firmemente ancladas en la Madre Tierra para alzar la cabeza hacia el Padre Cielo.

10

CLIMATERIO O CRISIS DE LA MEDIANA EDAD

Amén, esto os digo:
Si no cambiáis y os volvéis como los niños,
no entraréis en el reino de los cielos.

JESUCRISTO

Los caminos que conducen a la conciencia
son varios, pero siguen ciertas leyes.
En general, el cambio empieza con
la llegada de la segunda mitad de la vida.

C.G. JUNG

Si hemos hecho justicia al mandato bíblico y hemos sometido la Tierra,[61] alcanzamos el límite exterior del mandala. La única posibilidad constructiva que queda en el modelo es el retorno. La decisión a tomar en esta crisis se refiere a si damos la vuelta conscientemente o dejamos que el destino nos gire con firmeza mientras insistimos en seguir en el borde del mandala. La posibilidad de seguir como hasta ahora no existe, aunque muchos hombres modernos la exijan. Podemos verlo con toda facilidad en el mandala: ningún camino lleva fuera del círculo de la vida. Jamás un ser humano ha superado ese límite y, en principio, nunca podrá

ocurrir en el futuro. Quien trate de seguir en la misma dirección se encontrará cara a la pared y mirando hacia fuera, hacia la negra nada. El camino parece perdido, todo lo demás absurdo. Esta actitud suele desembocar en la depresión.

C.G. Jung recurre, en una conferencia pronunciada en 1930 bajo el título «Giro en la vida» al curso del sol como parábola: «A las doce del mediodía empieza el crepúsculo. Y el crepúsculo es el reverso de todos los valores e ideales de la mañana.» En la misma conferencia se queja: «Lo peor es que hombres inteligentes y formados viven sin conocer la posibilidad de tales cambios... Entramos en la tarde de la vida profundamente faltos de preparación; peor aún, lo hacemos bajo el erróneo supuesto de nuestras verdades e ideales vigentes hasta entonces.»[62]

En el modelo del mandala se encuentra la explicación de por qué esa transición al centro de la vida conduce a la catástrofe para tantas personas. La palabra «catástrofe» viene del griego, y significa inflexión. De hecho, tenemos la elección de comprender este período como punto de inflexión y acometer voluntariamente un cambio, o enfrentarnos a él y sufrir involuntariamente una catástrofe en el sentido habitual del término. En todo caso, será casi inevitable cierta medida de sufrimiento, porque siempre hay que abandonar algo familiar y sacrificar algo antiguo, en este caso la dirección vital habitual durante decenios. Igual que incluso el parto suave, planificado y de curso óptimo, hace daño, también el nuevo nacimiento en la mitad de la vida deparará dolores. En todo caso, la dimensión de este doloroso giro y sobre todo el tiempo que se empleará en este punto crítico dependen de la actitud interior.

Hay distintas razones para que la crisis de la mitad de la vida destaque entre las demás crisis vitales. Sin duda tiene una importancia esencial la necesidad del inminente cam-

bio de dirección. En todas las crisis anteriores cambiaba el nivel del resto del camino, pero la dirección era la misma. Ahora, en el centro de la vida no se va más allá, sino que se retrocede. Con los años del *cambio* cambia la dirección de la vida, y eso cuesta trabajo debido a las cuestiones de principio que subyacen. Realmente todo cambia, para bien o para mal. Nada puede quedarse como estaba.

Otra razón de la dificultad de esta problemática está en la exigencia de balance de la vida anterior y de las futuras tareas. Después de la mitad de la vida hay mucho más material que al principio. En particular salen a la luz los asuntos sin resolver, como los llama Elisabeth Kübler-Ross, desde las relaciones que no se vivieron hasta los deseos infantiles pendientes.

Pero la razón más importante para que este período sea amenazador podría estar en el llamamiento a soltar lastre. Esto es muy desagradable para las personas con una orientación materialista. Si hasta ahora se trataba de ampliar, desde ahora se trata de dejar atrás lo que no es más que un obstáculo en el camino de regreso del alma. Ahora lo que importa es la evolución, en el verdadero sentido del término. Hasta ahora, todo lo que entraba bajo este nombre era realmente vinculación. Dejar atrás los vínculos de la vida, anudados con tanto esfuerzo, y desarrollarse, soltar las amarras que unen al mundo, es en realidad una hermosa tarea que los hombres primitivos aprecian. Pero los modernos odiamos la idea de separarnos de las posiciones, puestos y posesiones alcanzados.

Y eso que no todo nos iría tan mal, porque antes de llegar a este punto han venido el tiempo de la madurez y la cosecha y el disfrute que pueden traer consigo. Es asombroso cómo algunas personas desean cosas durante toda una vida y lo desvalidos que se quedan cuando se trata de disfrutarlas. Ahora sería el momento de tomarse unas vacaciones y

utilizar por fin la casa de vacaciones. Ahora se tendría tiempo para leer todos esos libros para los que no se encontró el momento en el torbellino de la actividad anterior. Ahora se puede botar el barco de vela, montar a caballo y disfrutar del jardín. Ahora debe empezar la vida de ensueño que se ha deseado durante tanto tiempo. Sin duda tales acciones no representan la solución, pero pueden procurar ese ocio en el que los pensamientos correctos tienen mejores posibilidades. Es significativo lo difíciles que resultan las cosas aparentemente fáciles y agradables. Tras una vida de rendimiento y construcción, cambiar a la sensualidad, la reflexión y la búsqueda del sentido desborda a muchos. En el climaterio se esconde la palabra «clímax», punto culminante, y como tal está pensada esta fase de la vida. La palabra «menopausia» recalca por otro lado la pausa en que, desde ahora, empieza algo nuevo.

A algunos la economía se lo pone fácil, sin que ellos quieran, y los deja libres por falta de trabajo a principios de la cincuentena. En parte cargados de asombrosas indemnizaciones, estos antiguos partícipes de la economía tendrían su vida a su disposición y podrían disfrutarla y pensar lentamente en el camino de retorno. Pero después de haber guiado su vida, profesional y privadamente, en una sola dirección, no encuentran el camino. En vez de estar entusiasmados ante la oportunidad que se les ofrece, muchos reaccionan a esa situación de ensueño con abatimiento y depresión. Ya no se sienten necesarios, y no quieren aceptar que se han vuelto superfluos en su antigua posición. Pero en especial ignoran que ahora les esperan tareas más importantes. Otros no saben qué hacer, y empiezan, por pura desesperación, a revolver las cosas de su mujer, transformar el jardín en un parque, o buscan ayuda psicoterapéutica. Sin duda la industria no trata desinteresadamente de ayudar a tantas personas a tener una segunda mitad de la vida pacífica y llena de sentido, pero al menos a algunos les sirve de alto para seguir como hasta ahora, lo que es absurdo en relación con la perspectiva vital. Quien se orienta tan unilateralmente en una dirección en la que ya no hay hacia dónde ir sufrirá enormemente. Todos los intentos de poner en marcha una segunda carrera fracasan porque no es el momento adecuado.

Por otra parte, puede ser el momento adecuado para encontrar ese ámbito que, para uno, es más vocación que ocupación. Y que seguramente guardará una relación de contenido con el tema nostalgia y cambio. Por el ámbito cristiano, conocemos el gran cambio que todo lo pone patas arriba en la vida y que trae una nueva dirección. Aunque la nueva vocación repercute a veces en el exterior, la orientación interior es más decisiva y esencial. Un cambio así sería la proverbial conversión de Saulo en Pablo o la conversión de san Francisco de Asís, que *toma la curva* que le lleva de mujeriego a santo.

Los consejos bienintencionados a las personas que han elegido la parte no resuelta de la crisis y se sienten mal y depresivas se equivocan cuando tienden al «más de lo mismo». No es hora ni de poner en marcha otro intento profesional, ni de montar un negocio, adquirir otros coches o más inmuebles. Es hora de hacer balance y soltar lastre, en vez de acumular otro nuevo.

Para un indio que llega a esta edad, el problema es pequeño. En su cultura la ancianidad es muy respetada y la muerte es una estación de paso a otro mundo, sin miedo alguno. Cuando siente llegado su momento, *retrocede* un paso voluntariamente, deja a los jóvenes ocupar su lugar y se une al consejo de ancianos de la tribu. Como la anciana india en la misma situación, sólo tiene cosas que ganar, no sólo personalmente sino también para el prestigio de su tribu. La india sabe que cuando cesen las hemorragias será madre, y cuan-

do cesen definitivamente se convertirá en gran madre. Si lo primero es motivo de alegría, lo último es motivo de gran alegría.

Lo mismo vale para la mayoría de las culturas primitivas. En cambio, entre nosotros el retroceso tiene un regusto negativo de fracaso, entrega y formar parte de la *vieja guardia*. Resignarse está considerado negativo, significa literalmente retirar el signo, la marca y la firma. La preocupación por las necesidades materiales se ha vuelto superflua, y aquí sería necesaria resignación en sentido positivo. Desde otro punto de vista, en la ancianidad se trata precisamente de dar testimonio *(signum)*, incluso de ser signo y tener significado. En egipcio, los conceptos de «ancianidad» y «significado» se señalan con el mismo jeroglífico.

Independientemente de tales consideraciones, la devaluación del período que sigue al cambio es entre nosotros un hecho que nadie puede ignorar. Se pone de manifiesto en las titulaciones acuñadas por la juventud. Aunque sea en broma, expresiones como «carroza» para los de más de cuarenta y «vejestorio» para los que han superado los cincuenta dan una impresión de desprecio básico de esas fases de la vida.

Antes había en nuestra cultura reglas para una retirada ordenada del frente directo de la lucha por la vida, que concedía mejores oportunidades a las dos partes, al viejo que se apartaba y al joven que se acercaba. A veces esta transición sigue funcionando aún hoy en el campo. Cuando el trabajo resulta demasiado riguroso, el viejo campesino entrega la granja a su hijo y se retira a la parte reservada a los ancianos. También jurídicamente traspasa todas sus propiedades a la generación siguiente, y sólo se reserva el derecho de vivir en una casa con su mujer, la anciana campesina. Esta separación espacial puede exigir grandes sacrificios materiales, pero es razonable y se lleva a cabo de forma relativamente estricta, y el Estado la antepone incluso a sus propios intereses. Cuando, por ejemplo, en una región ya no se dan licencias de obra, se hace una excepción con ese tipo de casas. Ahora que llevar la casa y la granja termina de forma abrupta, automáticamente otros temas pasan a primer plano en la vida de la anciana pareja. Extensos paseos por el antiguo *campo* de trabajo entran ahora en juego, y a menudo también la visita diaria a la iglesia. Pero el tema del poder y la responsabilidad queda al margen, incluso en las pequeñeces el padre preguntará al hijo y pedirá su consentimiento antes de hacer nada en la granja.

En los niveles de dirección de las grandes empresas, el traspaso de poderes de una generación a la siguiente funciona especialmente cuando la empresa cae en una crisis y se buscan chivos expiatorios. Dada la dureza de la lucha por la vida, los viejos son muy adecuados para eso, y en vez de dimitir a tiempo voluntariamente son enviados a casa expeditivamente. En las crisis estructurales de la economía los responsables a todos los niveles tienen esa desgracia, que en caso de apertura intelectual resulta ser una suerte.

Tales planes vitales, intencionados o derivados en crisis, tienen, al menos temporalmente, asombrosas similitudes con el modelo vital que subyacía, por ejemplo, en la cultura clásica india. Allí se partía de la base de una longitud ideal de la vida de 84 años, de los que los primeros 21 estaban reservados al crecimiento y aprendizaje, los 21 siguientes a la expansión de la familia y el trabajo, otros 21 al aseguramiento y consolidación de esas estructuras, y los últimos sólo para la evolución espiritual. El que alcanzaba la edad de 63 años, se apartaba de todo y se ponía en camino hacia Benarés para dedicar allí los años que le quedaban al crecimiento intelectual y espiritual, a orillas del río sagrado, el Ganges.

C.G. Jung decía que las personas que descubren la espiritualidad antes de la mitad de la vida tienen problemas, y

que las personas que no encuentran la espiritualidad después de la mitad de la vida caen en las peores crisis de sentido. La primera parte de esta manifestación señala que un acceso muy temprano a los temas espirituales conduce fácilmente a un abandono de las tareas realmente pendientes. Meditar en vez de madurar no es solución. Todo tiene su momento, y lo que en su momento vale su peso en oro puede en otro llevar a un callejón sin salida. Descubierto demasiado pronto, el esoterismo conduce fácilmente a la excusa. En vez de afirmarse ante la vida, uno se recluye en un Ashram. En vez de anclarse firmemente en la polaridad, se huye a la propia nube, a la propia casita de cuco. En las culturas orientales, el Ashram no es un gran problema, porque allí los gurus se encargan de que la vida espiritual no se convierta tempranamente en demasiado idílica, y sólo se queda en el Ashram quien realmente debe estar en él. En el curso de la ola esotérica occidental, esto ya no es tan fácil, porque en la lucha por conseguir adeptos más de un autodenominado guru[63] acepta simplemente a todo el mundo.

Los clásicos modelos de transición para la separación de la vida activa, orientada hacia fuera, ya no funcionan demasiado ni siquiera en la India, y son la excepción entre nosotros. Esto se pone de manifiesto en las empresas familiares y en la política. En la medida en que el poder y la influencia desplazan los demás valores, la antigua generación se aferra a las palancas del poder. En este momento, el mundo está gobernado esencialmente por ancianos que han dejado pasar el momento de retirarse. Cuando por miedo a tener que entregar el poder antes de tiempo se encargan de que no les surja ningún sucesor, aparece el peligro. Al aferrarse al poder, hasta llegar a saltarse una generación entera, puede surgir un amenazador vacío de poder como el que hubo en Yugoslavia a la muerte de Tito o en China después de Mao. Tales gerontocracias se encuentran cada vez más también

en empresas y familias, en perjuicio de todas las generaciones.

El escritor suizo Max Frisch escribe sobre los marcados por la edad: «Mientras desaparece su capacidad para el placer, a veces la política es el último recurso para sentirse superior, precisamente como señalado. Apenas le seduce la ya espontaneidad; el cerebro calcificado casi no se irrita; sus decisiones políticas no proceden de la imprudencia, sino de la esclerosis; funciona como un aparato; ni está enamorado del riesgo, ni lo teme; ha sobrevivido ya a más de una decisión errónea; la falta de imaginación le permite hacer una ponderación objetiva sin espantarse ante las consecuencias, no puede considerar tan importante la vida de la gente, no puede considerarla decisiva, él mismo apenas tiene vida que perder, y cada vez es más adecuado para ser jefe de Estado.»[64]

La desaprovechada retirada del ámbito del poder temporal y de los negocios cotidianos impide también asumir el poder intelectual, en el sentido de marcar la orientación, como lo tiene el consejo de ancianos en algunas comunidades.

La casa real inglesa ha dado involuntariamente el espectáculo público de una transición generacional desaprovechada y echada a perder, que de ese modo se convierte en un clásico conflicto generacional.[65] Si alguien es educado para ser príncipe y después rey durante la infancia y juventud y luego se le priva año tras año de los frutos de ese duro entrenamiento, no debe sorprender que empiece a hacer tonterías e inconscientes actos de sabotaje. Sin un largo e intenso adiestramiento durante las dos primeras décadas de la vida, casi no es posible mantener el tipo, como se puede ver en la correspondiente princesa. Cuanto más hace esperar la entrega del poder la madre, tanto más desesperada se vuelve la situación. Entretanto ha esperado tanto tiempo

que ya se han acumulado razones suficientes para aplazar una generación el cambio de poder. Pero con eso le ha quitado a su hijo, en un doble sentido, el sentido de su vida, primero al quitarle la infancia y después su vocación; la abuela se encarga de sus nietos, y ella misma se engaña sobre el retorno de su espíritu. La responsabilidad de todo la proyectará posiblemente sobre su hijo, su esposa y su estilo de vida. Pero eso lo tiene en común con todos aquellos que, poseídos por el poder, no se retiran a tiempo. Siempre hay motivos para considerarse insustituible, si se buscan con ahínco y tozudez.

En una sociedad que ignora el modelo vital del mandala, puede darse hasta el aplauso a tan irresponsable conducta, sobre todo si uno se presenta hábilmente como reteniendo el cargo de manera sacrificada y desinteresada en aras de una causa superior, el bien de la nación, el partido, la empresa o la familia. Si es ir*respon*sable porque ya no se está en condiciones de responder a las exigencias del modelo vital. Cuanto más se aparta uno del propio camino, más se pierde la capacidad para la respuesta adecuada y más irresponsable se es. El sufrimiento que con esto se desencadena en uno mismo y en los otros afectados es la medida del propio extravío.

En el fondo, todo afectado por la crisis de la mediana edad siente la invitación al cambio que subyace en la calidad del tiempo. Pero cuanto mayor sea el miedo a separarse, y en última instancia a morir, la sobrevaloración de la propia persona hasta llegar a sentirse insustituible o incluso el miedo a la falta de perspectiva sin la posición alcanzada, tanto más se ignorará esta tendencia natural.

Maniobras de distracción

No cabe esperar comprensión o un consejo adecuado de los que miran el asunto desde fuera, que aún no han superado esta transición. Como máximo aconsejarán, en el sentido en que actúa la sociedad, levantar otra empresa, llevar a cabo otro proyecto al viejo estilo o buscar un nuevo reto. El nuevo proyecto estará sostenido entonces por la ilusoria idea de que esta vez todo irá mejor, y alimentado por el desesperado conocimiento de que es la última oportunidad de rescatar lo que no se ha vivido. Pero en la práctica todo se quedará como estaba.

En raras excepciones, una vez cumplida la obligación, se logra vivir el programa y hacer realidad lo que verdaderamente se desea. Pero eso lo reclaman para sí de manera típica todos aquellos que en su miedo lo cambian todo por fuera sólo para no tener que cambiar ellos mismos. El cambio de dirección sería el mayor cambio, y el único satisfactorio, en esta situación. Todo lo demás no puede resolver los problemas.

El que padece la crisis de la mediana edad seguirá abatido y sin hallar sentido a la vida hasta que se oriente en la debida dirección. Los intentos cómodos y superficiales no satisfarán su espíritu. Una variante fácil de ver la ofrecen esos hombres de mediana edad que sin duda sienten el paso del tiempo, pero interpretan de forma muy cómoda y materialista el «si no cambiáis y os volvéis como niños». Vestirse en la boutique de moda joven, conducir un coupé deportivo y conseguir una amiguita sólo hace que uno resulte pueril y revele la mente de niño que hay sobre esos hombros envejecidos. Pero no resuelve el problema. Que la correspondiente relación desproporcionada funcione durante un tiempo se debe a que hay muchachas con complejos que, en su búsqueda de una pareja sustitutiva del padre, aceptan las ofer-

tas de los caballeros de pelo gris saqueados por la crisis de la mitad de la vida. Es una especie de trato que no será solución para ninguno de los dos, pero a veces puede llevarlos un paso más allá de la decepción. Las muchachas se dejan mantener económicamente por los caballeros y a cambio tienen que mantenerlos a ellos espiritualmente en su lucha por la autoconfirmación pseudojuvenil. Los problemas no resueltos de una fase anterior conllevan el estancamiento en una posterior.

Esta misma representación, con los papeles cambiados, se da también, aunque con menos frecuencia. Una mujer que aún no ha vivido a fondo este tema puede, amenazada por el inminente climaterio, ver la solución en un joven amigo. Él puede darle la ilusión de que vuelve a ser joven y aún lo tiene todo por delante. En la era de la «igualdad de derechos», el joven amigo se convierte casi en una obligación para algunas mujeres, siguiendo el lema «lo que los hombres hacen, nosotras lo superamos». Anticipado por algunas estrellas de Hollywood que no eran capaces de envejecer con dignidad porque habían acumulado muy poco contenido y demasiadas cosas externas, este modelo está recibiendo una especie de confirmación pública.

Naturalmente, también las relaciones con parejas mucho más jóvenes pueden tener aspectos positivos, en tanto haya en ellas plenitud espiritual y ambas partes sientan verdadero amor. Incluso podrían contribuir a compensar los déficit existentes en el ámbito de la sensualidad antes del definitivo cambio en la dirección de la vida. Lo único problemático es la ilusión de volver a ser jóvenes en un sentido más profundo.

Debido a los irrevocables cambios físicos, el pánico puede hacer que ilusión y realidad se confundan. Antes, los reyes que se encontraban en esa situación se llevaban doncellas a la cama, con la engañosa esperanza de que podría

pegárseles su juventud. El demente dictador rumano Ceausescu tomaba infusiones de sangre de recién nacidos. El «volverse como los niños» no significa, naturalmente, volverse pueril, sino que se refiere al retorno del alma.

Pero ¿cuáles son los criterios de esa infantilidad madura, a la que aspiran todas aquellas personas que se ponen a buscar su niño interior? En la mitología se menciona al niño de oro que vive en cada persona, y también nosotros conocemos la expresión «niños dorados» para los más pequeños. Cristo se refiere al niño como objetivo de nuestra vida. Como ya ocurría con los criterios del adulto maduro, tampoco el niño interior realizado puede distinguirse en detalles concretos, sino más bien en su estado global, y aun así sólo podemos aproximarnos a él por partes, a través de distintas cualidades. Lo que quiere decir la invitación de Cristo podemos intuirlo al pensar en lo amables que son los niños pequeños.

Propiedades y particularidades de una infantilidad resuelta en grandes y pequeños:

—su capacidad de vivir el momento;
—su espontaneidad;
—su sinceridad incondicional, su corazón abierto;
—su ingenua confianza;
—su valor;
—su sinceridad no artificial;
—su alegría de vivir en todo momento;
—su reposar-en-sí-mismos;
—la falta de valoración, juicio y condena;
—su capacidad de no dejarse impresionar por las cosas externas;
—su disponibilidad a crecer incondicionalmente;
—su capacidad de dar significado a todo, de hechizarlo todo y a todos;

—su disponibilidad a aprender por gusto, no por conciencia del deber;
—su sencillez y falta de complicaciones;
—su gusto por el movimiento y el flujo, el castillo de arena recién levantado es destruido de inmediato;[66]
—sus vivas emociones: cortas, fuertes, rápidamente cambiantes;
—la disponibilidad de perdonar, a volver a ser bueno en todo momento;
—su unidad con cada juego sin olvidar que se trata de un juego;
—su proporción natural entre actividad y descanso;
—su natural vinculación con lo numinoso.

CUADROS PATOLÓGICOS DE LA CRISIS DE LA MEDIANA EDAD

Depresión

La depresión, que aparece con frecuencia en la crisis de la mitad de la vida, está experimentando un rápido aumento. Los estadísticos aseguran que el riesgo para los nacidos después de 1955 es tres veces mayor al que tenían sus abuelos. La palabra «de-presión» significa represión, y se refiere a las energías vitales. Pero a la larga las energías vitales no se pueden reprimir, sino que regresan en forma de presión. Lo que se ha reprimido durante largo tiempo oprime, lo que se ha retenido empuja. Así, la agresividad representa un papel importante en el cuadro global de la depresión. Desde fuera apenas se percibe fuerza vital de Marte en los afectados, lo que se debe a que dirigen esa energía hacia dentro, contra sí mismos. El paso terapéutico evidente sería moverlos a redescubrir su energía vital de Marte. Ya es un progreso, potencialmente peligroso en todo caso, que en un primer paso empiecen a dirigir hacia fuera esas energías agresivas. Porque al desviar la energía hacia sí mismos *se quitan* ya ampliamente *la vida*; si dirigen esa carga hacia afuera, se vuelve incómoda para los demás, y en determinadas circunstancias incluso amenazadora. Por suerte existe la posibilidad de transformar esas energías en fuerzas constructivas y ponerlas a disposición del camino de la vida. En caso de depresión en la mitad de la vida, esto significaría aprovecharlas para un retorno valeroso y para el camino pendiente con sus desafíos.

Literalmente, en la palabra «de-presión» también se puede leer «fuera de la presión». La depresión expresa lo correcto, como todos los cuadros patológicos, fuerza la relajación y el abandono a nivel físico. «Fuera de la presión» se podría entender también como indicación para dar la vuelta en dirección al centro del mandala, allá donde no hay tensión, sino la total calma del centro. En el punto culminante de la vida, en la periferia del mandala, la tensión de la polaridad es máxima. El que ha acumulado tesoros vive con el temor de perderlos cualquier día. Si quiere impedirlo, tiene que cuidar de administrarlos y seguir enraizado en el mundo polarizado. Mientras la tensión en la periferia del mandala, en las alturas de la mitad de la vida, es máxima, en el punto central tiende a cero. Nuestro destino es regresar a esa calma, lejos de toda tensión. El depresivo busca sin duda la relajación, pero de forma problemática, en tanto que inconscientemente estira los miembros y los deja colgando. De hecho, su tensión física y psíquica cede de tal modo que a veces ya no siente impulso y energía vital alguno. Al intentar sacarle sangre con fines médicos no se tiene éxito, de lo baja que es la tensión de sus venas. El flujo de la fuerza vital casi se extingue, tanto en sentido concreto como

figurado. La depresión es una forma de hacerse el muerto, un intento de suicidio que no se lleva a cabo de forma concreta.

La idea de la muerte, que con frecuencia acompaña a la depresión, es, como todo síntoma, adecuada y, a su manera, armoniosa. De hecho se trata de dirigir la vista hacia la muerte, la próxima gran crisis vital. Pero eso presupondría ya el cambio de dirección. En ese sentido, los pensamientos en torno al suicidio van en la dirección correcta y hacia el próximo gran tema. En todo caso, la confrontación con la muerte también sería posible en formas más relajadas, como se mostrará al hablar de la elaboración de esta última crisis.

En la terapia de la depresión hay que ver cuál de los dos temas está en primer plano. Si es la represión de la agresión, la terapia irá hasta provocar una explosión. Si se trata de librarse de la tensión interna en el plano psíquico en vez de en el físico, habría que trabajar más bien hacia una implosión, en la que las energías se vuelven hacia dentro. Pero en cualquier caso hay que proceder a una confrontación con los temas saturnianos muerte y reducción a lo esencial.

La represión de la problemática mediante psicofármacos que lleva la medicina académica sigue el simple camino alopático, que no aporta nada al camino vital, sino que, al contrario, lo obstaculiza y a veces incluso impide. En principio está bien que la depresión quite a la persona el impulso a la mitad de la vida. Se mueve con demasiado impulso en la dirección equivocada, y ha de ser frenada para encontrar el necesario descanso y pensar en su tema y su tarea. Que ya no le apetezcan la sociedad y las demás distracciones es correcto, porque es el momento adecuado para cierta soledad. Prescribirle un incremento químico del impulso en forma de pastillas no es correcto y no devuelve más rápidamente al orden al afectado, por no hablar de curarlo. Incluso empeorará

la situación, porque el impulso sigue yendo en la dirección equivocada. Esta «terapia» será peligrosa cuando la energía fluya en la dirección muerte, correcta en sí misma, y el paciente utilice el impulso químicamente inducido para matarse. Quien dice A tiene que decir B, y tomar, junto con los potenciadores del impulso, medios para elevar el ánimo.[67] Pero esto aparta a los afectados de la necesaria confrontación con el tema de su mortalidad y su soledad esencial. Desde ese punto de vista, no es sorprendente que los depresivos deban tomar sus medicinas durante períodos interminablemente largos. «Aplazar no es lo mismo que eliminar», reza la sabiduría popular. Mientras el tema que acecha tras la depresión siga sin ser elaborado, oprimirá y aplastará.

Pero esto no quiere decir que los psicofármacos sean inadecuados en todos los casos. A menudo pueden salvar vidas, y preservar del suicidio a alguien que simplemente ya no puede soportar el tema que le aplasta. Pero, naturalmente, no pueden curar una depresión. A veces, cuando la presión del síntoma es insoportable, puede incluso ser de utilidad acercarse psicoterapéuticamente al tema que aplasta bajo la protección de los medicamentos.

Como todo cuadro patológico, también la depresión tiene sus lados buenos y enseña temas vitales esenciales. Se le podría entender como un freno de emergencia espiritual, que nos retiene cuando la marcha es demasiado rápida y en la dirección equivocada, que obliga a retirarse de situaciones que se han vuelto inadecuadas y muestra la soledad básica, nos confronta de forma existencial con nosotros mismos y con el objetivo de nuestra vida, la muerte. Con frecuencia, sólo las depresiones logran devolver la propia vida al punto central, produciendo una liberación de la presión hacia la caída, dando espacio para la tristeza y la elaboración del luto, dando un tiempo para uno mismo en el que, sencillamente, no tiene que pasar nada.

Finalmente, tampoco hay que olvidar que sin abismos no habría cumbres. No sólo el clima consiste en altas y bajas presiones. Una alta presión permanente consumiría la tierra, una baja presión continua la ahogaría. Así, la alta obliga a la próxima baja, y la baja prepara la alta. Una baja especialmente larga permite suponer que es la compensación por una alta igualmente excesiva. El ideal está en el centro. A partir de la mitad de la vida, nuestra tarea prioritaria es encontrar el centro en todos los sentidos, también en el del estado de ánimo.

Depresión involutiva

Una forma posterior es la depresión involutiva, clara desde su nombre mismo. La involución es el retroceso en el ámbito físico natural, la ancianidad. Se trata pues de la depresión de la época del retroceso, temporalmente más próxima aún al futuro tema de la muerte. En la infancia y juventud se trata sobre todo del crecimiento físico, aunque también tiene lugar el crecimiento espiritual e intelectual.[68] Desde la adolescencia hasta la mitad de la vida, el crecimiento espiritual es el tema vital preferente, el físico sólo tiene lugar en los embarazos. Tras el cambio se trata de crecimiento intelectual, el físico cesa por completo e incluso desarrolla poco a poco un balance negativo. Cada una de las grandes fases de la vida comienza pues con una especie de nacimiento. El primero se refiere sobre todo al cuerpo; el segundo, la pubertad, sobre todo al alma; mientras el tercero, con el climaterio, apunta al crecimiento intelectual.

Si con la involución de la edad se forma menos tejido que el que muere y el balance físico se desarrolla negativamente, esto queda más que compensado, en un caso ideal, por un balance intelectual cada vez más positivo. El crecimiento intelectual hacia la sabiduría y la madurez vuelve insignificante el retroceso físico. La capacidad de rendimiento físico carece ahora de importancia, porque sólo se necesita de forma muy limitada. Naturalmente, los músculos que no se utilizan se atrofian. Esa involución física es peligrosa para quien no avance desde el punto de vista intelectual. Si el cuerpo es lo único que se tiene y a lo que uno se atiene, su deterioro se puede vivir como una catástrofe. A menudo la psicosis es un intento de fuga, la mayoría de las veces de una realidad vivida como insoportable. Si uno ya no tiene esperanzas de salir adelante con su idea de la vida, y no tiene otra perspectiva, aquí se ofrece una escapatoria a otro plano, a primera vista más agradable para los afectados.

Quien, por ejemplo, intenta con prácticas deportivas[69] demostrarse a sí mismo y a su entorno que la edad no tiene poder sobre él, experimentará un naufragio con tanta facilidad como un hombre que no cree en ninguna existencia más allá de la muerte. Si la amenaza del deterioro físico se vuelve crucial para los afectados y no tienen otro punto de apoyo, esto puede desencadenar la huida inconsciente hacia la depresión o la psicosis. La decadencia del cuerpo es para todo el mundo símbolo de la decadencia básica de lo material, pero amenaza sobre todo a los materialistas. El sentido de la depresión involutiva es pues reconocer lo perecedero de lo material o del cuerpo y encontrar apoyo en un plano más consistente. En última instancia, apunta más intensamente aún que la depresión del climaterio al principio saturniano de la reducción, que sólo da vigencia a lo esencial, como el alma inmortal y el espíritu intemporal.

Próstata[70]

En este síntoma se produce un crecimiento físico en un momento y un lugar inadecuados. Con la próstata, queda afectada una región especialmente delicada para los hombres, y además inequívocamente en la segunda mitad de la vida, en los años maduros, debiendo entenderse aquí «maduro» en el sentido de «maduro para el cambio». Tal cuadro patológico arruina a no pocos hombres estos años de madurez, porque con su crecimiento la próstata, que abraza cariñosamente la uretra, corta cada vez más el flujo de orina y puede bloquearlo por completo. Desde los insoportables dolores hasta la retención de orina, la simbología es clara. El afectado no puede soportar la situación. No puede dejar fluir sus aguas y amenaza con ahogarse en el flujo del alma. No es posible mostrarle a uno con más claridad que represa lo espiritual y tiene dolorosos problemas con el polo femenino, que le ponen bajo fuerte presión. No hay más escapatoria que procurar una salida al elemento espiritual acumulado. La toma de conciencia acerca de este punto podría aliviar bastante la agobiante situación física.

Mientras aún es posible el vaciado, hace falta un notable gasto de presión para empujar contra la resistencia de la inflamada próstata. Orinar se vuelve trabajoso y cada orina es un pequeño parto. Como la vejiga ya no se puede vaciar del todo, los molestos *partos de agua* se hacen necesarios con creciente frecuencia y acaban por perturbar incluso el sueño. Aquí puede desarrollarse una problemática respecto al impedimento de las fases del sueño, que se corresponde con la de la madre lactante.

El cierre de la uretra se demuestra psíquicamente problemático aunque al principio no tenga categoría de enfermedad. Si antes orinar era posible a gran escala y en arco, ahora sólo queda una lucha convulsiva y un cansado chorrito.

El orgullo de la infancia ha desaparecido. Con lo que queda no se va a ninguna parte, y no se puede ganar concurso alguno. Los urinarios públicos se convierten de pronto en escenarios bélicos y son evitados en lo posible. Lo cual se consigue cada vez menos, debido a la orina que siempre queda en la vejiga y la presión continua resultante de ella.

Aunque a los no afectados pueda parecerles ridículo, los hombres afectados asocian a la debilidad de su chorro la idea de que ya no pueden llegar lejos en la vida, de que ahora van a ir rápidamente cuesta abajo. Aunque los urólogos tranquilicen a sus pacientes a este respecto, el pensamiento analógico celebra de repente tardíos triunfos. Y naturalmente esos hombres tienen razón: hace mucho que ha empezado la cuesta abajo en el camino de la vida, porque el punto culminante ha sido superado y quedó a sus espaldas. Incluso en sentido figurado, la irradiación ya no es la juvenil y dinámica deseada. Cada viaje al servicio trae consigo la visión liberadora, y se convierte así en un ensayo terapéutico del destino. Que con el tiempo el destino prescriba cada vez más horas de terapia puede ser entendido como trapacería, pero también como preocupación por la salvación del propio espíritu.

La postura masculina al orinar, que antes infundía respeto —las piernas abiertas y una irradiación dirigida ofensivamente hacia adelante— se convierte en un humillante apretar que ahora le distingue a uno negativamente del sexo femenino. Si hasta ahora *él*, en una posición superior, siempre terminaba mucho antes, ahora ella tiene que esperarle con frecuencia. El sexo *débil*, acostumbrado a este respecto a una posición humilde en cuclillas o sentada, se convierte ahora en el sexo más fuerte a este nivel. Una puesta en escena del cuerpo, muy enfática y gráfica, de la situación *animus-anima*. Para él se trata de descubrir su *anima*, su parte femenina, mientras a ella le espera su *animus*, su parte masculina, pero de eso hablaremos más adelante.

Cuando la próstata se hincha, esto puede ser para algunos hombres motivo para hincharse ellos también y tratar de recuperar en algún otro sitio el terreno perdido al «hacer pis». La expresión «hacer pis» procede de Martín Lutero, que la emplea en su traducción de la Biblia en el pasaje en que se señala el componente demostrativo de poder de esta forma de soltar aguas.

Como siempre, el síntoma revela la tarea: los delirios de grandeza pseudomasculinos, que empezaron en la infancia con los concursos de a ver quién llega más lejos y después se adaptaron a la correspondiente fase de la vida fracasan ahora. El chorro masculino y la *irradiación* que simboliza ya *no llegan lejos,* hay que aproximarse al polo femenino, el *anima.*

La historia de la prostatitis revela otro aspecto: la próstata produce el fluido que en el acto sexual hace que todo vaya bien y el semen recorra su camino hacia las profundidades de la cavidad femenina. En consecuencia, la reserva del fluido de la glándula disminuye con cada eyaculación. Consecuentemente, el urólogo prescribe frecuente actividad sexual. A esto se añade en el sexo el beneficioso efecto de masaje sobre la glándula. Ésta se hincha cuando no tiene nada que hacer. Si el paciente se niega a cumplir lo prescrito, el médico tiene que intervenir. Su dedo, metido por el ano, ejerce presión mecánica sobre la próstata agrandada y la exprime. En todo caso, no se alcanza así la liberadora eyaculación. En el mundo árabe, donde la intensiva atención al harén exige actividad sexual frecuente hasta la ancianidad, los problemas de próstata son comparativamente desconocidos. En todo caso, viceversa, el problema puede ser resultado de la impotencia, porque la glándula produce secreciones que no se consumen y se acumulan.

El síntoma exige más sexualidad, y por tanto contacto con el sexo femenino. Precisamente porque después del climaterio algunas cosas cambian a este respecto, se recomienda un erotismo que incluya el contacto con la propia parte femenina. Con el (apremio del) tiempo, el centro de gravedad se desplaza del encuentro sexual al encuentro con el *anima.* El plano físico seguirá siendo importante en la medida en que hasta ahora se haya quedado demasiado corto o haya quedado aislado del espiritual. Sexualidad sin amor es forma sin contenido, y la forma sola jamás sacia.

El centro de gravedad de la tarea de aprendizaje está en la invitación a volverse a la propia parte femenina, a lo que se añaden los temas restantes del ámbito masculino. Como en todas las crisis, a lo nuevo inminente y apremiante se añade la elaboración de los viejos temas postergados. Respecto a las cuestiones con cuya ayuda uno puede liberarse de esta situación de padecimiento, remitimos al capítulo correspondiente de *La enfermedad como lenguaje del alma.*

Caída del pelo

Un síntoma igualmente típico de este período es la caída masculina del pelo, hasta llegar a la calvicie. Aquí de lo que se trata es de perder las plumas, es decir, uno paga por algo con los símbolos de su libertad y poder. Si por comodidad se persiste demasiado en una situación ya superada, hay que dejar pelos en la gatera y pagar por ello. Al mismo tiempo la sintomatología muestra, con la pérdida de símbolos de estatus esenciales, que ya no se es libre y dueño de su destino. Se es empujado en vez de desarrollarse voluntariamente en una única dirección.[71] Otra vez se está ante la decisión típica de las crisis: ¿me estoy desprendiendo conscientemente de mis pretensiones de poder y libertad en el exterior, o lo hago inconscientemente? En este último caso, el desti-

no se encargará de que el tema se manifieste en el escenario del cuerpo, porque en alguna parte tiene que tener espacio. La calva es un trozo del camino prefijado de vuelta al niño, en todo caso de nuevo en el torpe nivel del cuerpo, donde siendo bebés empezamos igualmente calvos.

Las mujeres, protegidas por los estrógenos, están a salvo de perder vilmente sus símbolos de poder, libertad y belleza. Mientras aún tienen la posibilidad de tener hijos, el destino les deja al parecer todas las posibilidades de atraer a la pareja necesaria para ello, es decir, de seguir siendo atractiva a ese nivel. Cuando el flujo de estrógenos se retrae en la menopausia, les amenaza el mismo destino que a los hombres. Si la mujer no se libera a niveles concretos de la suficiente pretensión de poder, libertad y belleza, los símbolos correspondientes se desprenden de su cabeza.

Miomas

También aquí el crecimiento se ha equivocado de espacio y tiempo. Sin duda en el útero deben crecer niños, pero ya no después del climaterio. Los miomas, que pueden hincharse hasta alcanzar el tamaño de la cabeza de un niño, simbolizan con mucha claridad los deseos inconscientes, no vividos o no lo suficientemente dirimidos de tener niños. El aferrarse a la feminidad biológica, el no aceptar que ya se es demasiado vieja para tener hijos, se pone aquí de manifiesto. En este sentido, la «terapia» ginecológica de extirpar el útero va, en sí misma, en la dirección correcta, aunque confunda el plano. Una mujer podría resolver el tema *matriz* de forma más sencilla y más sana en sentido figurado, en vez de desprenderse de él de forma mecánica. La sensación de ser estéril desde ese momento se puede resolver de la mejor manera haciendo que la propia creatividad se ex-

prese en suelo fértil. En todo caso, se trata de solucionar el asunto, en los dos sentidos del término.

Incluso si una mujer ha tenido varios hijos, puede ser *natural* que desee más o menos inconscientemente un niño, quizá por fin su «niño soñado», al que poder dedicarse como siempre ha deseado. También los miomas muestran, como todos los demás síntomas, una tendencia razonable en forma problemática. De hecho se trata de poner hijos en el mundo, pero ahora ya no en sentido concreto sino figurado. La (mala) «costumbre» de tener con ayuda ginecológica hijos «propios» después de los cincuenta y a veces incluso sesenta años, mediante donaciones de óvulos de mujeres más jóvenes, es una violación de la naturaleza (propia). Atestigua la incapacidad de insertarse correctamente en el modelo vital. Ya es mucho más tarde en el reloj de la vida de lo que la mujer está dispuesta a admitir.

Los proyectos propios —cuadros, esculturas, libros o sencillamente todos los trabajos que exigen cariño— pueden ser como hijos del corazón. Sobre todo los intereses espirituales, en el sentido de la religión, ayudan a elaborar el tema, llevando a un crecimiento intelectual-espiritual. En todo caso, el crecimiento ha de ser elevado a otro nivel, del ámbito del abdomen al del corazón y la cabeza. O el deseo inconsciente, que persiste, de tener niños se transforma en amor por los nietos, los hijos de la próxima generación, y convierte a la mujer en *gran madre*. El arquetipo de la abuela ha sufrido en perjuicio de los nietos, las madres y las abuelas, porque no nos arreglamos con las transiciones de la vida y renqueamos a kilómetros de distancia de las tareas naturales. Las madres viejas se convierten en abuelas viejísimas, para quienes a menudo es demasiado tarde para entrar en el arquetipo de la gran madre. Si sigue reforzándose la tendencia a aumentar el tiempo por generación de veinte a cuarenta años, las mujeres serán abuelas con ochenta y bisabuelas con ciento veinte.

El crecimiento que se expresa en todo mioma está bien, aunque se haya desplazado al plano de un cuerpo desbordado por la edad. Ahora hay que elevarlo al adecuado plano psíquico-espiritual. Se puede ser gran madre también en sentido figurado, y convertir en nietos a todos los niños de este mundo. Mientras el amor materno vive de lo lunar, el de las abuelas está más comprometido con el arquetipo del sol, menos enredado en el modelo familiar y cotidiano y en cambio más generoso y más sabio. Miranda Gray[72] parte de la base de que el destino de la mujer tras el cambio es el de una guía espiritual, que ve hijas en todas las mujeres que no han pasado la menopausia y hermanas en todas las que han superado el cambio. Aquí estaría también la solución a la aspiración formulada por C.G. Jung de que pasada la mitad de su vida la mujer tiene que preocuparse de liberar su *animus*, la parte masculina de su espíritu. Como maestra espiritual, se preocuparía por el intelecto (por principio masculino) y desempeñaría un papel arquetípicamente masculino, y lo haría a su manera femenina.

Extirpación de la matriz

No se puede decir con seguridad si los miomas han crecido rápidamente en los últimos tiempos, pero lo que sin duda ha aumentado en cascada es su extirpación quirúrgica. Operación todavía infrecuente hace veinte años, la extirpación del útero se ha convertido en rutina para algunos ginecólogos. Las razones, en parte, ponen los pelos de punta y son antimédicas en un sentido profundo. Uno de los argumentos favoritos para presentar a mujeres en torno a los cuarenta es: «Es mejor que se haga sacar la matriz, sin duda el mioma no es muy grande, pero hay que asegurarse, al menos así nada puede ir mal.» Las mujeres así «aconsejadas», cuando buscan la opinión de otro médico, quieren en la mayoría de los casos una garantía de que su matriz no puede degenerar. Sin duda se les puede asegurar que los miomas no se volverán malignos, pero en la medicina, por principio, no se puede garantizar nada. Tras esta información, la matriz irá a parar con bastante certeza a manos del charlatán que, infundiendo miedo, ha violado su juramento hipocrático en aras de una operación innecesaria. Habría que aconsejar a las mujeres recomendar a un médico así la amputación profiláctica de sus orejas, porque al fin y al cabo les puede salir un melanoma... y hay que asegurarse.

A menudo el tamaño del mioma se exagera sin escrúpulos con claros fines quirúrgicos. El sencillo consejo de pedir una segunda opinión, preferentemente a un ginecólogo sin clínica propia, hace que algunos miomas pasen del tamaño de un puño al de un huevo de paloma. Los métodos para doblegar a las pacientes insuflándoles miedo y subordinarlas a los intereses propios forman parte del más grave delito con que los médicos manchan la reputación de su oficio. El reproche puede sonar muy duro, pero por desgracia está comprobado que en la última década casi en ningún sitio se han extirpado matrices tan agresivamente como en Alemania. Las malas lenguas hablan incluso de una correlación entre la creciente falta de trabajo de los ginecólogos y el aumento de estas intervenciones, a menudo superfluas. Lo peor en esta situación es el hecho de que algunas matrices tenían que ser extirpadas, pero ¿cómo va a saber la mujer si se encuentra ante un tiburón de quirófano en plena cruzada contra las matrices o ante uno de los, por suerte, también numerosos ginecólogos responsables?

El argumento de algunos especialistas de que en edades avanzadas la matriz es tan superflua como el bocio hace aguas por todas partes. De hecho el bocio no es superfluo, sino que cumple una función —aunque desagradable—.

Pero sobre todo este argumento ha dado impulso a una injustificada relajación en la conducta de los cirujanos. Durante años las mujeres se han quejado, tras esta operación presentada como inofensiva, de molestias de tipo climatérico, y han sido despachadas por sus ginecólogos con la lapidaria afirmación de que es imposible, porque los ovarios no habían sido extirpados. Décadas después, los investigadores han descubierto que en la operación tradicional, debido a la ligazón de vasos importantes, se reducía el riego de los ovarios en hasta un cincuenta por ciento, lo que se aproxima a una castración parcial. Entretanto se ha mejorado el método quirúrgico, lo que sirve de poco a las mujeres operadas con anterioridad. Son despachadas más o menos como si estuvieran inventándose sus molestias y enviadas a casa sin terapia alguna. Después de que la ginecología se haya cubierto de poca gloria en este terreno, el futuro exige más respeto a la vida y sus estructuras. Si la matriz fuera superflua en esta fase de la vida, el organismo la atrofiaría por sí mismo, como hace con otros músculos que ya no se utilizan y, en cierta medida, también con el útero.

Quien haya sacrificado ya su matriz en el altar de la medicina científicamente patentada tiene, junto a las desventajas descritas, la ventaja de haberse librado de un escenario problemático para los conflictos de crecimiento. Pero de ello se desprende de forma tanto más apremiante la necesidad de buscarse ahora otro escenario para el crecimiento pendiente.

Molestias climatéricas

Tienen que ver sobre todo con el tema del trazado de balance, y señalan oportunidades perdidas y tareas vencidas. La acertada expresión «negocios sin resolver» no se refiere a

tareas objetivas, sino a los proyectos que han quedado pendientes comparados con la propia pretensión inconsciente. Los *soponcios* y *estallidos de sudor* son normales en sí mismos, y forman parte del contacto sexual. Deshaciéndose de ellos en el momento oportuno, son agradables para todos los implicados. Cuando se está de compras, hay que admitir que son muy molestos, pero sólo aparecen allí y en otras ocasiones inadecuadas cuando se han quedado cortos en el escenario previsto. El organismo sigue elaborando simbólicamente los temas pendientes hasta que termina con ellos de uno u otro modo.

El trasfondo médico es muy ilustrativo: en el hipotálamo —un importante centro de coordinación del cerebro— se regula a la baja la temperatura del núcleo del cuerpo. Interiormente, pues, el organismo incluso se hiela, es decir, de pronto el cuerpo está demasiado caliente en relación con su interior. Entonces, para expulsar el incrementado calor, se expanden los vasos de la piel, lo que conduce al enrojecimiento en el llamado soponcio y provoca reacciones sudorosas para conseguir frescura a través de la evaporación. Algunas mujeres experimentan también en la fase de desaparición de la congestión, escalofríos y *carne de gallina*. Fallos de control son el problema profundo, es decir, reacciones en sí mismo correctas llegan en el momento equivocado. El cuerpo vuelve a poner de manifiesto a distintos niveles de qué se trataba en realidad: básicamente era el momento, en un sentido profundo, de refrescarse un poco por dentro, en el sentido de volverse más tranquilo y mantener la cabeza fría. Exteriormente había que emitir más calor, por lo que había que pensar en sentimientos cálidos, entrega a una tarea, etc. Tenía que surgir la conciencia de que las sensaciones ardientes se habían quedado cortas en el momento oportuno y afloraban ahora en el inoportuno. La tarea sería darles espacio ahora, aunque no sea tan adecuado,

que en situaciones y tiempos menos apropiados, y dejarse ir, en sentido figurado, en vez de derretirse en todas las ocasiones.

Las mucosas secas y ardientes son sin duda desagradables, pero muestran la clase de mujer *caliente*, incluso *ardiente* que la afectada se considera aún. Si la temática se devuelve a la conciencia y se vive en el plano adecuado, ello vuelve a conducir a la descarga del escenario físico. Ésta se utiliza sólo como medida de emergencia, cuando obras importantes ya no se representan en otros lugares. Esta deshidratación (desecación) de todo el cuerpo contiene aún otros mensajes. Junto a la reducción de peso, conduce también a lo que se llama hemoconcentración, es decir, la sangre disminuye en volumen y a cambio se vuelve más concentrada. En consecuencia, la fuerza vital concentrada en la sangre no debería retroceder en su esencia, sino en su dimensión, de forma que las cosas esenciales (la hemoglobina, el colorante de la sangre) puedan tener un efecto más intenso. Además, se observa un aflojamiento de la llamada turgencia, la presión interior de las células, lo que se expresa en una piel menos tensa, incluso más marchita. Cuando la presión disminuye en cada célula, significa que la mujer debería reducir su presión interior en toda regla.

La *incontinencia de orina* remite a la temática de la liberación o contención. Quien libera continuamente orina es estimulado por el organismo a dejar fluir sus aguas, símbolo del continuo espiritual. Lo que al nivel del cuerpo es tan desagradable, sería para la conciencia agradabilísimo. Todos estos síntomas apremian a la realización vital o al cambio. Sólo entonces se vuelven superfluos como síntomas. La solución estaría aquí en el retorno consciente, al fin y al cabo la incontinencia, el dejar fluir la orina sin control, es también un síntoma de los primeros años de vida. Ser como los niños, en todo caso no en el plano físico sino en el figurado,

sería la tarea. Algo parecido vale para la, mucho más infrecuente, *debilidad del esfínter anal*, que conduce a la continua defecación y por tanto de vuelta a aquellos pañales con lo que todo comenzó. Aquí, junto al «ser como los niños», está también la temática de la liberación en el ámbito material, porque los excrementos representan simbólicamente las propiedades y tesoros materiales.[73] Así como en la debilidad de la vejiga se trata de privar al cuerpo de liberarse del agua concreta por falta de liberación en el ámbito espiritual, aquí se encarna la tarea de liberar al ano de su papel representativo en el ámbito material mediante una continua liberación.

En una dirección de similar contenido apunta la *disminución de la hormona del crecimiento* en la sangre, que retrocede paralelamente a los estrógenos durante la menopausia. El mensaje es: el crecimiento ya no funciona a nivel físico. Donde más presente está la hormona del crecimiento en las mujeres es en la materia muscular, así que la musculatura no parece ya ser cosa de esta etapa. Concuerda con esto que la hormona fuerza también la síntesis de la albúmina, y este efecto desaparece también ahora. El cuerpo recibe menos de su elemento más importante, en vez de esto aumenta la lipolisis, la eliminación de grasas. También aquí vuelve a demostrarse la tendencia general de la reducción a lo esencial. La administración de estrógenos puede impedir todo esto, sencillamente porque impide el cambio y engaña al cuerpo sobre su verdadera situación.

A través de este truco se produce también el llamado impedimento del infarto mediante estrógenos. Durante el período de madurez sexual, los estrógenos propios del cuerpo hacen disminuir el colesterol *malo* (LDL) y aumentan el *bueno* (HDL). De este modo, la naturaleza protege el organismo femenino en la época más importante desde su punto de vista. Después de la menopausia este efecto se pierde, y

el peligro de infarto en las mujeres se aproxima lentamente al de los hombres. Pero también se multiplica, como se verá en el capítulo «*Animus* y *anima*», el polo masculino en la vida de la mujer. Cuando fracasa aparentemente en su realización, como les ocurre hoy a muchos hombres, corre naturalmente el riesgo de desarrollar los mismos síntomas. La mejor prevención de la angina de pecho y el infarto de miocardio[74] sería volverse a tiempo, en sentido figurado, hacia su corazón y a los correspondientes asuntos del mismo, y no sólo cuando ya duele e, incluso entonces, sólo a nivel físico.

De todos estos síntomas derivados del cambio y sus interpretaciones, lo más problemático es el consejo de mantener una sexualidad ardiente, porque parece estar en abierta contradicción con el, por otra parte necesario, retorno en la vida. Habría que objetar que se trata de un fenómeno de equilibrio. Básicamente, se trata de concentrarse en lo esencial, acumular más vitalidad, volverse interiormente más fría y tener las cosas más claras. La escasa sexualidad practicada en la primera mitad de la vida busca liberarse con rapidez ahora. En todo caso, tanta prisa no es necesaria, porque la sexualidad no se agota en la posibilidad de tener hijos. La sexualidad de la primera mitad de la vida vive más de la tensión entre los sexos, la de la segunda mitad podría vivir más bajo el signo de su unificación. Básicamente, la sexualidad es demasiado amplia para poder dividirla así, pero sus centros de gravedad son claros. El camino de ida en el mandala vital lleva desde la unidad hacia la máxima tensión del centro de la vida, el de vuelta lleva de esa tensión hacia la unificación en el centro. La sexualidad sería en cada fase de la vida una posibilidad ideal de hacer ritualmente justicia, por así decirlo, a la actual estación del camino vital. El mensaje de las mucosas que producen menos fluido podría ser, más o menos: «menos es más», y dejar claro el encargo de orientarse de la cantidad a la calidad, elevando el erotismo a un nivel superior.

La eliminación de los síntomas administrando estrógenos sería en cambio aferrarse a una fase vital ya pasada. Aunque hay que desaconsejarlo básicamente y desde hace décadas, en caso de síntomas graves se podrían paliar mediante administración de hormonas. Pero ello no debería conducir a seguir como hasta entonces, sino que el tiempo sin síntomas comprado mediante los medicamentos debería ser aprovechado para recuperar realmente lo que aún se quiere vivir, y agotar el papel de la mujer ardiente al nivel adecuado. Aunque ya no pueda ser la época ideal, hemos de admitir que nos hemos quedado en la pubertad y desplazado la madurez hacia la adolescencia. Sólo podemos desprendernos realmente de lo vivido y cumplido, y así es bueno hacer ese desplazamiento, que da espacio al tema todavía pendiente y agobiante.

A pesar de todos los alegatos en favor de los desplazamientos, deberíamos tener en cuenta en todo caso que en la próxima gran crisis, la muerte, ya no será posible hacer ninguno. Lo que la medicina intensiva promete a este respecto demostrará ser una ilusión. En la literatura, el tema ha sido tratado hasta agotarlo en la obra *Jedermann*. En vez de ser cada vez más generosos con aplazamientos que nosotros mismos nos concedemos, deberíamos ser más bien cuidadosos con ellos a más tardar desde la mitad de la vida.

Aun así, a menudo aún será *adecuado* un cierto aplazamiento en la mitad de la vida, mientras no lleve al total rechazo al retorno. Pero eso es fácil con una «terapia» tan agradable y «natural». Agradable porque le quita a una todos los síntomas hasta el retorno; natural, porque el cuerpo conoce desde hace décadas estas hormonas de producción propia. En realidad, con esta forma terapéutica estamos por primera vez realmente más cerca de un viejo sueño de la humanidad, la fuente de la eterna juventud. No utilizarla voluntariamente para hacer más justicia al cumplimiento

del modelo vital requiere mucha conciencia y, hoy en día, también valor.

La locura de los estrógenos

Repercusiones sobre las mujeres

Siempre ha habido mujeres que toman su camino por el centro de la vida sin síntomas molestos ni represiones. Pero esto no parece así para la mayoría de las mujeres modernas. Aun así los ginecólogos declaran ya un error no tratar «a tiempo» a las mujeres con la terapia de represión en boga, por medio de estrógenos. Hablan del déficit de estrógenos de la menopausia, lo que supone que a la naturaleza o Dios se le ha escapado un fallo de construcción en todas las criaturas femeninas. La represión de los síntomas del climaterio es sólo un agradable efecto secundario de la «terapia», básicamente se trata de evitar el fantasma de la osteoporosis (descalcificación ósea). La lógica al respecto es asombrosamente ilógica.

Una persona ingenua podría asumir que hay que prescribir calcio cuando éste falta. Pero por regla general el cuerpo no quiere tenerlo; lo libera y sigue descalcificando los huesos. Por eso los ginecólogos echan mano del truco de los estrógenos. Si el nivel hormonal se mantiene artificialmente alto más allá del tiempo natural, el organismo prácticamente no se da cuenta de que se avecina el cambio. Sigue metiendo calcio en los huesos, creyendo que tiene que seguir equipándolos para el crecimiento. Las mujeres afectadas pueden así ocultar mejor el cambio, a sí mismas y al mundo. Pero trabajan justamente en contra de la consecución del objetivo de su vida, porque se aferran bioquímica-

mente a la periferia del mandala. Cuando el centro de gravedad de la vida está en la actividad y el deporte y en demostrarse a sí misma, al hombre o a toda la sociedad qué clase de mujer joven y fuerte se es, esta terapia va de maravilla. Pero en principio no es distinta del intento de tener hijos a los sesenta... un extravío en el tiempo y un echar a perder las verdaderas posibilidades. El retraso bioquímico del cambio es la peor preparación para la última crisis vital pendiente, la muerte. El total impedimento del cambio —esta terapia es recomendada por médicos especialmente celosos hasta avanzada edad, y se venden sus ventajas incluso a mujeres de ochenta años—[75] impide al mismo tiempo seguir avanzando por el camino. Una vida de tal modo a medias, detenida poco después de su mitad, termina, contra lo esperado, en algún momento, y la mayoría de las veces de forma *espantosa*. Porque, naturalmente, cuando la muerte no es esperada provoca el horror.

Dada la excitada euforia terapéutica con los estrógenos, resulta difícil ver aún las relaciones naturales. De hecho, a primera vista las afectadas no perciben más que ventajas en la distribución integral de estrógenos. Las mujeres se libran de sus molestias climatéricas y no se acuerdan del penoso tema del envejecimiento. Los ginecólogos vuelven a tener trabajo a manos llenas, porque todavía hay mujeres sin información, especialmente en el campo, que superan su climaterio sin hormonas y su vida sin ginecólogos. Y finalmente la industria farmacéutica también está feliz de poder ayudar. El observador ingenuo se pregunta cómo miles de millones de mujeres, desde Eva hasta la actual generación, han podido superar el climaterio sin terapia hormonal. Los ginecólogos tienen su argumento: ¡en ninguna época las mujeres han llegado a tan avanzada edad! Este argumento es, en primer lugar, falso, porque según está probado la esperanza de vida de las personas de cuarenta años ya no au-

menta entre nosotros, sino que, por el contrario, desciende ligeramente. Que la esperanza de vida crezca en su conjunto se debe al constante descenso de la mortalidad infantil. Y en segundo lugar, antes las mujeres también sobrevivían al climaterio y llegaban a ser muy viejas sin «jorobas de brujas ni de viudas».[76]

Estas dos imágenes de terror les sirven a algunos ginecólogos como argumento principal en sus campañas de miedo. Sin estrógenos, la mujer se convertirá en una bruja jorobada. Tales amenazas vuelven sumisas incluso a las mujeres razonables. La joroba se forma en la ancianidad debido a la rotura de vértebras cuando se sobrecarga la columna vertebral. Tales roturas se producen con mucho menos frecuencia de la que se supone aquí. Por lo demás, la columna vertebral no es el único órgano en el que se puede cebar la osteoporosis; sobre todo el cuello del fémur, pero también otros huesos, corren el mismo riesgo. Pero ninguna zona es tan adecuada para insuflar miedo a la ancianidad. Aquí se pueden ver los años que uno lleva a cuestas, y precisamente eso es lo que hoy en día hay que velar, o en todo caso no enfatizar.

Es muy dudoso que la osteoporosis, tan diagnosticada en los últimos años, sea un fenómeno nuevo. Probablemente ha existido siempre, sólo que no se ha investigado. En todo caso, no ha habido una acumulación de jorobas en los años previos a la introducción de la terapia de estrógenos. Más bien hay que partir de la base de que el cuerpo, al llegar el cambio, empieza de forma natural a soltar lastre para aliviar el camino de vuelta. Ya no necesita una osamenta tan estable y pesada para las tareas que tiene por delante. En favor de esto habla también el hecho de que no sedimenta el calcio que se le proporciona. El organismo no sufre pues por falta de calcio, sino que dada la fase de la vida en que se encuentra tiene incluso un superávit, que expulsa. Sólo el extravío y la apariencia de

una fase vital que no es cierta mediante administración de hormonas le hacen seguir teniendo huesos pesados.

En todo caso, si se desconoce la propia situación en el modelo vital y la necesidad de soltar lastre en el centro de la vida para aligerar el camino de regreso, el cuerpo puede dar un salto y empezar a aligerarse más de lo debido. Esto es un problema. Pero no se puede resolver diciéndose que no se ha llegado a ese punto, sino, al contrario, empezando a tener en cuenta las necesidades de la edad. Impedir al cuerpo exponer el problema sólo conducirá a que aparezca en otra parte, porque por algún sitio tiene que salir. Hacer imposible la presentación de un problema no puede mejorarlo. El afectado tiene que librarse de él de alguna manera y en algún momento, y aprender a soltar lastre. En determinadas circunstancias, se verá obligado a soltar lastre y perder cosas que aún le parecen importantes pero no son imprescindibles para el camino de vuelta. O personas a las que sin duda tiene cariño, pero le apartan de su verdadera tarea, le abandonarán. En cualquier caso, el destino le aportará en otro sentido pérdida y retorno. Pronto surgirá la cuestión de si no hubiera sido más fácil y agradable asumir las cosas y pagar el tributo allá donde originalmente se lo pedían.

Este problema afecta de forma muy similar a los hombres en la crisis de la mediana edad, sólo que tienen la suerte de que aún no hay andrólogos en número suficiente. De lo contrario, también en ellos se encontraría descalcificación de los huesos, lo que abriría un agradecido campo terapéutico. Como efecto secundario, quizá con la correspondiente administración de andrógenos se suprimiera la falta de impulso frecuente en este período y se evitara la reducción de las necesidades sexuales. Si las mujeres de sesenta años aún tienen hijos, hay que hacer algo por los hombres. Su suerte es que se sabe muy bien que los andrógenos mejorarían la hinchazón de la próstata, pero desencadenarían un cáncer

de próstata. La administración de estrógenos fomenta el cáncer de pecho, pero los ginecólogos eliminan este efecto con la administración simultánea de gestágenos.

Básicamente, la regresión es comprensible. Si no se sale adelante con una exigencia de alto nivel, se vuelve al nivel anterior, donde las cosas todavía marchaban en alguna medida. Es lo que hacen los bebés cuando, poco antes del parto, se giran y apuntan con la cabeza hacia el acogedor seno materno. Es lo que experimentan los adolescentes que, poco antes del paso decisivo, descubren que las chicas, o los chicos, son unas tontas y unos bobos, y prefieren volver a jugar juegos de niños con sus iguales. Es lo que hace el adulto que encuentra mil razones para no marcharse de casa. Y es lo que pueden hacer también los candidatos a la crisis de la mediana edad. Para un período de transición, y con plena conciencia de este paso, la administración de hormonas puede ser incluso sensata. Pero es triste que las pacientes se vean reforzadas precisamente por los médicos en una negativa básica al retorno.

Como comunidad, aspiramos a una situación en que a la mitad de la vida se hace un alto. Lo grotesco es que, por otra parte, no hacemos ese alto y ni siquiera una pausa. Pero el destino, y con él la rueda de la vida, no se preocupa de tal incomprensión. Una y otra vez, personas han intentado detener los ciclos de la evolución en determinados puntos; pero a la larga jamás ha funcionado, y nunca podrá funcionar. Lo característico de este período es el ansia colectiva por la vida, que contiene una negativa a hacer el camino completo de la evolución. Si se piensa cuánto tiempo ha pasado hasta que la medicina se ha dado cuenta de la barbaridad de reducir químicamente el colesterol,[77] que tenía comparativamente pocas ventajas, hay que temer lo peor para la moda de los estrógenos. Podríamos conservarla mucho tiempo y pasar de largo ante lo esencial.

Las pocas dudas que hay por parte de los médicos son desdeñadas. Marginalmente, en los congresos ginecológicos se puede oír que la protección hormonal hasta los setenta y cinco años, la edad en que estadísticamente se registra la mayor cantidad de fracturas, ha vuelto a disminuir. Además, la opinión doctrinal ha avanzado un paso y ha reconocido que «la sola administración de estrógenos no está indicada, al menos no en mujeres que no han sido histerectomizadas, porque los estrógenos provocan una continua proliferación en el endometrio».[78] En otras palabras: en las mujeres que, por las razones que sea, se han negado a que se les estirpe la matriz (no han sido histerectomizadas), la administración de estrógenos hace que la mucosa crezca constantemente en espera del huevo fecundado. Para evitarlo se combinan los estrógenos con gestágenos, lo que también reduce el riesgo de cáncer de pecho, elevado por la administración en solitario de estrógenos. Pero produce hemorragias periódicas. Como esto pone de manifiesto a algunas mujeres que hay algo que no va bien, el profesor Husmann propone: «Si las mujeres dan especial valor a que la terapia no produzca hemorragias»,[79] dar los dos preparados por separado. En este caso, la mucosa de la matriz tiene que ser controlada regularmente por ecografía. «Si aun así se produce una hemorragia, es inevitable proceder a una Abrasio (legrado).»[80]

Pero los gestágenos tienen aún más efectos secundarios que los estrógenos, que producen un aumento de peso que los ginecólogos no discuten pero gustan de minimizar,[81] y pueden producir sentimientos de tensión e hinchazón del pecho. «Los gestágenos pueden provocar náuseas, mareos, sensaciones desagradables y dolores de cabeza. Sin embargo, la aparición de estas molestias se puede evitar tomando el preparado antes de irse a dormir.»[82] La interpretación de estos síntomas se puede leer en *La enfermedad como lenguaje del*

alma, pero, resumiendo, revelan que algunas mujeres *se sienten fatal* con esta terapia, perciben su situación como *muy desagradable* y que se trata de un *vértigo* que da dolores de cabeza. Que se les aconseje llevarse estas desagradables sensaciones al sueño nocturno, donde supuestamente no se siente nada, es comprensible, pero puede mostrar también de quién es hijo esta «terapia». Se ve que los médicos no se quedarán precisamente sin trabajo en el futuro.

Naturalmente, sólo las mujeres más sensibles luchan con tales síntomas. Lo tienen especialmente mal, porque en la menopausia, junto con las hormonas, disminuye también la endorfina, definida como opiáceo endógeno (opio propio del cuerpo), lo que cambia la sensibilidad al dolor, es decir, que la mujer se vuelve más sensible. Pero eso —como todos los cambios de esta época— se puede percibir como carga y como oportunidad.

Repercusiones sobre el mundo: daños ecológicos de nuevo cuño

Dado que la terapia con hormonas femeninas trae consigo ventajas para todos los afectados, desde las mujeres, que pueden reírse del cambio, hasta los ginecólogos y la industria farmacéutica, que obtienen trabajo e ingresos, pasando por los esposos de las mujeres afectadas, que pueden conservar sus queridas mujeres habituales, fáciles de cuidar, esta mala costumbre va a convertirse seguramente en un elemento fijo de la medicina preventiva. Como máximo, en los tiempos venideros cabrá esperar ayuda de los ecologistas, porque la locura de los estrógenos afecta también al medio ambiente, y a través de él nuevamente a los hombres, en unas dimensiones que se están volviendo preocupantes. A las dosis hormonales que se administran para la llamada

prevención de la osteoporosis se añaden las prescritas tras la pubertad para la evitación del embarazo, y como las hormonas no se neutralizan por completo en el cuerpo femenino, a través de la orina de las mujeres en todo el mundo llega al medio ambiente una inimaginable cantidad de hormonas femeninas activas. Hace mucho que los descreídos del progreso temen que esto puede acarrear efectos perjudiciales. Entretanto, hay algunos hechos sobre la mesa. Que el águila calva, el animal heráldico de EE.UU., ya no es capaz de reproducirse, igual que los caimanes de Florida, y que por tanto estas especies se extinguirán en esta generación, puede inquietar a los defensores de la naturaleza, pero que ello se deba a que los especímenes macho sufren extrañas malformaciones en su aparato reproductor puede parecer más extraño. Pero cuando los biólogos afirman que todo esto se debe a la creciente contaminación del agua con hormonas femeninas, el asunto se vuelve inquietante, porque entonces, algún día, nos afectará también a los humanos.

De hecho, cabe sospechar que esto está ocurriendo hace mucho tiempo, aunque sólo afecte con todo su rigor a animales que se alimentan exclusivamente del agua. Desde 1940, el contenido de la eyaculación masculina media ha retrocedido en un treinta por ciento, de 113 millones a 66 millones de espermatozoides por milímetro. El profesor R. Dougherty, de la Universidad de Tallahasee, en Florida, prevé que en el año 2000 la mitad de los hombres americanos serán incapaces de procrear. Actualmente son ya más del veinte por ciento en los países industrializados. Sólo en Alemania hay tres millones de parejas estériles, recayendo la mayoría de las veces el problema en los hombres. Aun así, cada vez se trata por él a más mujeres. Esto se debe a que las mujeres sufren mucho más por no tener hijos. Los hombres sufren más ante la idea de no ser capaces de engendrar, lo que interpretan como un menoscabo de su virili-

dad, y tienden a evitar a los médicos, que podrían confirmarles semejante horror. A menudo *ella* se ha dejado explorar varias veces las trompas antes de que *él* permita siquiera un recuento de espermatozoides, para lo que no se necesita intervención médica, sino un breve retroceso, carente de dolor, a los tiempos de la masturbación adolescente.

Sin duda también otros factores inciden en esta problemática. Pero echarle toda la culpa al estrés, que también se considera culpable de la mayoría de los demás problemas, no es sostenible en vista de los resultados de la investigación. También el hombre prehistórico, mal protegido en su cueva, padecía estrés a causa de los animales salvajes. Pero aun así debemos nuestra existencia a su sostenida capacidad de procrear.

Animus y *anima*

En el modelo vital, el retorno no sólo se refiere a la dirección del camino, sino también al propio papel sexual. C.G. Jung partía de la base de que toda mujer tenía que preocuparse también de su parte masculina, llamada *animus*, igual que todo hombre tenía que aceptar sus cualidades espirituales femeninas, en la figura del *anima*. Esa integración del polo opuesto no es un problema en la primera mitad de la vida, cuando ambas partes ya tienen bastante trabajo con su papel innato. Pero en la segunda mitad de la vida, cuando se trata del retorno y hay que superar el propio papel sexual, el polo opuesto se convierte en tarea. Sólo una persona que se sienta segura en su papel sexual y lo llene tendrá capacidad de hacer realidad en sí el polo opuesto. Éste es el objetivo que el esoterismo llama boda química (de quimo).

Si la dedicación al polo opuesto es demasiado temprana, es decir, antes de que se haya vivido suficientemente el polo

propio, aparecen problemas. Los hombres degeneran en blandengues que ni siquiera gustan a las *mujeres emancipadas* que originariamente los reclamaban, sencillamente porque tienden a ser blandos en toda regla, lo que, por lo menos en los ámbitos masculinos primigenios, da pocas alegrías. Las mujeres degeneran en hombronas, que no gustan ni a los hombres ni a las mujeres. Mantienen el tipo externamente, niegan todas las debilidades femeninas y suelen pasar por alto que precisamente en ellas están sus puntos fuertes. En el efecto final, la mayoría de las veces no consiguen la dureza masculina, sino perder la ternura femenina.

Sería ideal esperar el momento adecuado, pero después no seguir dudando, sino seguir con valentía los propios impulsos. La tarea apunta en la dirección del hermafrodita espiritual, que une en sí ambas partes en armonía. Desde el punto de vista físico sería una criatura digna de compasión, ni carne ni pescado, pero desde el intelectual-espiritual es la cumbre de la evolución.

Si se niega esa tarea vital, el tema desciende, como suele ocurrir, al cuerpo, y se hace desagradablemente visible. A las mujeres les empieza a salir barba, y sus rasgos se endurecen. Que el mensaje llega y no se ve lo atestigua la lucha que enseguida se enciende contra esta erupción de energía masculina. El vello es perseguido con pinzas como enemigo personal, pero tercamente, como es el destino al perseguir el modelo vital, sale otro nuevo. En los hombres en esta situación se desarrollan auténticos pechos, y los rasgos del rostro se ablandan. La sabiduría popular habla sin respeto y con acierto de viejos afeminados.

La solución es más sencilla en la teoría que en la práctica: se trata de crecer hacia el polo opuesto, desde el punto de vista intelectual. En la relación, esto significaría aspirar a un intercambio de papeles, que es donde se muestran los lí-

mites. Si *él* insiste en ser el único en llevar los pantalones, la evolución de *ella* en dirección al *animus* hará saltar la relación. Si *animus* y *anima* no son buscados al mismo tiempo por ambos miembros de la pareja, esto conducirá a notables animosidades.

En este sentido, los esposos hostiles a la evolución son un grupo suplementario que saca fuerte beneficio de la terapia con estrógenos de sus mujeres. El estrógeno es por así decirlo la parte femenina de la hormona sexual femenina. Ambos sexos tienen básicamente ambos polos en sí desde el punto de vista hormonal. La mujer tiene, con los estrógenos, una hormona marcadamente femenina, y con los gestágenos una que actúa en la dirección masculina. Pero ambas son en última instancia hormonas femeninas. Desde la pubertad hasta el climaterio los estrógenos predominan con claridad, después los gestágenos pasan a primer término y producen un cambio espiritual que facilita la conquista del *animus*. Éste desafía violentamente a un esposo que no quiera abandonar el campo y seguir su propio camino. Los estrógenos mantienen a las mujeres sumisas y pacíficas, y el cese de su influencia puede ser vivido como muy amenazador.

Viceversa, si el hombre empieza a dedicarse a su *anima* y la mujer no está dispuesta a asumir la responsabilidad de su polo masculino, puede verse enfrentada a desagradables, por inusuales, retos en cuanto a decisiones y exigencias de imponerse. Tampoco se sentirá protegida y defendida como acostumbraba. Si él descubre sus aspectos tiernos, su instinto de lucha se reducirá y, con la necesidad masculina de imponerse, se reducirá también su modelo caballeresco.

Por otra parte, hay enormes oportunidades de crecimiento en este segmento de la evolución, siempre que ambos estén dispuestos a *recorrerlo juntos*. Hasta ahí llega la pregunta «¿Vendrás conmigo?» que él quizá le hizo cuando eran dos adolescentes. Podrían instruirse mutuamente en el nuevo territorio a conquistar, cada uno de ellos un guía perfecto para el otro por una vida plena, que es lo ideal. En el mejor de los casos, se acabarán equiparando en un plano interior. Su ciego entendimiento les llevará a una confianza igual de ciega. Cada uno de ellos lo encontrará todo en sí, y su posterior convivencia será un puro lujo. Ya no se necesitan el uno al otro, pero se tienen.

En todo caso, este asimilarse-cada-vez-más puede ocurrir también de forma problemática, si por así decirlo se unen en el mínimo denominador común y excluyen todo lo demás. El humor básico no será aquí valiente, sino temeroso y resignado. Tales parajes se aguantan en su estrechez por necesidad, mientras las relaciones *abiertas* crean en su amplitud un margen libre y fiable para el crecimiento común. Pueden soportar que uno de los dos vaya por delante en determinados campos. Todas estas expediciones por nuevos territorios espirituales sirven por último para ampliar el horizonte común. Cuanto más amplio sea, tanto más grande y rico será el territorio de la vida en común.

Pero a menudo la reconciliación con el polo opuesto sólo se produce cuando uno de los miembros de la pareja, por la razón que sea, es el único que queda. De pronto todos aquellos ámbitos de la vida que hasta entonces la pareja cubría de forma natural se convierten en tarea a descubrir.

PREGUNTAS SOBRE LA CRISIS DE LA MEDIANA EDAD

1. ¿Cómo afronto la mitad de mi jornada?
   —¿Me permito un sueñecito?
   —¿Hago una amplia pausa?
   —¿Me doy tiempo para la regeneración?
   —¿Me alcanza más bien para una breve *(fast-food)* interrupción?

2. ¿Cómo reacciono en vacaciones cuando ha pasado la mitad del mes?
3. ¿Qué significa para mí la mitad del partido en el deporte?
4. ¿Tengo tendencia a llevar las cosas hasta el final?
5. ¿Tengo buena intuición de cuándo es hora de dar la vuelta... por ejemplo en paseos, rutas en bicicleta o de montaña?

Ejercicios

1. Celebrar una fiesta por haber alcanzado la mitad de la vida.
2. Hacer conscientemente balance: festejar lo alcanzado, traer a la conciencia las cuentas pendientes.
3. Aclarar los objetivos para el futuro.
4. Estudiar el mapa de la vida, y especialmente el camino de vuelta: pintar en un mandala (círculo vacío) los episodios más importantes del camino de ida.
5. Ejercicio de mandala:
   —Pintar un mandala de fuera adentro; elegir los colores a ciegas.
   —Pintar un mandala con la pareja de fuera adentro; cada uno se encargará de un tramo. Pintar al mismo tiempo, observar las reacciones a las infracciones de los límites.
6. Tener presente el camino de vuelta y planificarlo; perseguir una retirada ordenada.
7. Ejercicios de centro y equilibrio: meditación, Tai Chi, trabajar en el torno del alfarero.
8. Meditación sobre las apuestas que hasta la fecha se quedaron cortas, especialmente la polaridad entre los sexos.
9. Entregar o devolver la ropa de trabajo, entregar y traspasar los instrumentos o símbolos laborales.
10. Entregar ritualmente la responsabilidad: batuta, el cetro, el certificado de posesión, pasar la antorcha a la siguiente generación.

11. Regalar los aparatos deportivos a los más jóvenes.
12. Quitar las viejas placas de la oficina o modificarlas a su nuevo estado.
13. Sacrificar los símbolos de la primera mitad de la vida y hallar otros para la segunda.
14. Rituales de equilibrio: reconocer y cancelar puntos de ambición todavía pendientes.
15. Suaves rutas de montaña como rituales del retorno al origen; vivir el centro como punto culminante.
16. Introducir y aprender a disfrutar la pausa de mediodía y la siesta.
17. Acometer la fase de paseo por la tierra de nadie, que en ninguna otra crisis es tan dramática, con especiales ritmos en soledad. Meditar y reflexionar sobre el avance de la vida, tomarse tiempo.
18. Convertir el símbolo del Yin y el Yang en centro de una meditación diaria.
19. Reservar un espacio de la casa para temas de retorno y regeneración.
20. Pasar una noche en blanco y observar las transiciones de la naturaleza: la muerte de la luz en el anochecer y su resurrección por la mañana. Meditar, mientras la noche se oscurece, sobre lo que hay que dejar atrás, hacer emerger por la mañana lo que el futuro podría llenar.
21. Soltar lastre: sacrificar el sobrepeso ayunando, disminuir sanamente el volumen para el viaje de vuelta.
22. Cambiar la alimentación a una dieta más ligera, adaptada al paso más ligero de los acontecimientos.
23. Ejercicios para el poseedor de un jardín en la mitad de la vida:
   —Sembrar un trozo de tierra y esperar a ver qué crece por sí mismo en la próxima primavera.

—Excavar un estanque y después dejarlo estar: dejar a la vida su curso o a la naturaleza sus derechos; emplear el biotopo surgido como lugar de contemplación.
—Transformar el huerto total o parcialmente en un jardín de flores, con espacios libres que ya no dan trabajo, y dar una oportunidad a las malas hierbas.
—Suspender la poda de los árboles y dejarles seguir su propio camino improductivo, poner fin al corte del césped y dejar que brote una pradera florida.

11

VEJEZ

El hombre no cumpliría setenta y ochenta años
si esa longevidad no respondiera al sentido
de su especie. Por eso, también la tarde de su vida
tiene que tener sentido y finalidad propias, y no
puede ser un lamentable apéndice de la mañana.
El sentido de la mañana es sin duda la
evolución del individuo, su establecimiento
y reproducción en el mundo exterior, y la
preocupación por la descendencia...
Quien arrastre sin necesidad la ley de la mañana,
es decir, el fin natural, al atardecer de la vida,
tendrá que pagar con multas espirituales...
Dinero, existencia social, familia, descendencia
son mera naturaleza, no cultura.
La cultura está más allá del fin natural.
¿Podría ser la cultura el sentido y finalidad
de la segunda mitad de la vida?
En las tribus primitivas, vemos por ejemplo
que casi siempre son los viejos los guardianes de
los misterios y las leyes, y en ellos se expresa en
primer término la cultura de la tribu.
¿Qué ocurre con nosotros en este sentido?
¿Dónde está la sabiduría de nuestros ancianos?
¿Dónde sus secretos y sus historias soñadas?

C.G. Jung,
El punto de inflexión de la vida

A la crisis de la mitad de la vida y el tiempo de la cosecha le sigue la despedida, consciente o inconsciente, que llamamos vejez. En la mayoría de los casos es relativamente consciente, precisamente porque la rechazamos. Todas las personas de nuestra sociedad quieren llegar a ser viejísimas, pero casi nadie quiere ser viejo. Esta contradicción crea problemas.

Como, a pesar de nuestros numerosos intentos, no podemos evitar la ancianidad, al menos combatimos sus huellas por todos los medios. Nadie debe pensar que uno es viejo. Ser contado entre la *vieja guardia* es casi lo peor que le puede pasar a uno. En cuanto aparece un signo claro de ancianidad, es retocado o barnizado. La cosmética de cobertura, con la que se tortura a la vieja piel, es la variante más suave. La industria cosmética explota hábilmente el miedo al fantasma de la ancianidad y saca al mercado, para los simples, las llamadas cremas antienvejecimiento. La idea de controlar la edad, léase detenerla, untándose tales pomadas, es tan tonta como el intento de prolongar la vida con seguros de vida. En la guerra mundial contra las arrugas en la que todo el mundo occidental se ha aliado se informa continuamente de nuevos avances y victorias, que naturalmente resultan ridículas ante el poder y dignidad de la ancianidad. Algunas arrugas se rellenan, se empapan en aguas milagrosas y se relajan bajo las más variadas máscaras sólo para volver después con su *viejo* poder.

El que después de todos estos intentos no se haya vuelto más liso, irá a que el cirujano le estire la piel. Una vez, dos veces o tantas como sea necesario, hasta que al final no pueda bajar los párpados de pura tensión. En realidad, ha llegado el tiempo de la distensión y el desprendimiento. Quien se haga tensar quirúrgicamente el rostro una y otra vez, es que tiene otras cosas en la cabeza.

Lo que a lo largo del tiempo se ha dejado pendiente se estira quirúrgicamente, no sólo en el rostro, pero también en

él. Cuando algo ya no se mantiene alto y firme, los cirujanos echan una mano. La frente se alisa, aunque quizá no nos quedarían mal unas arrugas de reflexión. Los hoyitos de la sonrisa caen bajo el bisturí, han pasado los tiempos de la risa relajada. Se eliminan todos los rastros. Las lágrimas que no fueron lloradas y se han acumulado en bolsas debajo de los ojos son amputadas; se le corta a uno el luto que no vivió, en el más auténtico sentido del término.

La grasa acumulada en tiempos espiritualmente duros y materialmente abundantes son succionados: debajo de la barbilla y en el vientre, en las nalgas que se desbordan y en los muslos.[83] Los años que uno lleva a la espalda son controlados con gimnasia de mantenimiento, y en caso necesario se sostienen con corsés. Donde los accesorios de la eterna juventud amenazan con marcharse, como ocurre en la cabeza masculina, mediante implantes de cabello se busca una apariencia supuestamente más bella.

Lo que siempre cede y pierde forma ha de ser sustituido o restaurado de tal modo que al menos nadie lo note. El conocedor descubre al viejo rocín en los dientes. Para que al hombre que envejece no le pase algo parecido, hace que le restauren convenientemente los dientes. Lo que en realidad hace mucho que es un cementerio dental parece de puertas afuera un territorio virgen. Se asume el coste de que esa sonrisa deslumbrante y juvenil, con unos dientes de un blanco reluciente, resulte a menudo un poco grotesca en una cara de Matusalén. Se cambian las articulaciones oxidadas antes que permitirles que le lleven a uno al descanso. Si las cataratas[84] tienden su velo gris sobre la vista y le quitan color a la vida, se opera y se cambia la córnea turbia. Riñones, hígados y corazones son cambiados cuando es necesario por material nuevo. Que la mayoría de los repuestos sean partes de cadáveres podría volvernos más respetuosos, pero es reprimido. No dejamos morir lo que en sí hace mucho que

está muerto, sino que lo hacemos vivir en nosotros para borrar la impresión moribunda que damos. Si se quitaran todas las apariencias de hechos falsos en forma de prótesis (en griego: aparentar, engañar), las técnicas, como las gafas, dentaduras, articulaciones y válvulas cardíacas, y las donaciones de órganos de muertos que hoy ofrece la medicina moderna, la edad mostraría su verdadero rostro. Minusvalías y decadencia nos rodearían y nos pondrían delante el adecuado espejo. Eliminar mentalmente todas nuestras intervenciones contra la vejez no significa, naturalmente, que sería mejor eliminarlas en realidad, o que no sea bueno ir al dentista o al ortopeda. Sólo pretende demostrar lo mucho que luchamos contra la ancianidad. Naturalmente, podríamos arreglarnos los dientes y aun así enfrentarnos a las tareas vitales de la vejez.

En el ámbito espiritual no somos tan buenos tapando e ignorando, y cada uno está expuesto a solas directamente a la vejez. Cuanto mejor la ocultemos hacia afuera, tanto más duramente nos afecta en el interior. La vieja india que lleva con dignidad sus pliegues y arrugas puede volver a ser joven por dentro. Nosotros, que quitamos a la vejez todas las posibilidades de expresión, estamos entregados interiormente a ella sin protección y tenemos que asumir cómo prolifera en su forma más fea e irresuelta.

El mandamiento de honrar a los viejos procede de tiempos idos, cuando la edad avanzada y los ancianos significaban algo especial. Hoy «honramos» a los ancianos, si es que lo hacemos, de forma muy transparente, confirmando que *aún* no les va tan mal, con lo que expresamos de forma indirecta que aún será peor y que los tiempos duros *que les harán parecer viejos* aún están por venir. La palabrita «aún» representa el papel clave: «*Aún* no parece usted tan viejo.» O: «Intelectualmente *aún* está lúcido.» O: «*Aún* no se le nota la edad que tiene.» O la pena máxima: «Tiene la inteligencia de un muchacho.» Esta última frase sitúa a la pubertad sobre la ancianidad en cuanto a fuerza intelectual y es ante todo —por usual que pueda parecernos— ridícula. Nuestro respeto no se dirige a la ancianidad, sino a la capacidad de evitar sus huellas o taparlas hábilmente.

Al convertirse en abuelas o abuelos, algunas personas caen en depresiones, en vez de alegrarse por el honor y la nueva tarea. Para ellos esto significa únicamente ser viejo, y le toman a sus hijos realmente a mal haberlos convertido en abuelos. No cabe sorprenderse de que también la relación con los nietos sufra por el miedo a envejecer. La cercanía natural entre abuelos y nietos es precisamente la que facilita el «volverse como niños». Ambas generaciones podrían encontrarse en un plano profundo del mandala vital, porque se mueven sin duda en diferente dirección, pero en la misma esfera. Ésa es también la razón del entendimiento, a veces más profundo entre estas dos generaciones que entre padres e hijos. Éstos van sin duda en la misma dirección en el mandala, pero están en un punto completamente distinto.

Significativamente, las similitudes entre el principio y el final de la vida son profundas. En el mandala se tocan ambos extremos de la vida, y vienen o desembocan en el mismo punto del centro. En la espiral del mandala se entrelazan directamente ambas fases. Lo que empieza sin dientes, terminaría también así si no fuera por estomatología. Es decir, que la agresividad se abre paso paulatinamente y vuelve a retirarse antes del final. Es la fuerza del nuevo comienzo, que tiene que crecer al principio pero se utiliza menos al final. En la homeopatía se utilizan con frecuencia los mismos medios para la primera infancia y la ancianidad. De hecho el hombre recorre importantes fases de la evolución en dirección inversa. Este «volverse como niños» puede tener lugar en un nivel del cuerpo más bien irresuelto y por tanto desagradable, o resuelto en el ámbito intelectual-espiritual.

Físicamente el paso inseguro del niño nada más ponerse en pie asemeja el arrastrado del anciano antes de tumbarse definitivamente. El lenguaje torpe se da tanto al principio como al final. Los pañales necesarios al principio pueden volver a ser empleados al final. El sistema inmunológico, al principio débil, cede también hacia el final. Incluso en el ámbito espiritual se apuntan concordancias: si el niño pequeño que balbucea no sabe tener la boca cerrada, el anciano que anda refunfuñando no se diferencia mucho, y ambos sorben al comer. Pero lo que encontramos disculpable, cuando no encantador, al principio de la vida, ya no nos resulta tan dulce al final, por falta de perspectiva.

Una unión esencial entre principio y fin es por ejemplo la falta de tensión hacia el rendimiento y de la enorme presión que se ha formado en la periferia del mandala. Cerca del centro del mandala se puede vivir relajadamente incluso en una sociedad de alta tensión. Los viejos *vuelven* a tener tiempo de contar historias, y los chicos *aún* tienen tiempo de escucharlas. Son esos segmentos de la vida en los que la seriedad de la vida aún no ha empezado o ya ha cesado, y en consecuencia la diversión y la alegría recobran sus derechos. Aún no hay o ya no hay horarios, el ocio y una pequeña siesta son posibles en todo momento e incluso están bien vistas, porque el entorno, que se atormenta con la seriedad de la vida, prefiere que los muy jóvenes y los muy viejos, que no aportan nada, pero fácilmente lo lían todo, le dejen en paz. Aún tienen o vuelven a tener tiempo para asombrarse ante la maravilla de la Creación, con grandes y viejos ojos de niño.

Los signos de la ancianidad, que contemplamos como enemigos, podrían ser buenos amigos. Al fin y al cabo, no vemos como enemigas las fotos del álbum de familia sólo porque nos recuerdan acontecimientos importantes que han dejado su huella. Si miramos a la vejez con hostilidad no

podremos reconciliarnos verdaderamente con la infancia, tan próximas están la una de la otra.

Aún no consideramos a los niños del todo completos, y ya no lo hacemos con los viejos. Ésa puede ser la razón de nuestra tendencia a volver a poner en cuestión en ambas etapas de la vida las leyes y reglas de nuestra condición humana, conquistadas con esfuerzo. Mientras suponemos (erróneamente) que los pueblos primitivos abandonan a sus viejos y los dejan morir en soledad, nosotros hacemos exactamente eso. Las residencias de ancianos son sólo una perífrasis de ello. En la mayoría de las ocasiones, no se trata de hogares en que los ancianos pueden sentirse en casa, sino de lugares de conserva que materialmente les abastecen de todo lo necesario, pero por lo demás les privan de todo lo que necesitan. Su principal tarea es retirar a los viejos de la circulación y librar a los jóvenes de ellos, incluso apartarlos de su permanente visión. Al fin y al cabo, quien tiene miedo a la vejez no quiere mirar todo el tiempo un rostro arrugado, que le recuerda su propia mortalidad.

La retención de los más pequeños en guarderías y jardines de infancia es similar. Igual que en una residencia de ancianos se prepara poco para el final de la vida, aquí se prepara poco para la vida. La mayoría de las veces, lo que importa es la posibilidad de librarse temporalmente de los niños de forma legal y socialmente reconocida, de *quitarlos de en medio,* porque a menudo nos estorban en la organización de la vida típica de esta sociedad. Y dado que en los distintos centros de retención además aprenden algo, ni siquiera tenemos mala conciencia. De hecho aquí vuelven a coincidir un plano resuelto y uno menos resuelto.

Más clara y aún más dura se vuelve la temática cuando contemplamos fases anteriores o posteriores. Al principio, cuando la vida nueva parece algo tan incómodo, en los primeros meses podemos suprimirla casi a voluntad; al final te-

nemos más inhibiciones, pero pensamos en cómo podemos acabar antes con esa desgracia. Aborto y eutanasia afectan al mismo ámbito en el mandala de la vida.

Cuadros patológicos de la vejez

Las manifestaciones típicas de la vejez no tienen que darse forzosamente, como podemos ver en los menos de nuestros ancianos y, más frecuentemente, en los viejos indios y negros. Pero son típicas de nuestra época y forma social, como por ejemplo la *presbicia*,[85] que en la juventud tiene su polo opuesto en la miopía. Este cuadro patológico hace que el joven se vea obligado a contemplar con más exactitud lo que está cerca, y por tanto su propio entorno vital, lo más próximo se convierte en su tarea, se le priva del futuro. La lejanía, de la que quisiera ocuparse con tanto gusto y tan idealmente, se le difumina. Al mismo tiempo el síntoma, que tiende el suave velo de un filtro sobre la lejanía y el futuro, le muestra cómo soñar más transfigurada e ilusoriamente y superar los rigores y aristas de la vida.

Al anciano, la presbicia le quita literalmente de las manos el periódico. Pronto sus brazos no son lo bastante largos para distinguir algo con nitidez. Tiene que tener todo lejos para poder ver. Su tarea es desprenderse de lo próximo y desarrollar la visión de lo lejano. Debe apartar de sí lo más cercano. Su tema sería desarrollar una perspectiva de la vida. La cercanía se difumina en la falta de nitidez y se oculta con ella a su mirada. La idea es desprenderse de ella y dejar a los jóvenes las pequeñas preocupaciones de la vida cotidiana. El viejo campesino que se ha retirado a su casa ya no tiene que preocuparse por el pan de cada día. De eso se encargan otros, su reino ya no es completamente de este mundo, y en cualquier caso el trabajo y la preocupación

diarios ya no forman parte de él. En última instancia, ésa es la idea en todos los rentistas y pensionistas. En el caso ideal, ya se han preocupado lo suficiente, y el Estado o la antigua empresa se encargan de darles de comer para que ellos puedan ocuparse de otros temas más importantes, como la salud de su espíritu. La presbicia es un intento de ayudar a esa visión de horizonte, intento que los ópticos y oculistas echan hábilmente a perder. En un caso normal, el anciano es demasiado inconsciente como para plantearse esta cuestión, porque eso presupondría plantearse su vejez.

Lo mismo revela, visto de cerca, el *olvido*, que aumenta con los años. Lo más próximo es lo primero que se olvida, lo remoto se mantiene largo tiempo en el recuerdo. Es típico el anciano que, al llegar a la tienda, ha olvidado lo que quería comprar, y sin embargo cuenta por enésima vez sus recuerdos de la guerra. De hecho debe desprenderse consciente y reforzadamente de las pequeñeces cercanas y volverse a las vivencias decisivas. Puede sonar triste, pero está claro que las experiencias bélicas están entre lo mejor que muchos ancianos tienen que ofrecer. Allí estuvieron lejos de la patria y extrañamente vivos bajo la amenaza, como quizá no volverían a estarlo. Aunque el olvido se atribuye a cuadros patológicos como la demencia presenil, la esclerosis cerebral o la enfermedad de Alzheimer, el olvido sigue ese modelo en el que lo primero que se olvida son las pequeñeces cotidianas, mientras se mantienen los grandes rasgos de la vida. Esto se pone especialmente de manifiesto en el *Morbus Alzheimer*, el gran olvido. Este cuadro nos confronta con una intensificación del proceso de envejecimiento, por así decirlo, a cámara rápida, y a menudo mucho antes de tiempo. Su rápido incremento en nuestra sociedad nos muestra una vez más que tenemos un problema colectivo con el envejecimiento.

Todos estos cuadros patológicos, como también el siguiente, encarnan la pérdida de las capacidades de nuestro

ego: al disminuir el cerebro, los afectados son forzados cada vez más a estar en el presente. La falta de distancia es lo que más evidencia la quiebra de todos los límites. Si las crisis espirituales muestran la clase de problemas que pueden surgir de adelantarse en el camino espiritual, los cuadros patológicos vinculados a la demencia ponen de manifiesto que la tarea del ego ha vencido y que el cuerpo sacrifica la base material del ego. También aquí sería mucho más sano seguir el camino hacia lo intelectual-espiritual en vez de forzar al cuerpo a la compensación.

La *arterioesclerosis cerebral*[86] produce, junto al olvido creciente, una pérdida gradual de muchas capacidades cerebrales. La historia de la evolución se recorre a la inversa, y el hombre que envejece es arrojado al mundo aislado de las emociones y los sentimientos, donde al parecer hay que recoger lo que aún falta. Por otra parte, también la calidad saturniana del endurecimiento y la rigidez aguarda su resolución en claridad y estructura, sencillez y retorno a lo esencial. Para los afectados y su entorno resulta una tarea emocional a menudo insoportable, en el frío mundo intelectual de la modernidad. La residencia o asilo es la mayoría de las veces la única salvación, aunque no conseguirá salvar realmente la antigua vida. En el simbolismo de la esclerosis se expresan claramente la dureza y estructura de la piedra caliza, y por tanto también la tarea a resolver: claridad y estructura. Saturno, el principio del tiempo y la vejez, reclama su derecho y lo obtiene de una u otra forma.

La joroba que sale en la vejez pone de manifiesto cuánto le ha doblegado a uno la vida. Muestra que uno se ha hundido, e incluso quebrado un tanto, bajo el peso que el destino o uno mismo se ha echado encima. Así se expresa la falta de flexibilidad, junto al rigor con uno mismo y las exigencias de la vida. Quien se doblega voluntariamente es doblegado con menos dureza por el destino. En cualquier

caso, en la joroba se ha vencido el orgullo. El cuerpo no puede revelar hasta qué punto la humildad mostrada se corresponde con una actitud interior. Sólo muestra el tema, y lo hace con incorruptible claridad.

La *fractura de cadera* revela saltos demasiado bruscos a lo concreto y, ya que siempre se produce por una caída, problemas con el tema primigenio de la caída. La longitud de onda va desde el pecado original hasta una caída sin elaborar desde la escalera de la carrera profesional. El accidente proporciona tranquilidad y tiempo para reflexionar sobre cualesquiera caídas simbólicas que aún requieran elaboración. La llamada fractura por *agotamiento* afecta sólo a los *huesos viejos*, que deberían descansar y cuidarse más para el trabajo evolutivo interno que aún les espera.

Más claramente que cualquier otra fractura, esta típica fractura de la vejez muestra la quiebra de una forma y una actitud rígidas. Un concepto de la vida que ha corrido por viejos raíles se interrumpe aquí, un modelo trillado de vida se rompe. La tarea es muy clara: rompe las viejas estructuras, fuerza externamente al reposo, y así algo podría ponerse interiormente en movimiento. En lo que se refiere al simbolismo del lugar de la fractura, se trata de una temática del caminar, y por tanto del camino. La fractura de cadera bloquea, con la articulación, la posibilidad de salirse y también de transgredir determinados límites vigilados por Saturno. Pero si no se pueden dar más pasos, el progreso externo está bloqueado y el camino hacia dentro libre.

En el deterioro de los sentidos (hasta llegar a fallar) está la invitación a separarse del mundo exterior y volverse hacia dentro, a dirigir la mirada hacia las imágenes y visiones interiores.

En el caso de la *ceguera*, se trata de la mirada interior. En el sentido del mandala, y también según la concepción cristiana, toda solución está de todos modos en el interior:

«Porque en verdad os digo que el Reino de Dios está en vosotros.» Cuando los colores externos palidecen, es imposible olvidar el «cromatismo interior», la primigenia vitalidad interna. En la mitología, es frecuente que grandes videntes como Tiresias, que profetizó el destino de Ulises, fueran ciegos. No es el mundo exterior el que reclamaba su atención, sino el otro mundo, detrás de las cosas. En la vejez, que con la muerte acercándose remite siempre hacia el otro mundo, se trata de pasar de la vista a la visión y desarrollar una mirada interior que, vuelta independiente del mundo externo, también necesite menos sus órganos sensoriales.

La *sordera* remite a la voz interior, que se vuelve más importante que todas las demás voces juntas. Lo que conduce a depresiones y desesperación cuando se vive a regañadientes, inconscientemente puede hacer posible, en un acuerdo consciente y voluntario, un contacto profundo con el ser interior, y convertirse en la mejor preparación para la última crisis vital, en la que los indicadores esenciales vienen de dentro. Quien haya aprendido a ver, oír y escuchar internamente, estará muy bien equipado para esta última crisis. La sordera amenazante muestra que el decisivo oír y escuchar va mal. Amenaza tanto a las personas que no pueden oír en absoluto como a aquellas que sólo han escuchado hacia afuera. La solución estaría en escuchar la propia voz interior y seguir el propio camino.

También el *sentido del gusto* suele palidecer en la vejez. En el plano figurado, esto se pone de manifiesto a veces en la conmovedora «falta de gusto» en la decoración de las casas, que recuerda a la de los cuartos de los niños. Especialmente la tendencia a amontonar y acumular cosas superfluas sería un signo de que la reducción a lo esencial que exigen la vejez y su principio, Saturno, se han quedado cortas. No se trata en última instancia de gusto, sino de reducción y sencillez. Los recuerdos quieren ahora ser interiorizados, y en cualquier caso no ser enterrados en vitrinas de *souvenir*. Lo que interiormente ya no se puede mantener vivo, hay que soltarlo externamente o, mejor aún, regalarlo a los nietos. E incluso lo que internamente aún está vivo se puede arrojar al exterior. El reino de los viejos ya no es de este mundo, sino que se asienta en el interior, allí donde Cristo situaba el reino de Dios.

Con los sentidos exteriores, el mundo del Maya[87] es sustraído, con sus dos grandes farsantes, espacio y tiempo. Una vez desarmados estos grandes ilusionistas, la evolución interior puede avanzar con más facilidad. Si el velo de Isis[88] cae de las cosas, pueden aparecer en su verdadera dimensión en el interior, y su esencia se revela con mayor claridad. Sin distracciones externas es fácil llegar hasta lo esencial. La tarea es pues llegar desde las impresiones sensoriales y la sensualidad, desde los sentidos, al sentido. La transformación de los sentidos exteriores lleva al sentido interior. Esta evolución es atizada por la paulatina retirada de los sentidos, pero también podría producirse voluntariamente y sin pérdida de los cinco sentidos.

Los cuadros patológicos que sólo aparecen en la ancianidad o especialmente en ella, como el *Parkinson*, el *baile de San Vito* o, dentro de ciertos límites, también el *cáncer*, tienen, junto a su importancia sintomática específica, esa relación con el hacer balance y el retorno al modelo de vida del mandala. En el cáncer, que también se da entre los jóvenes pero tiene más relación con la vejez, el tema del camino vital y la especial tarea primigenia tienen un papel destacado. Se trata de vivir la vida, incluso de cometer los propios errores. Una vida, por buena que sea, sin errores, puede pasar de largo ante la propia tarea vital y llevar a un callejón sin salida cuyo punto muerto es el cáncer. Casi se podría decir que el cáncer hace balance y deja claro que el camino seguido no era el propio. A menudo corrige la vida en esa dirección, por

lo menos en personas que salen con vida de él. «Salir con vida» no se refiere aquí sólo a la muerte, sino también al otro camino, que no forma parte de la propia esencia.

En todos estos graves cuadros patológicos de la vejez se muestra siempre la oportunidad de entender la *enfermedad como camino*, y sacar el mejor partido de ella. Cuanto más tarde emerge una crisis en el modelo del mandala, tanto mayor y más amenazadora puede ser la presión que parta de ella, pero tanto mayores serán también las oportunidades de aprender y orientarse de nuevo hacia el propio modelo.

Junto a los cuadros patológicos de la vejez que amenazan con acortar la vida en su fase final, hay una serie de signos no peligrosos e indicativos de la vejez que, en su simbolismo, proporcionan también abundantes indicaciones para el modelo aún por resolver.

Tan inofensivos mensajeros de la vejez son, por ejemplo, las llamadas *manchas de vejez* de la piel, que sin duda combatimos con vehemencia pero son imposibles de erradicar. Con el tiempo a la piel le salen manchas, y con ellas no sirve ninguna limpieza ni ningún truco. Todo esto sería además superfluo, porque no son más que los signos del tiempo.

Igual de claras y —aparte de su simbolismo— tan inofensivas como las manchas son las multiplicadas excrecencias de la edad, desde las *verrugas de la vejez* hasta indefinibles elevaciones e irregularidades de la piel. Durante toda la vida uno ha defendido su piel, y eso ha dejado huellas y cicatrices. Mientras los muchachos, que nada quisieran más que estar marcados y ser adultos, muestran orgullosos sus cicatrices, los ancianos ocultan estos rastros del tiempo, a menudo con vergüenza. Las verrugas sacan además a la superficie rasgos oscuros, no vividos, y nos recuerdan nuestras mágicas raíces en la infancia, donde tuvieron otro punto culminante. Las conocemos por la nariz de la bruja, y las conjuramos con éxito con medios mágicos.

También los *cabellos* llevan a cabo juegos *peculiares* de la edad. Mientras se aclaran en la cabeza, donde son un bien visto símbolo de estatus, brotan de pronto de orejas y nariz, cierran el hueco entre las cejas o bailan, desarrollando longitudes insólitas. Cuando los hombres renuncian avergonzados a toda excrecencia, sus cabellos se vuelven locos y parecen disfrutar poniendo en *juego* todas sus locas posibilidades e impulsos ahora, en la ancianidad, cuando ya no se trata de hacerlo.

La tarea es quitar al cuerpo todos estos juegos y propasarse uno mismo, salirse de la fila y hacer locuras. Que sean los cabellos, como símbolo de la libertad y el poder, los que viven este *juego* de rol, es un azar regulado, porque ni se caen por casualidad ni hacen locuras absurdamente.

Los arquetipos de la vejez

El novelista suizo Max Frisch ha desarrollado en sus diarios[89] una irónica psicología del envejecimiento, en forma de un sistema de tres niveles en el que cada cual puede fácilmente reconocer el estadio en que se encuentra. Frisch distingue premarcados, marcados y ancianos.

Sobre la primera categoría escribe:

«El premarcado disfruta de que se le tenga por más joven, aunque sólo sea un año, y a la vez no lo disfruta. Aun así tiene 40... Si hace deporte, por ejemplo esquí, el premarcado descubre que cuando hay jóvenes delante va más rápido de lo que en realidad le apetece...

»A veces se traiciona por su falta de tacto; delante de personas décadas más viejas, el premarcado recalca que ya no es un muchacho, mientras ante los jóvenes gusta de enfatizar todo lo que ha hecho. El premarcado siempre trae a colación la cuestión de la edad.

»No admite en modo alguno que le sujeten el abrigo. Si en un agradable encuentro faltan sillones, él es de los que se sientan en el suelo. No utiliza jamás la escalerilla de la piscina, sino que se tira. Si hay que llevar esmoquin, muestra una actitud campechana, con las manos en los bolsillos. Cuando sale a hacer senderismo con los más jóvenes, él lleva la mochila, etc., pero llama la atención sobre sus primeros cabellos grises o blancos, como si en su caso lo natural fuera una curiosidad... No puede soportar los chistes de viejos. Esto no es nuevo. Sólo que ahora se le ocurren a él mismo.

»Si ha salido con vida de un grave accidente, cuenta una y otra vez el proceso exacto de su casi-muerte; el premarcado sabe que dentro de unos años ya no será lo mismo... nuestra oportunidad de tener una muerte trágica tiene un plazo.

»Dejar que sus compañeros jóvenes y jovencísimos expongan su opinión cuando aparecen en su sección le resulta al premarcado más difícil que al marcado. Se sorprende a sí mismo calificando de moda todo lo que viene de los más jóvenes... empezando para él este concepto exactamente allí donde, a pesar de intentar adaptarse, ya no lleva el paso.

»P.S. El marcado tiende a lo contrario: olfatea en alguna medida lo que sólo es moda, lo que va a hacer época, y gusta de presentarse como un pionero.»

«El marcado se reconoce en que nadie le envidia, aunque disfrute de prestigio o posea un patrimonio, es decir, tenga posibilidades de ellos, los más jóvenes, no tienen; aun así, nadie se cambiaría por él... El marcado empieza a envidiar cada vez menos los logros de sus contemporáneos que su edad: sus reservas de futuro.

»El marcado advierte o no advierte que su presencia inhibe a los demás; se le da la mano cuando llega, y no tiene que ser una tarde perdida, sólo que se vuelve otra tarde; en-

seguida se nota que está presente un marcado: algo es agotador, él no quiere que se le atienda, y la cosa sólo funciona si se le atiende... El cambio visible que más irrita allá donde va, ya sea por su trabajo o por sociabilidad, es la mayoría de contemporáneos que son más jóvenes que él; no todos son más jóvenes que él, pero sobre todo lo son aquellos contemporáneos que le interesan.

»El marcado empieza a hacer frases: Al fin y al cabo ya hemos visto en una ocasión que / También uno en una ocasión / Si es que usted sabe lo que es eso / En mis tiempos[90] / En nuestros tiempos / Hoy en día todo el mundo cree / A su edad, sabe usted, me habría dado vergüenza / Según mi experiencia sólo hay uno / Hay que dar a los jóvenes una oportunidad / etc.

»El marcado se reconoce en una nueva forma de aburrimiento. Si antes se aburría a veces, la mayoría de ellas era debido a las circunstancias: en el colegio, en la oficina, en el servicio militar, etc... En realidad, (antes) podía imaginar en todo momento una situación en la que no se aburriría. Lo nuevo es que también la realización de sus deseos empieza a aburrirle...

»Si alguien dice una obscenidad, ríe con breve retraso, porque tiene que examinar si se refiere a él, y luego ríe un grado de más, que le desenmascara.

»El marcado despierta con frecuencia antes de romper el día —a la hora de las ejecuciones—, despierta porque no está cansado. Se convierte en un madrugador... ¿Para qué?

»El marcado se encapricha para manifestarse como personalidad, al menos ante sí mismo; lo que no convence a su entorno lo hace precisamente por llevar la contraria. (Estadio tardío.) Terquedad de la vejez.

»¡Cómo podéis —piensa con reproche—, andar durante días vagando por ahí! El marcado no podría: sólo perseguir el placer... pero su capacidad de disfrute ya no alcanza.»

Sobre el tercer y último escalón previo a la muerte, escribe Frisch:

«El anciano como manifestación externa es conocido. Arrastra los pies, los talones apenas se levantan aún del suelo; sólo da pasitos, como si caminara en todas partes sobre hielo; si se sienta en un sillón, abre las piernas, de manera un tanto indecente. Todos sus movimientos, los casuales igual que los apremiantes, tienen el mismo ritmo. Si ha bebido una cerveza, no puede retenerla mucho tiempo. Si no oye lo que se dice alrededor de la mesa, no le importa. No sólo tenemos que hablar a voces para que entienda, sino además simplificar nuestro discurso, y lo que finalmente ha entendido no hace sino confirmarle que antes no se había perdido nada. Cuando mastica, se nos quitan las ganas de comer la misma comida... Cuando se sientan varios juntos, uno piensa en batracios; no tienen nada que ver con nosotros. Si se ayuda a un anciano en la calle o a subir la escalera, se siente uno confuso; se toca su cuerpo con disgusto. Cuando duerme, parece un muerto; no nos da precisamente lástima. En un banco en el parque, no molesta. Si se le conoce de antaño, se es disperso en la conversación con él; sólo se le ve desde fuera: las venas de su mano, sus ojos acuosos, los labios...»

En las sutiles observaciones de Frisch se pone de manifiesto que precisamente en nosotros, que no la queremos, media vida gira en torno a la ancianidad. Y lo más desagradable: la miseria empieza largo tiempo antes de la verdadera edad. Pero vamos a ver ahora los arquetipos clásicos de la vejez, en sus manifestaciones resueltas e irresueltas.

El arquetipo más conocido y popular es el del *viejo sabio*, o la *vieja sabia*, que en todo caso representa en Occidente un papel muy subordinado y se desarrolla con extremada rareza. Pero serían, también entre nosotros, el objetivo vital de muchas personas. Por lo demás, los arquetipos

que presentamos valen para ambos sexos, aunque los presentemos aquí en su papel sexual más típico. En el mandala se apunta el camino vital para llegar a ser un viejo sabio. Sería aquella persona que, después de haber superado sus tareas en el camino de ida, se retira conscientemente de la polaridad y concentra sus energías en el retorno al centro. Al menos se desprende interiormente de las propiedades materiales y de todo lo no esencial y se preocupa más bien por el viaje hacia dentro. Tras las huellas de Sócrates, puede reconocer que con todos sus conocimientos no sabe nada, y que la sabiduría nace de la sencillez. Su pensamiento abandona la superficie y penetra en aquellas profundidades en que los modelos del mundo están tejidos a base de principios originarios y la unidad brilla por entre las estructuras de la polaridad. No sólo conoce intelectualmente las cosas, sino que vive de las experiencias de su verdadero ser interior, que existe más allá de la polaridad y se experimenta como claridad y pureza. Ya no actúa en nuestros sentidos, porque vive en aquella actitud intelectual que el budista llama Upekkha, indiferencia. Como el sol, que hace brillar sus rayos sobre lo bello y lo feo, el anciano sabio puede verlo todo sin tener que valorarlo y mucho menos juzgarlo. Mientras descansa en sí mismo, mira al mundo consciente y benevolente, y experimenta que todo está en (el gran) orden.

Éste es el principal motivo de nuestras dificultades con este anhelado arquetipo. La sociedad occidental del bienestar ha acumulado enormes conocimientos, y ha llegado con su física hasta aquellos límites en los que topa con el conocimiento de las antiguas doctrinas de la sabiduría. Pero ha dejado consecuentemente de crear o mantener espacios para la experiencia, en los que este conocimiento pueda ser vivido y mantenido vivo en el propio interior. Oriente nos lleva una ventaja de innumerables ejercicios prácticos, meditaciones y ejercicios, por eso tantos occidentales se vuel-

ven hacia Oriente en busca de sabiduría. El anciano sabio es el hombre que ha vuelto a ser niño a un nuevo nivel, que penetra la ilusión del tiempo y vive en la unidad. Ha alcanzado el centro en el mandala y abandonado el mundo (la polaridad), aunque físicamente aún siga en él.

Pero donde el intento de ser viejo *y* sabio sólo se logra parcialmente o el objetivo se pierde tempranamente de vista, surge con mayor frecuencia la caricatura del viejo sabio. Es el viejo que se ha vuelto tonto, el «profesor despistado», que sin duda ha acumulado conocimientos pero carece de sabiduría y pierde la visión y el contacto de manera lenta, pero segura, o el anciano crónicamente insatisfecho, un hombre que se ha quedado colgado de sus proyecciones y vive en insatisfacción con el mundo. No penetra el sentido de sus propios juegos y se aferra ignorante a todo lo material.

También en las formas de juego no resueltas de la vida hay que intuir siempre el otro lado, el resuelto en este caso. Así, la tarea se pone de manifiesto en los síntomas, tan difundidos como típicos, del anciano despistado cargado de conocimientos. Miope desde hace mucho, hace décadas que sufre de presbicia. Así que debería ver el conjunto, desde lo próximo hasta lo lejano, encontrar la totalidad dentro y fuera de sí. El «moderno sabio» sería sabio en el sentido tradicional del viejo vidente, por ejemplo en calidad de sabio científico rural.

Otro aspecto del arquetipo resuelto es el *viejo loco*, que ha encontrado la libertad y ya no tiene que demostrar nada. En las historias zen se describe muchas veces el momento en que el ejercitante alcanza la liberación (del mundo polarizado) y se convierte en maestro. No pocas veces el mundo se hace eco de su risa, porque mirando hacia atrás apenas puede comprender lo fácil que siempre fue todo y lo ridículamente que se comportó.

En la Edad Media existía el oficio de bufón de la corte

que, equipado con la proverbial libertad del bufón, podía permitírselo todo. Siempre que eligiera una forma ingeniosa, podía decirle la verdad en su propia cara incluso al gobernante. Los indios tenían una especie de bufón de la tribu, el *heyokah*, que siempre estaba presente en el consejo de ancianos y adoptaba las posturas más imposibles y descaradas. Formaba parte de su misión defender en cada momento la opinión contraria y discutirla del modo más alocado. Esto tenía la ventaja de que el polo opuesto siempre entraba en la conversación y no podía traicionar a la tribu de forma inesperada. Bufones y heyokahs tenían presentes las verdades más profundas e ignoraban las posiciones cotidianas y las ventajas evidentes. Naturalmente, sólo hombres entrados en años, especialmente inteligentes y despiertos, estaban en condiciones de ocupar estos puestos con el ingenio necesario y la profundidad adecuada.

Semejante figura valdría su peso en oro en nuestro tiempo. Imaginémoslo en el mundo de la política, independiente de los partidos y sus pequeñas disputas en torno al dinero y otros intereses evidentes, comprometido sólo con la sociedad y además lo bastante ingenioso e inteligente como para decir lo indecible y vestir de broma lo impensable, romper tabúes y reírse de sí mismo y del mundo. La política podría volver a ser interesante y tener gracia. Igual de refrescantes serían los efectos de un viejo loco en la economía, cuando todos se estrujaran la cabeza con los dividendos y él reflexionara sobre perspectivas para el próximo milenio, conmoviera con chistes el orden anquilosado y con ello devolviese al consorcio el orden con mayúsculas. Mientras los *viejos avaros de poder*, un arquetipo especialmente extendido entre nosotros, luchan por mantener el control, él podría pasarse el cierre de ejercicio por el arco de triunfo y reírse del miedo a que los ejecutivos jóvenes se hagan con el poder.

Cuando la evolución hacia el loco total se estanca, puede

surgir el *viejo chiflado y raro*, que vive como un excéntrico en su propio y pequeño mundo y ya no se hace entender, porque se ha enredado y ha perdido el norte. En un momento u otro considera su trocito de tierra como el verdadero mundo, como le ocurre al coleccionista de sellos o jarras de cerveza, que se entrega por entero a su colección y se olvida de la vida.

Una caricatura igual de poco simpática es la del *viejo quejicoso y criticón*, que todo lo sabe mejor que nadie y, la mayoría de las veces, no entiende nada. Si realmente algún día hubiera sabido más que nadie de algo, no tendría que sufrir de insatisfacción crónica. En vez de estimular a los demás con la provocación de sus poco convencionales pensamientos, se convierte en el típico rompenervios que irrita a todo el mundo. A todos les roe y a todos tiene algo que decirles, aunque en realidad no tenga nada que decir. Se toma a sí mismo amargamente en serio, y nadie puede seguirle en eso. Su figura y sus intervenciones provocarían risa si no fueran tan tristes. A diferencia del bufón de corte o el heyokah, que se hace el loco, el quejica *se vuelve loco* en el más amargo sentido del término.

El *indiferente*, que ve en todo el imperio de la ley y acepta conciliador las cosas tal como le vienen, ha encontrado el centro a su manera. Un buen ejemplo lo da aquel maestro zen al que una joven de un pueblo cercano, por miedo a su familia, acusa de ser el padre de su hijo. Cuando el niño nace, la comunidad se lo lleva al maestro entre gritos e insultos. Él sólo dice «Bueno, de acuerdo», y se queda con el niño. Cuando la joven confiesa la verdad tres años después, las gentes del pueblo se disculpan ante el maestro y le piden que les devuelva al niño. El dice «Bueno, de acuerdo», y se lo entrega sano y alegre.

La *buena abuela*, que ha reanimado a la niña que lleva dentro y, con esa comprensión, sale al paso de todas las formas de vida con misericordia, ha vuelto a su manera al centro del mandala. Es lo mejor que les puede pasar a los niños que se cruzan en su camino. Su hermana oscura es la *solterona*, la muchacha tardía que sigue esperando al príncipe azul, una especie de Bella Durmiente entrada en años que se ha resignado.

El *buen pastor* y maestro de sabiduría, que transmite el conocimiento encontrado en sí realizado, es más raro que el religioso fanático, ante cuyo ardiente aliento nadie está seguro y que, evitado por todos, se vuelve un perseguidor tanto más pesado. Su mayor delito es quizá abusar del nombre de Dios para ese juego egoísta.

Los cuatro arquetipos resueltos los conoce nuestra cultura, significativamente, sobre todo en figura masculina, como maestro, viejo sabio, loco sabio y buen pastor. Naturalmente, también pueden revestirse de ropajes femeninos: la maestra, la vieja sabia, la vieja *excéntrica* y la abuela. Entre los arquetipos resueltos hay muchas mezclas, y lo mismo ocurre con las variantes irresueltas. Naturalmente sólo existe un centro, y en él radica la liberación. Los cuatro modelos resultan únicamente de las tonalidades que los elementos producen en el camino de cada uno. Por supuesto, también el bufón sabio tiene la posibilidad de enseñar. El buen pastor puede poseer la claridad del sabio y la misericordia de la abuela, que por su parte también puede haber encontrado la libertad del loco y la pureza del sabio.

De los modelos irresueltos hay muchos que constituyen anomalías de las variantes resueltas, aunque la cualidad resuelta brille siempre. El *viejo gris*, que va por la vida de *lobo solitario* y se consume de amargura, es en cierto sentido el polo opuesto del viejo loco. Mientras este último ya no se puede tomar en serio a sí mismo y a lo superficial del mundo, el lobo gris tiene pretensiones terriblemente serias. Como viejo y orgulloso guerrero, los más jóvenes lo ignoran o lo derrotan, lo que no hace sino aumentar su amargura y de-

cepción. En vez de superar con ingenio una realidad banal, está prisionero en ella y enredado en sus problemas personales de si lucha como guerrero solitario por alguna causa justa o contra algún supuesto enemigo o va por la vida como un viejo bribón. A menudo ha perdido el contacto con la realidad y se enreda en su mundo de apariencia. En la política, este tipo se encuentra entre los Panteras Grises, que gritando más alto que los jóvenes luchan por cargos y derechos para los ancianos. En su soledad, la solución sería que lo encontrara todo en sí mismo.

El *viejo orgulloso*, que va por la vida de manera inflexible y con supuesta dignidad, es otra variante. Irreconciliable y duro consigo y con el mundo, no conoce la autocompasión y se siente en posesión de la verdad y la razón hasta el final. Su objetivo sería caminar erguido con total sinceridad para consigo mismo.

Una variante emocionante y divertida es la del *viejo zorro*, cuyo arquetipo en las películas policíacas es el viejo delincuente que enseña los gajes del oficio.

La *vieja bruja*, o solterona amargada que se ve como víctima de un mundo malvado y se ha vuelto perversa, se enreda en las proyecciones. Igual que la inquisición proyectaba todo lo malo de su mundo pequeño y clerical sobre las «brujas», ella desplaza todo su fracaso sobre el mundo. Envenenada por su propia amargura, salpica veneno y está convencida de que los otros la han hundido o quieren hacerlo. Su envidia y sus aspiraciones se dirigen hacia la juventud vital, que la posterga en los cuentos y en la vida. Su objetivo es volver a ser como esos niños. Su error está en que lo intenta devorándolos, en vez de mediante el cambio interior.

La *vieja avara* recuerda al viejo avaro de poder, teniendo su espíritu ligado al poder material. Tiene un miedo espantoso al fin próximo, que será también el fin de sus ilusiones,

cosa que lleva intuyendo toda la vida. En consecuencia, vive el infierno antes de morir, mediante la confusión del oro interior con el exterior.

El tipo *antes-todo-era-mejor* se ha quedado colgado, y echa de menos tiempos y oportunidades pasadas. Con frecuencia tiene la sensación de que se le ha terminado la vida, porque los buenos y viejos tiempos junto con sus fantásticas oportunidades no volverán. Los tiempos ya no podrán ser tan buenos como para que él vuelva a abrirse a ellos, y probablemente nunca estuvo abierto, porque los buenos y viejos tiempos están por definición en el pasado. La búsqueda de la edad dorada es tan ilusoria como la de El Dorado, mientras no se desplace hacia el interior.

La *vieja cotilla* lava los trapos sucios de los demás a la vista de todos. Su modelo es hablar de otros, en vez de desarrollarse ella misma. Ofrece consejos que nadie ha pedido sobre cómo se pueden hacer las cosas, sin tomar ella misma la iniciativa. Para no verse a sí misma, mira a los otros, y la mayoría de las veces lo hace tan mal como ella se siente. La solución para ella estaría en entender el mundo exterior como espejo.

El *viejo trotamundos* conoce el mundo mejor que a sí mismo. Se niega a envejecer, y ha convertido en escapada la salida a tener experiencias. En unión con gente joven, se deja llevar por el mundo como un hippie tardío, de lugar en lugar, en fuga de sí mismo. Está orgulloso de que ninguna mujer y ningún país pueden retenerle, y no hay nada que tema tanto como el espejo en que tenga que reconocerse. Mientras se defiende más mal que bien, pierde la oportunidad de llevar una vida propia. En su orgullo por su falta de vínculos, no se da cuenta de que los otros, que no huyen constantemente, disfrutan de más libertad que él. Un nivel ulterior de este modelo es el *viejo vagabundo* que, convertido en desecho del mar de la vida, huye de ella mediante el

alcohol. En su constante fuga, convertida en adicción, se trata de redescubrir la búsqueda que apunte al propio centro.

El *viejo verde* es el resto lamentable del eterno adolescente, que no ha encontrado una salida elegante en la vida, pero tampoco quiere abandonar su modelo. Sigue intentando demostrar su virilidad con conquistas, lo que con la edad se va haciendo cada vez más difícil y es cada vez menos reconocido por su entorno. Junto a las prótesis capilares y dentales, tiende a los rituales de la píldora contra la impotencia. La *señora recién estirada* es su contrapunto femenino, que tampoco se las arregla con la vejez y la vida. Ha entregado su cuerpo como campo de experimentos médico-cosméticos. A pesar de tal sacrificio, la *playgirl* entrada en años lo tiene aún más difícil que el correspondiente *playboy*. En un momento u otro ya nadie quiere jugar con ellos ni dejar que jueguen con él. La tarea aquí volvería a ser conquistar el otro polo. El problema vuelve a ser la orientación unilateralmente física.

Como todas las demás soluciones, esta última también apunta hacia el interior, hacia el propio centro. El exterior, la forma, es sólo un auxiliar en este camino. En cuanto se convierte en fin en sí mismo, empieza el extravío en el modelo vital y el sufrimiento. El propio centro se corresponde con el centro del mandala, que en esta fase de la vida resuelve toda evolución o aspira a ello.

PREGUNTAS SOBRE LA VEJEZ

1. ¿Qué siento ante las puestas de sol?
2. ¿Cómo manejo la fase final de unas vacaciones?
3. ¿Cómo me comporto hacia el final de un juego? ¿Me resultan más difíciles o más fáciles los últimos puntos?
4. ¿Me lo como siempre todo, o tengo tendencia a dejar un resto?

5. ¿Qué actitud tengo hacia las despedidas? ¿Puedo despedirme fácilmente y me marcho con gusto? ¿O sufro al hacerlo? ¿Aplazo las despedidas (necesarias)?
6. ¿Reconozco cuándo es hora de despedirse, cuándo es suficiente?
7. ¿Despido a otros con gusto? ¿Los acompaño al tren o al avión? ¿Con qué sensaciones les digo adiós desde el andén?
8. ¿Qué atención pongo a un final redondo de lo que hago?
9. ¿Con cuánto gusto y cuánta frecuencia me cambio de casa, y qué se oculta detrás?

Meditaciones como preparación para la gran despedida

1. Imaginar que uno se deja llevar a mar abierto: ¿está en primer término el aspecto del disfrute o el del miedo?
2. Imaginar que uno flota solo en el universo: ¿puede disfrutar de la libertad, o le da miedo?
3. Escalada como imagen del modelo vital: ¿qué ideas y sentimientos le unen a usted a una escalada a la que tiene que partir poco antes de salir el sol?
   —Imagínese una escalada así, desde el momento en que el despertador llama a la aventura a una hora desacostumbradamente temprana.
   —Experimente sus sentimientos cuando el sol se alza sobre el horizonte mientras usted escala la montaña, que representan este día y esta vida.
   —¿Cómo se comporta en la cima? ¿Puede disfrutar de la cumbre (de la vida) y de las vistas desde aquí arriba (crisis de la mediana edad)? ¿Se concede una pausa?
   —¿Con qué sentimientos empieza el retorno a casa? ¿Cómo afronta el descenso? ¿Le proporciona tanta alegría como la subida?

—¿Cómo llega al pie de la montaña? ¿Cómo se sentirá esta noche, al irse a la cama tras la escalada?
—¿Puede imaginarse que traspone esta aventura a la realidad?

Ejercicios

1. Llevar a cabo rituales de despedida de las cosas superfluas, y tirarlas después realmente. Hacer limpieza.
2. Dejar conscientemente lo que ya no cuadra con los tiempos. Por ejemplo, regalar el coche deportivo a los hijos o a alguna asociación benéfica.
3. Hacer testamento:
   —Para los propietarios concretos.
   —En sentido intelectual-espiritual, ¿qué va a quedar de mí?
4. Llevar a cabo rituales de despedida de las cosas aún necesarias (como la casa, la vivienda), y tener claro que la muerte se las llevará.
5. Visitar por última vez los lugares de especial importancia personal.
6. Meditar sobre lo que al final es posible llevarse consigo.
7. Hacer amistad con el arquetipo de Saturno:
   —Conocerlo en teoría.
   —Experimentarlo en la práctica en ejercicios de severidad y sencillez, ayunando, sometido a estricta y sencilla meditación en un monasterio, etc.
8. Hacerse la vida fácil y tomarla como fácil: el bastón como símbolo de ayuda.
9. Aclarar los temas principales de la vejez:
   —Aprender a tratar con la pérdida: ir conscientemente a los cada vez más frecuentes entierros, reconocer como símbolo la pérdida de fuerza física y salud, incluir en los planes la necesaria pérdida de rango externo y estatus. Del trato consciente con la pérdida es de donde más puede surgir la sabiduría.
   —*Arreglárselas* con uno mismo: autoconocimiento y trabajo en la sombra. Puede ser de mucha ayuda el libro *La sombra dorada*, de William A. Miller (Múnich, 1994).
   —Reconocer el gran todo y someterse a él, integrarse en la Creación y reconocer valores supraordenados: ¿qué va más allá de mí mismo?
   —Volver a ser como los niños, recuperar la inocencia: la confesión como preparación, emancipación de las tareas cotidianas, dar al corazón prioridad sobre la cabeza como en la infancia, volver al país de los mitos y misterios y tender un puente hacia los sueños e ideales de la juventud.

12

MUERTE

Queréis conocer el secreto de la muerte.
Pero ¿cómo váis a descubrirlo si no buscáis
en el corazón de la vida?
El búho, cuyos ojos limitados a la noche
se ciegan durante el día, no puede
desvelar el sagrado secreto de la luz.
Así que si en verdad queréis ver el espíritu de la muerte,
abrid vuestro corazón al cuerpo de la vida.
Porque la vida y la muerte son uno como son uno el río y el mar.
En la profundidad de vuestro esperar y querer está
vuestro tácito conocimiento del más allá;
y como la semilla sueña bajo la nieve,
así sueña vuestro corazón con la primavera.
Soñad vuestros sueños, porque la puerta de la
Eternidad se oculta en ellos.
Vuestro miedo a la muerte no es más que el temblor
del pastor cuando está ante el rey, cuya mano se
posa sobre él en señal de benevolencia.
¿No está el pastor, bajo su temblor, lleno de
alegría de poder llevar la señal del rey?
Y aun así, ¿deja de ser consciente de que tiembla?
Porque, ¿qué otra cosa es la muerte más que estar
desnudo al viento y fundirse al sol?
¿Y qué otra cosa significa el pararse de la respiración,
que su liberación del incansable flujo sobre el que se alza
y despliega y busca a Dios, sin ser molestada?
Sólo si bebéis del río del silencio,
cantaréis en verdad.

Y sólo si escaláis la cumbre de la montaña
empezaréis a subir.
Y sólo cuando la Tierra reclame sus derechos sobre vuestros miembros, bailaréis en verdad.

KHALIL GIBRAN,
De la muerte

MORIR EN LOS TIEMPOS MODERNOS

Pocos temas despiertan en nosotros tanto miedo como el morir. La muerte y el tiempo forman parte del mismo principio originario, y en última instancia todo tiempo corre hacia la muerte, o como lo formula el maestro Eckart: «Lo que atañe al tiempo es temporal y mortal.» Desde el punto de vista mitológico esta temática está representada por Cronos-Saturno, que con la hoz y la guadaña lleva consigo los símbolos de la cosecha, pero también de la finitud. Ambos ponen de manifiesto que cosecharemos lo que hayamos sembrado y moriremos como hayamos vivido; de nosotros sólo quedará lo esencial. En el mito, Saturno devora a sus hijos, igual que el tiempo devora a sus hijos y todo lo que ha nacido tiene que morir.

Este conocimiento la mayoría de las veces inconsciente, presente siempre como intuición, nos hace caer en diversos y peculiares trucos relacionados con el tiempo. Intentamos ahorrarlo convulsivamente, con la irreflexiva idea de que así al final tendremos más. Pero cuando realmente nos queda tiempo hasta el final no nos atrae, sino que intentamos matarlo con cualesquiera distracciones. Pero sólo el tiempo y su principio originario podrían ayudarnos a salir del dilema. Como tiempo, muerte, el guardián del umbral, retorno, reducción a lo esencial, depresión, problemas óseos, enfermedad en general y regresión forman parte del mismo principio, tenemos elección: si nos dedicamos intensamente a

la idea del cambio y el retorno en la vida, si nos concentramos en lo esencial, estaremos relativamente seguros ante las otras formas del principio. La vejez se ha convertido entre nosotros en una época de enfermedad. Éste es un plano posible a la hora de configurar esta fase de la vida, pero no es el único ni el más hábil. El principio de Saturno sólo quiere su tributo en forma de atención. La divisa en que paguemos es algo que se deja en gran medida en nuestras manos. Los típicos cuadros patológicos limitativos se aceptan lo mismo que la limitación y modestia conscientes, la reducción voluntaria de las necesidades, la soledad autoelegida, la vuelta a lo esencial de la vida y el recogimiento. Pero en vez de satisfacer el principio intentamos escapar a sus elementos más desagradables, especialmente la muerte; preferiríamos engañarla.

Nuestros intentos a este respecto van desde obras literarias exigentes, como *Jedermann*, hasta grotescas regresiones. En EE.UU. se ha pasado ya a maquillar juvenilmente los cadáveres para no tener que enfrentarse a los signos de la muerte. Todo el gasto que hacen la cosmética y la medicina para borrar las huellas del envejecimiento está alimentado en última instancia por el miedo a la muerte. Es tan intenso que nos lleva a la falta de gusto y nos hace olvidar nuestra humanidad.

Así pues, la mayoría de las personas (según el profesor Student, entre el 80 y el 90 por ciento) de nuestra sociedad supuestamente humana y supercivilizada mueren solos y apartados, en los cuartos de baño y pasillos de hospitales y asilos. Aunque según una encuesta la mayoría de los alemanes preferiría morir en casa, el 90 por ciento de los habitantes de ciudades y el 60 por ciento de la población rural aterriza en el hospital o en el asilo. Sólo uno de cada cinco consigue morir entre sus propias cuatro paredes. El miedo a la muerte está tan extendido que apenas hay personas que

confiesen este último deseo a sus allegados. Antes de que haya llegado su hora, son llevados al hospital con cualquier razón o pretexto médico. También representa un papel la esperanza irracional de que la medicina pueda vencer a la muerte en el último momento.[91] Como la mayoría de las personas no va a clínicas privadas, se les lleva a habitaciones comunes. Si alguien se dispone a dar el último paso, sus compañeros de cuarto lo notan y llaman a la enfermera, que se lleva la cama de la habitación. Como en las clínicas alemanas normales no hay una habitación mortuoria, en la mayoría de los casos no hay sitio para los moribundos, sólo los pasillos y cuartos de baño. Hoy en día, debido al exceso de trabajo, la enfermera no tiene tiempo para quedarse junto al lecho mortuorio, y va a informar a los allegados, que muchas veces llegan demasiado tarde. A los médicos, educados en la lucha contra la enfermedad y la muerte, no les agrada asistir a su derrota. Si no está de guardia una de las últimas monjas del hospital, que todavía puede conciliar con su imagen del mundo el mirar a la muerte a los ojos, con frecuencia nadie acompaña ese paso final.

El historiador francés Philippe Ariès habla en sus *Estudios sobre la historia de la muerte en Occidente* de un asilvestramiento de las costumbres en el trato con la muerte. Lo fundamenta en tres puntos:

1. Entre nosotros se muere aislado y en secreto. Los moribundos son ocultados, sustraídos a las miradas de la opinión pública. Se podría objetar que en cambio las películas y los noticieros nos sirven la muerte en casa todas las noches. En todo caso, la muerte sólo se muestra aquí en sus formas más inusuales. El espectador piensa (la mayoría de las veces con razón) que algo así no va a pasarle a él. Sin darse cuenta, muchas veces piensa que podrá ahorrarse incluso la muerte.

2. El moribundo es engañado y privado de su mayoría de edad. Según un estudio realizado en Giessen entre personal

de atención de setenta hospitales alemanes, el 84 por ciento quiere hablar sinceramente con los moribundos, pero sólo el 30 por ciento opina que eso ocurra en sus hospitales. El profesor Student, precursor del movimiento hospiciano alemán, sostiene que los moribundos apenas son informados de su situación hasta que ya es demasiado tarde. Como los allegados son informados prácticamente siempre, se producen situaciones grotescas. Los enfermos terminales notan con mucha frecuencia lo que ocurre, pero nadie toma en serio sus temores. Sus propios allegados pasan por alto sus observaciones a este respecto, porque por encargo de los médicos quieren «proteger» a los moribundos. Los pacientes perciben esa barrera y enmudecen como niños pequeños a los que no se permite saberlo todo, pero que lo notan. La situación —marcada por el miedo por todas partes— conduce a la privación de la mayoría de edad del paciente «por su bien». Los argumentos de los médicos en el sentido de que los pacientes no quieren ser informados y su estado empeoraría caso de serlo son una medida de autoprotección. Investigaciones realizadas demuestran que el personal médico y de enfermería tiene mucho más miedo a morir que el promedio de las demás personas. Pero el miedo conduce a la represión y la agresividad. A esto se añade que los médicos y enfermeras que tratan con pacientes terminales sufren más trastornos graves. Dejaremos a un lado si esto es una consecuencia, como cree el profesor Student, o se explica a través de la ley de la afinidad. En todo caso muestra la problemática propia: no sólo se reprocha algo al paciente, sino a uno mismo, y el resto es resignación. También esto se puede fundamentar en la mencionada investigación. Al 75 por ciento de las enfermeras las condiciones de mortalidad en las clínicas les parecen indignas y abrumadoras, porque el tiempo para atender a los moribundos es insuficiente. Además, se quejan de una formación insuficiente a ese respecto

y del hecho de que al final se emplea demasiada tecnología y se echa mano de innecesarias medidas de prolongación de la vida. El 51 por ciento de los encuestados cree que no se puede hacer nada, lo que revela profunda resignación ante la última gran crisis de la vida.

3. Supresión del luto. También para el tercer punto de Ariès hay datos abundantes. Los rituales y usos del luto representan un papel cada vez menor. El clásico año de luto que, por ejemplo en el judaísmo tradicional, comprende tres días de dolor, siete días de luto, treinta de paulatino recobrarse y once meses de recuerdo y recuperación, ha perdido vigencia. Entre nosotros apenas queda tiempo para el luto inmediato, aunque sólo sea por los preparativos del entierro. Así, el estado de conmoción inicial se prolonga innecesariamente, muchos pacientes pasan meses en esa insana situación, a menudo sin lágrimas. En muchas ocasiones se desarrolla cáncer en el campo abonado del debilitado sistema inmunológico tras la pérdida aún sin asimilar. La mortalidad entre los deudos tras la pérdida de un pariente próximo ha aumentado, según las investigaciones, en un 40 por ciento, y la tasa de suicidios es cinco veces más alta que en el promedio de la población. Además, los «enlutados» caen frecuentemente en problemas de adicción, que a veces empiezan con participación médica, con la —en la mayoría de los casos absurda— administración de tranquilizantes. Se trata de reprimir químicamente la tristeza porque no se sabe cómo soportar ese estado espiritual, y porque los médicos hoy en día apenas saben ofrecer otra cosa que química. Por suerte cada vez hay más colegas como el profesor Student que consideran que precisamente ésa es su tarea.

Pero la mayoría agrava la tristeza de los afectados con consejos como: «Vacíe enseguida la habitación del muerto y quite todo lo que le recuerde a él, y será más fácil.» Los afectados trabajan entonces como posesos, todavía conmocionados, y reciben por ello el aplauso de un entorno que tampoco desea la tristeza. Cuando, a veces sólo después de semanas, despiertan de su *shock*, todas las huellas han sido borradas y se han echado a perder las oportunidades espirituales esenciales. Todavía peor es el consejo: «Consérvelo en la memoria tal como lo conoció. Ahora, después del accidente, no soportaría verlo.» Aparte de perder la oportunidad de despedirse, esto suele producir dudas irracionales sobre la muerte del allegado.

En cambio, las lágrimas del luto serían lo mejor que podría pasarle al deudo. Pero cuando la tristeza es suprimida o impedida porque los deudos tienen que volver enseguida al círculo de la normalidad, con frecuencia faltan las lágrimas. Según el profesor Student, la tristeza es un proceso vitalicio que se convierte en parte de nosotros, pasa paulatinamente a la memoria y pierde entonces todo lo que tiene de terrible. Como casi siempre en la vida, es mejor pasar en el momento dado (por el destino) por experiencias duras que quedarse parado. En todo caso, la tristeza reprimida no sólo vuelve físicamente enfermo, sino también espiritualmente insano.

Pero ninguna persona (moderna) quiere tener nada que ver con la muerte, porque saben o intuyen que pronto serán víctimas suyas. Los que tienen que tratar profesionalmente con ella, los médicos, están completamente en su contra. Han aprendido a combatir la muerte, más mal que bien. Amar a su enemigo es algo que no pueden hacer en este contexto. Lo peor es que los médicos ni siquiera conocen la muerte, porque huyen cuando se aproxima. Incluso en los centros oncológicos está mal visto informar a los pacientes, aunque todos ellos saben dónde han ido a parar. Se supone que esos pacientes no soportarían la verdad. Pero cabe sospechar que son los médicos quienes no soportan la verdad y no pueden asumir con dignidad su derrota.

Una joven paciente de leucemia, que llevaba ya tres tra-

tamientos citostáticos a las espaldas y por tanto estaba «desahuciada», me preguntó si iba a morir pronto. Al preguntarle cómo se le ocurría eso, respondió que la visita de su médico duraba poco tiempo. Su impresión, y la conclusión extraída, eran por desgracia correctas. Desde el punto de vista médico ya no se podía hacer nada, así que los médicos resolvían la visita lo antes posible con unas cuantas fórmulas de cortesía. Nadie se enfrenta a gusto a las derrotas, y los médicos no son una excepción. La única diferencia es que su derrota es sellada por la muerte. La represión llega a menudo tan lejos que ni siquiera se la menciona por su nombre. El paciente no es un moribundo, sino un *terminal*. Cuando muere, la notificación lapidaria es: «Paciente de cama 14 causa deceso.»

En las unidades de vigilancia intensiva, en las que a menudo se alimenta la ilusión de que se puede vencer a la muerte, se esfuerzan en burlarla, pero nunca se logra más que un aplazamiento. No obstante, para el individuo puede ser muy importante. Los médicos y enfermeras se han vuelto entretanto muy cautelosos, desde que su medicina intensiva ha caído en la mala reputación de atormentar unas semanas más a personas atadas a máquinas en vez de dejarlas morir en paz. La medicina intensiva tiene sus lados de sombra, y seguramente se mueve en buena parte —como amplias zonas del resto de la medicina— por el miedo a la muerte; no puede curar, pero puede salvar tiempo de vida, y cuando uno es el afectado eso suele ser todo lo que se quiere.

Los médicos no lo tienen fácil con la muerte. Sus pacientes se han vuelto suspicaces y desconfían de su lucha contra ella a cualquier precio. Pero esto no significa que hayan ganado confianza con la muerte. En un caso grave, la mayoría reclama la medicina que antes rechazaba. Los médicos se encuentran así en situaciones cada vez más desagradables. Su dilema ya no es que no conocen la muerte, sino que ya

no pueden determinarla sin lugar a dudas. Si antes la parada cardíaca estaba considerada un signo inequívoco, hoy, en la era de las operaciones a corazón abierto y parado, la muerte cerebral se considera más importante. Aun así hay casos dudosos, cuando una persona se pasa meses en coma o sólo puede ser mantenida viva con ayuda de máquinas durante largo tiempo. Con la ya descrita medicina de trasplantes, que por su parte está bajo el signo de la evitación de la muerte, han cambiado algunas cosas para los médicos. Si forman parte de los equipos de extracción de órganos, les pasa a menudo que tienen que esperar junto a pacientes mortalmente heridos hasta que éstos son «por fin» declarados muertos por otros médicos[92] y pueden empezar con su trabajo. A su vez, apenas pueden defenderlo públicamente, porque hay sectores de la población que lo condenan como profanación de cadáveres. Pero probablemente entre ellos hay muchos que en un caso grave, es decir, que les afectara directamente, aceptarían un trasplante de órgano.

Los pacientes creen hoy en día tener ciertos derechos frente a la muerte, al fin y al cabo uno tiene un seguro de enfermedad. Consideran un escándalo no disponer de órganos suficientes para trasplantes, en cuanto se ven personalmente afectados. En vez de aceptar una prolongación de la vida, regalada de esta forma espectacular, con humildad ante Dios y agradecimiento a los logros de la medicina, se reclama ya como un derecho. Discutir sus derechos a la muerte de forma tan descarada y arrogante es en última instancia, una vez más, un signo de miedo y por tanto de angustia. Nos falta colectivamente la aceptación de la muerte como objetivo de la vida. C.G. Jung dice al respecto: «Como médico, estoy convencido de que es más higiénico ver en la muerte un objetivo a alcanzar, y que oponerse a ella es algo insano y anormal, porque priva de su objetivo a la segunda

mitad de la vida. Por eso, considero a todas las religiones con un objetivo supraterrenal extremadamente racionales desde el punto de vista de la higiene espiritual. Desde un punto de vista psiquiátrico, sería bueno que pudiéramos pensar que la muerte no es más que una transición, una parte de un proceso vital de dimensiones desconocidas.»[93]

El problema es tan grande que incluso en el esoterismo hay movimientos, impulsados por el miedo (a la muerte), que buscan la escapatoria en la inmortalidad física. Parten de la base de que el hombre sólo muere en función de sus convicciones. Lo que desde el punto de vista teórico puede resultar digno de discusión, se convierte en grotesco con este extraviado intento de salvarse de la muerte. O tienen la sensación de que aún no hay bastantes personas en este planeta, o su miedo a la muerte es tan abrumador que no pueden soportarla y quieren abolirla. Sin embargo, el peligro que estos grupúsculos representan para la muerte es más bien modesto. Los signos de envejecimiento son evidentes precisamente en sus adeptos, y a veces incluso se anticipan con claridad. La ley de la polaridad saluda desde las sombras.

Las profesiones que secundariamente tienen que ver con la muerte, como los funerarios o enterradores, están muy bien pagados con este «duro trabajo». También esto expresa nuestra repulsión hacia todo lo relacionado con el tema.

La dignidad de la muerte no se ve perjudicada por nuestros ridículos intentos de ignorarla y las dislocaciones y estrategias para evitarla. La muerte puede permitirse ser despreciada por nosotros; la cuestión es si nosotros podemos permitirnos ignorarla. Sea cual sea la respuesta individual, *al final* ella siempre gana.

Un paso esencial hacia la muerte lo dieron los médicos Raymond A. Moody y Elisabeth Kübler-Ross, con su investigación de la misma. No encontraron más que lo que siempre se ha podido leer en los libros de los muertos de los distintos

pueblos. El libro tibetano y egipcio de los muertos y el Popol Vuh de los mayas no dejan ninguna cuestión pendiente en relación con el morir. Pero Occidente sólo confía en los resultados empíricos, y tiene que volver a descubrirlo todo por sí mismo. Aun así, la investigación de la muerte siempre es difícil; las afirmaciones que los médicos obtienen de pacientes devueltos a la vida, los llamados pacientes reanimados, suenan incomprensibles a los oídos occidentales.

Estos pacientes no vivieron, en su mayoría, «su muerte» como algo espantoso, sino como un acto de digno desprendimiento. Fueron recibidos por figuras de luz y luego llevados hasta una luz indescriptiblemente intensa. El *ars moriendi* occidental lleva siglos ofreciendo imágenes y descripciones muy similares.[94] En la medida en que se unieron nuevas investigaciones y viejos conocimientos, empezó también la exclusión de esta línea de investigación que, rechazada oficialmente, fue a parar al escenario espiritista. Dada la arrogancia reinante en el gueto científico, mientras esté allí no será tomada en serio por los científicos. Es una lástima, porque se habría abierto un camino sencillo para los occidentales a la hora de desmontar el miedo a la muerte, que impide la vida.

Una y otra vez, ha habido en nuestra cultura intentos así, porque casi todos los maestros de la sabiduría reconocían en el miedo a la muerte el obstáculo esencial a la vida. Angelus Silesius formuló:

> *Muere, antes de que tengas que morir...*
> *El que no haya muerto cuando muere*
> *tendrá que pudrirse eternamente...*

Goethe dice lo mismo con otras palabras:

Y mientras tú no tengas
ese ¡muere y sé!
serás tan sólo turbio pasajero
sobre la oscura Tierra.

Séneca dijo:

Para no temer a la muerte,
pienso continuamente en ella.

Para Oriente, para el que el conocimiento de la muerte es obvio, Tagore formuló:

La muerte es tan parte de la vida como el nacimiento.
La vida se completa al levantar y al bajar los pies.

A pesar de muchos intentos similares de místicos como el maestro Eckart y santos como Teresa de Ávila y Francisco de Asís, el arte de morir y la muerte siguen siendo un tabú para nosotros. Gran parte de la culpa de esto la tiene la Iglesia cristiana, que utilizó hábilmente para su política de poder el miedo de los hombres a la muerte: antes se vendían indulgencia, hoy se aconseja una política de legados que fomenta la salvación de las almas, o se impone la buena conducta por medio del miedo al purgatorio. Las personas conscientes del eterno ritmo de la vida y la muerte son más difíciles de manipular.

Trato consciente con la muerte

Otras culturas podrían darnos indicaciones acerca de lo libre y relajadamente que se puede vivir en pie de confianza con la muerte. Hay muchas cosas que hablan en favor de la

idea de Angelus Silesius de que la vida sólo puede empezar tras el encuentro y reconciliación con la muerte en toda su dimensión. Muchas de las personas reanimadas lo confirman. Tras el encuentro con la muerte, le perdieron el miedo y empezaron una vida nueva y, como muchos recalcan, más auténticamente suya.

Los indios y esquimales, a los que gustamos de achacar que abandonaban a sus ancianos y los dejaban morir de hambre, tienen una relación muy reconciliada con la muerte, a la que no pocas veces consideran hermana. Cuando el viejo miembro de la tribu siente que ha llegado su momento, se prepara sin presión externa para la última gran transición. Esto es fácil en tanto que los indios vinculados a su tradición esperan *sin duda* encontrarse con Manitú, el Gran Espíritu, y su vida no termina, sino todo lo contrario, con la entrada en los eternos territorios de caza. En última instancia, su concepción se parece a la cristiana, sólo que ellos creen de verdad en ella, y eso les da seguridad y confianza.

El viejo indio informará a sus allegados de que su paso al otro nivel está próximo, y ellos, según la tradición, le ayudarán a construir su última morada o el correspondiente lecho. Entonces, con toda tranquilidad, reunirá sus pocos objetos totémicos personales, que en la mayoría de los casos no tienen ningún valor material pero sí un gran valor espiritual para él, y se preparará. Esperará tranquila y dignamente ser llevado. El que no se le dé de comer no se debe a crueldad de la tribu, sino a que los indios saben que la alimentación física ya no tiene valor. Los investigadores occidentales, con su trasfondo material, suelen pasar por alto que esto es algo más que un picnic.

De forma similar el viejo esquimal es abandonado por la tribu en su último iglú, sin mala intención, porque se prepara para el gran viaje, para el que sólo necesita alimento espiritual.

La bondad de estos rituales se demuestra también en que un viejo miembro de la tribu que se ha equivocado de momento vuelve a ser acogido y sigue en ella hasta que la llamada se repite. Comparados con tales ritos de transición, llenos de dignidad y comprensión, somos nosotros los que dejamos morir de hambre a nuestros moribundos, al quitarles el necesario alimento espiritual.

Cuando los indios dedican el último cuarto de su vida a la preparación para morir, en ello se expresa un respeto a la muerte para nosotros sorprendente. La idea de despedirse de todo sin excepción para ir a pie, es decir humildemente, al Ganges y esperar allí la muerte mientras se ayuda a otros que llegaron antes a quemarse en las piras nos produce escalofríos. La mayoría de las veces, curiosos turistas occidentales contemplan a los indios primitivos, con repulsión e incomprensión, mientras llevan a cabo este rito fúnebre. Los consideran bárbaros, y se consideran a sí mismos muy superiores a ellos. Pero probablemente ninguna cultura sea más bárbara que la nuestra, con su *procedimiento* mortuorio.

Este impresionante trato con la muerte podemos observarlo en los tibetanos, que con la filosofía del budismo Vajrayana y equipados con su libro de los muertos se pasan media vida preparándose para los otros niveles. Y naturalmente el lama acompaña a los que pasan al otro lado en su camino a través de los llamados estados Bardo o intermedios después de la muerte. A pesar de, y en realidad precisamente por, su intenso contacto con la muerte y el morir, los tibetanos son un pueblo alegre. Las depresiones, otro nivel de resolución del arquetipo saturniano, son un fenómeno de nuestra sociedad moderna, que en vez de apostar por el trato consciente con este arquetipo apuesta por un trato inconsciente y por tanto irresuelto.

SUICIDIO

Con tal sinceridad frente a la muerte se pueden entender mejor fenómenos como la búsqueda consciente de ella. La costumbre india de quemar a las viudas sigue siendo un ritual bárbaro de una sociedad patriarcal. Incluso hoy, que está prohibido hacer que las mujeres salten a la pira ardiente del cadáver de su esposo, esto muestra una falta de miedo a la muerte que tiene poco en común con los incontables suicidios que se dan entre nosotros.

En Japón existe incluso el arte del suicidio ritual, el *harakiri*. Con plena conciencia, y de forma exactamente predeterminada, los practicantes del harakiri se clavan un cuchillo especial en el centro hara del vientre y tiran de él, poniendo en juego su última concentración, en dirección al corazón. Con este trasfondo hay que entender también el empleo de *kamikazes*, jóvenes pilotos japoneses, en la Segunda Guerra Mundial. En una sociedad en la que la muerte no era temida sino respetada, y el emperador y el Imperio estaban por encima de todo, era honroso lanzarse sobre los enemigos como un viento divino (kamikaze, en japonés). Los jóvenes héroes habían celebrado antes sus funerales en el círculo de su familia, llevaban su mortaja y un pañuelo consagrado en el cuello cuando iniciaban su último vuelo hacia la muerte.

De forma similar habría que ver las misiones de guerra de los musulmanes, a veces ansiosos de morir, a los que se prometía el séptimo cielo caso de morir en la guerra santa. Naturalmente, desde el punto de vista esotérico estaban en un gran error, porque consideraban la guerra santa como un acontecimiento mundano. Los sufíes saben muy bien que la tradición esotérica del islam se refiere a una guerra interior. En última instancia, muchos mártires cristianos entran dentro de esta categoría, por lo menos aquellos que reclamaban la muerte en aras de su fe.

En tales formas de suicidio, y otras similares, puede decirse que el nivel de miedo a la muerte es menor porque la propia religión o la filosofía garantizan con convicción y seguridad la vida después de la muerte. En los suicidios rituales, es probable que la confusión del alma sea escasa, porque la muerte es asumida conscientemente y se cuenta con la pervivencia del alma. Sea como fuere, también en estos casos es inevitable una confrontación con todos los errores en el próximo plano de existencia.

Entre nosotros, el suicidio se produce casi siempre por miedo a la vida, y raras veces tiene carácter ritual. En cuanto el miedo a la vida supera al miedo a la muerte, un hombre empieza a correr riesgo de suicidio. La mayoría de los intentos de suicidio en Alemania son sin duda serios, pero no persiguen realmente la muerte, sino que son llamadas de atención. Las personas desesperadas quieren enviar una señal sobre su angustia o a veces también castigar a otros. Cuando los intentos de suicidio tienen éxito, se trata la mayoría de las veces de personas cuyo miedo a la vida era tan grande que superaba el miedo a la muerte. A esto se añade la ignorancia del afectado, que ignora que no hace más que empeorar su situación con el suicidio.

De las experiencias recogidas en la terapia de reencarnación se desprende que la fuga hacia la muerte no trae alivio alguno, sino que, al contrario, dificulta las cosas. Básicamente, la posesión de un cuerpo es una gran ventaja, que se subestima con facilidad porque se posee de forma evidente. Sobre todo las personas que no creen en una existencia después de la muerte quedan sorprendidas cuando las percepciones no cesan después de su suicidio, sino que siguen notándolo todo, pero no están en condiciones de hacerlo notar o tomar contacto con los que aún viven dentro de un cuerpo. El grueso de los suicidas forma parte de este grupo, y después de la muerte tiene problemas para tomar el camino

correcto. Con frecuencia esas pobres almas se agarran a otros que aún disponen de un cuerpo e intentan convulsivamente tomar contacto y ejercer influencia. La mayoría de las veces siguen llevando consigo las cuitas que tenían, y convierten su existencia incorpórea en un infierno en la tierra, o en ese reino intermedio en el que se ha quedado su alma. Con su no-saber-más y bajo la presión de una situación ahora sí sin escapatoria, estos extraviados provocan una serie de fenómenos que nosotros insertamos en el ámbito psiquiátrico, sin que la psiquiatría sepa manejarlos. Fantasmas, posesiones y fenómenos por el estilo tienen aquí sus raíces. Los intentos terapéuticos de la psiquiatría académica, que van desde la intoxicación con psicofármacos hasta el electroshock, persiguen sin saberlo hacer la vida en ese cuerpo tan insoportable que las almas busquen la huida. Por cierto tiempo, se puede conseguir incluso el éxito.

Crisis posmortuorias

El problema que abordamos aquí nos lleva a las crisis más allá del límite de esta vida. Igual que la primera crisis, la concepción, precede para muchos a la vida y es notablemente subestimada, esto ocurre también con las crisis posteriores al fin físico. El *mortal normal* no puede hacerse idea del espanto que aquí reina. Simplemente evita mentalmente este ámbito mientras puede permitírselo, negando su existencia. Cuando se ve forzado a entrar en esta esfera, la desorientación es completa. La realidad nos permite aceptarla, combatirla o incluso ignorarla, pero en todo caso existe y actúa.

Una sociedad que fija sus miembros en el *más acá* y no les deja esperanza alguna más allá de él crea, sin saberlo, en el ámbito posterior a la muerte una incurable confusión y

una ilimitada angustia. El que muere sin estar preparado y sin idea de los otros niveles que se le vienen encima, aterriza en el caos. Esto resulta especialmente grave para aquellos que mueren de repente y no tienen tiempo para prepararse. Cuando alguien muere joven y de forma inesperada, por ejemplo en un accidente de tráfico, puede hallarse, es decir su alma, lanzado muy lejos de allí.[95] Quizá necesite algún tiempo hasta volver a encontrar el lugar del acontecimiento y ser consciente de su accidente al ver su coche destruido y su cuerpo muerto. Cuando al fin ha comprendido su muerte, en general no sabe adónde ir. El trabajo del médico americano Carl Wickland, plasmado en su libro *Treinta años entre los muertos*, puede dar testimonio de estos niveles y cierto acceso a la miseria reinante en ellos. Sin duda aún pasará mucho tiempo hasta que nuestra psiquiatría, que tendría que sentirse afectada por esto, admita siquiera la existencia de estos ámbitos. En este momento lucha con fenómenos que proceden de niveles en los que los psiquiatras no creen. No cabe sorprenderse de que sus éxitos terapéuticos no sean convincentes.

Posibilidades de aproximación a la muerte

El mayor problema referente a la muerte y su problemática en nuestra situación es la total falta de conocimientos al respecto. Carece de importancia cómo la compensemos, comparado con el hecho de que realmente se da. Para muchos occidentales puede ser razonable empezar por reconocer que en última instancia el tiempo es una ilusión, que en un nivel de realidad más profundo no existe en la forma lineal en que lo conocemos. Experiencias de profunda concentración, meditación o incluso ver una película emocionante pueden darnos al menos una impresión de lo subjetiva que es la percepción del tiempo. Mientras ahora vuela, en momentos de aburrimiento parece detenerse. En el ámbito científico, en los resultados de la nueva física, se encuentran paralelismos y se experimenta que en cierto sentido el tiempo es relativo y, en cualquier caso, no tan objetivo e independiente como la antigua ciencia había afirmado. Pero si nuestra percepción del tiempo es relativa, el paso a la comprensión cíclica del tiempo de los hombres primitivos no parece tan lejos, e incluso la idea de un retorno en el sentido de la reencarnación se aproxima.

La mencionada investigación de la muerte de Moody y Kübler-Ross podría, dada la abundancia de material de que se dispone, dar una primera impresión del territorio *más allá* del umbral de la muerte. Las llamativas coincidencias de tantos relatos independientes entre sí, de las personas más variadas procedentes de las más diferentes sociedades, tienen algo de convincente. El próximo paso consecuente hacia los libros de los muertos de las antiguas culturas aún nos llevará mucho más lejos y arrojará luz sobre el reino de los mundos posteriores a la muerte. En todo caso, habrá que penetrar el simbolismo del mito.

A este respecto, la investigación en materia de reencarnación que está llevando a cabo el científico americano Ian Stevenson es un buen acceso. Las razones que hablan a favor de la reencarnación son más plausibles que cualesquiera argumentos en contra. Es difícil probar la reencarnación, pero no es posible refutarla en principio.

A través de los libros de los muertos, el camino no está lejos de la filosofía y religión de aquellas culturas que parten de la idea de la reencarnación. Junto a todas las culturas primitivas, es el caso de la mayoría de las grandes religiones. Casi todas están de acuerdo en este punto, y así uno se siente extrañamente aislado con la visión occidental. La filosofía

del budismo, que no se considera a sí mismo una religión sino una visión del mundo, facilita el acceso a esta idea a través de la imagen de la rueda de los renacimientos. Se trata de una versión del modelo de vida familiar ya como mandala.

Quien no quiera desprenderse de la ideología cristiana también hallará aquí posibilidades de acceso. Los primeros grandes padres de la Iglesia, como san Agustín, partían con naturalidad de la doctrina de la reencarnación. De hecho incluso en la Biblia hay pasajes que sin la idea de la reencarnación carecen de lógica. El más conocido es aquel en que los apóstoles preguntan a Cristo si es Elías que ha vuelto. Esta pregunta no tendría sentido si la idea del renacer no fuera común para los discípulos. De hecho, las sectas de los nazarenos y esenios, muy difundidas en tiempos de Cristo y que representan la versión esotérica del judaísmo, parten de esa base. Cristo responde a la pregunta sin objetar la idea del renacimiento, diciendo que aquel al que se refieren ya ha venido, y señalando inequívocamente a Juan el Bautista. Algunos hechos hablan en favor de que la Biblia sólo fue «depurada» en el siglo V, por orden papal, de las ideas de reencarnación. Así pues, la idea del círculo de los nacimientos está más próxima de lo que se supone a primera vista. Además, un estudio del *ars moriendi*, que forma parte de la ideología cristiana, sería adecuado y de utilidad para una comprensión más profunda.

Si respecto a esta temática uno sólo quiere confiarse al sentido común, éste también llevará a reconocer que hay vida después de la muerte. Ahora que los físicos y los místicos están de acuerdo en que todo en este universo es vibración viva, sería muy extraño pensar que precisamente la vida humana haya de ser la única excepción. Todo vibra a su propio ritmo. A menudo, éste es demasiado grande para poderlo abarcar desde nuestra limitada visión humana, pero sigue estando presente.

Tras un estudio a fondo de las fuentes indicadas, se pierde la sensación de tener que exigir pruebas a los adeptos a la reencarnación. De hecho, su imagen del mundo guarda tanta coherencia con las antiguas tradiciones y la nueva ciencia, sigue el entendimiento lógico y plantea comparativamente tan pocas contradicciones, que es la posición de rechazo la que necesita pruebas. Quien afirma algo tan extraordinario como una excepción de estas dimensiones, a saber, que la vida humana es un acontecimiento casual ajeno a todos los ciclos, tendría que probar esta hipótesis improbable.

NUEVOS INTENTOS DE APROXIMACIÓN A LA MUERTE

Con el ya mencionado trabajo de Elisabeth Kübler-Ross, ha surgido en los países de lengua alemana, especialmente en Suiza con el acompañamiento a los moribundos, un intento muy sano de sacar a la muerte de su condición de tabú. Las personas que se sienten llamadas a ello acompañan a otras que se acercan a la muerte en este último tramo del camino. El alivio para los acompañados no se puede subestimar, como tampoco la reconciliación de los acompañantes con este difícil tema. Para la sociedad, este segundo efecto puede ser incluso más importante, porque de él surgen personas que ya no evitan temerosas el tema, sino que lo tratan con respeto y competencia.

Mayor esperanza ofrece el movimiento hospiciano, que en Alemania tiene algún apoyo entre la población y poco a poco está encontrando acceso también en círculos médicos. El específico acompañamiento a los moribundos sigue siendo —comparado, por ejemplo, con su paralelo en el Tíbet— una criatura adoptiva, pero aun así es un intento. En

todos estos ámbitos, la estricta separación entre cuerpo, alma y espíritu que preconiza la medicina occidental es una dificultad, mientras todas las culturas primitivas enfatizan la unidad. Dado que el médico sacerdote, que es la regla general en el lamaísmo, no existe entre nosotros, es difícil acompañar de forma competente al moribundo.

RITUALES MORTUORIOS ENTRE NOSOTROS

Lo importante que es un ritual para la última y más importante transición y lo firmemente anclada que está su necesidad en el alma se muestra en el fenómeno de la extremaunción. Lo que comúnmente en los países católicos se considera el sacramento de los moribundos, tiene en realidad un sentido muy distinto. Empezando porque este sacramento no se llama extremaunción sino unción de enfermos. Desde la época de los apóstoles, la Iglesia siempre ha entendido esto como un acto sacramental que hay que administrar a los enfermos en un estado de debilidad físico-espiritual. Se funda en la instrucción y la promesa de salvación que se proclama en la epístola de Santiago (Santiago 5, 14-15): «¿Alguno entre vosotros enferma? Haga llamar a los presbíteros de la Iglesia y oren sobre él, ungiéndole con óleo en el nombre del Señor, y la oración de la fe salvará al enfermo, y el Señor le hará levantarse, y los pecados que hubiera cometido le serán perdonados.»

La necesidad de las personas y la práctica pastoral han convertido, especialmente en la Iglesia occidental, el signo de salutación para los enfermos en sacramento de los moribundos, e inventado así la extremaunción. A pesar de varias advertencias correctoras de la Iglesia, en el Concilio de Trento y en el último catecismo, esto se ha anclado tercamente en la práctica. En los intentos de corrección se dice expresamente que el punto de apoyo de la unción de enfermos no es la proximidad del fin. No debe entenderse como mensajero de la muerte, sino como salvación de ella. El sacramento de la unción de enfermos debe recibirse en toda enfermedad grave que represente una conmoción en el estado general de la persona, es decir, varias veces en la vida e incluso repetidamente durante una enfermedad.

Por tanto, la Iglesia católica tiene oficialmente un sacramento para los enfermos, pero no un ritual de transición sacramental, lo que no obstante no impide a la población hacer como si lo tuviera. En ese sentido, la unción de enfermos posee, como extremaunción, un carácter de ritual de transición. En el campo de conciencia de los católicos, los moribundos se alivian al hacer su última confesión y reciben con la extremaunción la bendición para su paso al otro mundo.

Tras ese paso a la otra dimensión, el cuerpo es alimentado ritualmente. A ese ritual se atiene entre nosotros la mayoría de las personas, aunque el acompañamiento ritual del alma sería más importante. Nuestro énfasis en lo material vuelve a ponerse de manifiesto. La amenaza de no ser enterrado en terreno consagrado fue incluso objeto de abuso por parte evangélica, como intento de evitar que sus adeptos decepcionados abandonaran la Iglesia. Probablemente el miedo a abandonar las convenciones es un argumento esencial para que las Iglesias oficiales sigan siendo tan fuertes. Obtienen su poder temporal de la mayoría silenciosa, que ya no participa en sus actividades, pero tampoco tiene el valor de marcharse activamente; prefiere quedarse y sigue contando. Así pues, no se quiere renunciar del todo a la protección de la Iglesia, aunque sólo consista en ocuparse de los restos mortales. Sin poderlo fundamentar, incluso para los materialistas sigue siendo importante una salida ritual.

De hecho en los antiguos rituales hay una profunda sabiduría, que incluso los sacerdotes que los ofician sólo conocen marginalmente. Tampoco los cristianos evangélicos, que han conservado menor relación con los rituales, renuncian a bendecir el cadáver. Esto es un ritual para los supervivientes y su reconciliación con la muerte, porque las almas de los fallecidos están bien atendidas desde hace mucho. Pero entre nosotros los entierros también tienen importancia para las almas de los fallecidos, porque con frecuencia vagan desorientadas en las proximidades del cuerpo y sólo el entierro —observado desde el otro plano— elimina las últimas dudas acerca de la propia muerte. En este sentido, es razonable no esperar demasiado para el enterramiento. Además, las palabras «Polvo eres y en polvo te convertirás» cierran desde el punto de vista material el círculo de la vida. Las similitudes entre celebraciones bautismales y funerarias incluyen también la comida en común de los allegados. Tanto la comida bautismal como la funeraria tienen un cuño alegre, como revela la expresión «banquete fúnebre». Si la vemos como una comida de recibimiento o de despedida depende únicamente de la perspectiva. El bautismo es recibimiento a esta tierra y despedida del más allá. El entierro es despedida de este mundo y recibimiento al del más allá.

Usos como el vestir al muerto con sus mejores galas o con una mortaja especial atestiguan que también entre nosotros la conciencia del viaje que se inicia se mantiene entre el pueblo. Tenemos pocos motivos para mirar desde arriba a los chinos, que levantan confortables casas para sus muertos en el cementerio y ponen a su disposición comida y amuletos para el largo viaje. Las casas tienen la ventaja de dar a los allegados un espacio concreto para reunirse regularmente en el pensamiento con sus fallecidos y reconciliarse con la propia muerte. Los llamados primitivos tienden a veces a embalsamar los cuerpos y guardar las momias un

tiempo en su casa. Esto puede parecernos espantoso, pero es sólo una variante del mal uso difundido entre nosotros de no dejar a los muertos desprenderse espiritualmente e impedirles su ulterior camino por las distintas esferas de la vida posmortuoria. Precisamente en los círculos esotéricos se ha convertido en hábito no dejar ir en paz a los muertos, sino seguirles con ayuda de médiums y empeorar su situación también en el más allá.

Igual que en el bautismo como entrada a este mundo, también al salir de él pueden emplearse los cuatro elementos clásicos. Junto al entierro, entre nosotros también se ha vuelto habitual la incineración con ayuda del fuego, y desde los tiempos antiguos existe el entierro en el mar. Sólo el enterramiento al aire, habitual entre los parsis indios y distintos pueblos del Himalaya, es desconocido en nuestras latitudes. Rechazarlo o minusvalorarlo sería absurdo. Que los buitres se lleven el cuerpo a trozos, como en las torres funerarias de los parsis en Bombay, y se lo lleven al aire, no es más antiestético que el que los gusanos se pongan a trabajar después de nuestro entierro. Cada uno de estos ritos funerarios *elementales* recalca un aspecto distinto: el entierro pone en el centro la despedida del cuerpo; la incineración, la purificación del alma, que se desprende como el fénix de las cenizas; el enterramiento en el agua enfatiza el retorno del alma al mar originario; y el enterramiento al aire, la resurrección y subida al cielo del pájaro del alma.

Las misas de difuntos para el tiempo posterior a la muerte son la contrafigura cristiana del acompañamiento de las almas en muchas culturas primitivas y orientales. La energía acumulada por el ritual está en condiciones de llegar al alma y apoyarla en las transiciones que le esperan. Así, las misas constituyen una especie de protección energética para el ulterior viaje. El lama, en el budismo tibetano, hace un trabajo similar de acompañamiento, aunque mucho más

intenso, mientras el fallecido toma su camino por los distintos estados Bardo, en parte amenazadores. Los occidentales suelen minusvalorar esa tarea, sencillamente porque tienen poco o ningún acceso a los niveles de energía espirituales y sutiles. Pero el desprecio de los ámbitos de la realidad no les resta eficacia.

La idea de que todo termina en el cementerio sólo afecta al cuerpo, que es el primero en encontrar la paz. Pero el alma aún tiene por delante una transición que, dependiendo de la vida de cada uno y de las circunstancias, puede ser agotadora. Las personas poco preparadas para esta situación, que en su mayoría apenas han orientado su vida hacia una instancia superior, experimentan una sorpresa en este punto. En última instancia por buenas razones, muchas personas desconfían de la paz del cementerio. Todas las estrategias supersticiosas impiden incluso a personas ilustradas recorrer de noche los cementerios. La sabiduría popular sabe que la oportunidad de encontrar allí la paz es relativa. Demasiadas almas vagan en las cercanías de su antiguo cuerpo, ahora putrefacto. Incluso para el cuerpo el aspecto de la paz es escaso, pues allí empieza su descomposición activa, nada más haberlo abandonado el alma.

La muerte desde el punto de vista espiritual

De las experiencias de la terapia de reencarnación, en la que revivir la experiencia de la muerte en la vida anterior y las correspondientes vivencias posmortuorias es algo crucial, se desprenden amplias coincidencias con las ideas de las distintas religiones orientales. Como última crisis de la vida, la muerte es el punto culminante de la vida; todo se encamina hacia ella. Se podría ver la vida entera como una

preparación para la muerte. Es la verdadera prueba de madurez: lo aprendido a lo largo de años puede ser puesto a prueba en ese momento decisivo. Así, el miedo a la muerte es una especie de miedo al examen. Como se trata del mayor examen de la vida, del examen final, también estamos ante el mayor miedo. Para las personas que durante su vida han afirmado no tener miedo a morir, llega la hora de la verdad.

Los mitos retoman el tema de la gran prueba: la Antigüedad hacía que Hades-Plutón, el dios del inframundo, juzgara en su lúgubre palacio las almas de los fallecidos. Entre los antiguos egipcios era la diosa Maat quien pesaba el corazón del fallecido y controlaba si era demasiado ligero o demasiado pesado. Los cristianos tienen el Juicio Final para este objeto, que en todo caso postergan hasta el fin de los tiempos.

En la muerte consciente, es decir, acaecida lentamente y no por un sorpresivo accidente, el desprendimiento del alma se suele experimentar como un torbellino en espiral que la saca del cuerpo. Durante esta separación del cuerpo físico, sigue atada aún al cuerpo etéreo, que corresponde a un cuerpo de campos electromagnéticos. Este cuerpo etéreo está, en el breve estado intermedio, cortado de su antigua fuente de energía, que corría por el cuerpo físico, y recoge energía de donde puede. Por esa razón las personas que se acercan a un muerto y se quedan a su lado durante esa transición se sienten de repente sin fuerzas y agotadas. En esta situación los moribundos extraen la energía de los vivos. Ésa sería otra razón para no dejarlos solos y sin asistencia. Estas donaciones de energía no hacen daño a los vivos, pero el fallecido las aprovecha mucho. Es recomendable encender velas en la cámara mortuoria y poner flores frescas en la cama, porque pueden abastecer al cuerpo etéreo de energía etérea. Como sólo se trata de una breve fase de transición, en la que el alma aún está próxima a su antiguo cuerpo y se

libera de las últimas cadenas materiales, no se debe exagerar este gasto. No se trata de retener aquí al alma, sino de facilitarle el paso. Si un alma se queda colgada en esta fase, se producen manifestaciones espectrales y sigue intentando conseguir fuerza vital etérea.

En cambio, puede ser razonable oscurecer el cuarto mortuorio o impedir la incidencia de la luz del sol, porque disolvería demasiado rápido el cuerpo etéreo y daría muy poco tiempo al alma para esta primera transición. Únicamente en largos procesos de enfermedad que producen consunción tal medida de precaución es irrelevante, porque el cuerpo etéreo ya se ha separado antes. Los plantos o lamentos a voz en grito, costumbre en algunas regiones independientes del dolor personal, y para lo que se contratan incluso plañideras, tienen el objetivo de ahuyentar los malos espíritus. Sería más sensato asistir al moribundo con oraciones y pensamientos o tocarle un réquiem como música de fondo. Tales ayudas, además de la lectura de los pasajes adecuados de uno de los libros de los muertos, podrían convertirse en indicadores para el alma.

Simultáneamente, a nivel físico el cuerpo etéreo se desprende del cuerpo material, y puede empezar la descomposición de éste, porque es el campo energético del cuerpo etéreo el que da cohesión al cuerpo físico en su forma estable. Si en el momento de morir, con la respiración, termina el abastecimiento de energía, el cuerpo etéreo y con él el alma empiezan a desprenderse. En este momento, en que descansa en el cuerpo etéreo, el alma se encuentra en una especie de confusión. No se debería en ningún caso tratar de establecer contacto con ella, sino que hay que dejarla en paz en su sueño etéreo. Cuando el alma despierte de ese sueño, se habrá liberado también del cuerpo etéreo, y el mundo de la materia estará definitivamente a sus espaldas. Despertará en el estado de ánimo en que estaba antes de morir su cuerpo. Pero si es despertada mientras descansa en el cuerpo etéreo, podrá desencadenar fenómenos espectrales.

Tras la definitiva separación de la materia, el alma empieza a «soñar» en el reino astral. Éste es el mundo del que proceden en parte los espectaculares relatos, en el que puede verse la famosa película de la vida. Con las imágenes de la vida recién terminada aún próximas, pero por otra parte ya separada, puede pasarse revista a la vida entera una vez más. Para un hombre ligado al espacio y el tiempo esto es difícilmente imaginable, pero como estos dos grandes embaucadores ya no tienen poder en el mundo astral, el tiempo no representa papel alguno. Conocemos ese estado por el reino de los sueños, que cada noche nos prepara para la experiencia del plano astral. Si consideramos al sueño el hermano pequeño de la muerte, tendremos una analogía utilizable hasta la fase de descanso que muchas almas experimentan al otro lado. De hecho Hypnos, el Sueño, es en la mitología el hermano de Tánatos, la Muerte, y ambos son hijos de Nyx, la Noche.

Como el espacio y el tiempo, también la razón tiene que abandonar su imperio en el plano astral, y así el alma se ve ante el espejo de sus actos, sin que el intelecto pueda deshacerse de ellos con sus habituales racionalizaciones. El alma se ve en la visión de sus pasados días, medida sólo por la escala espiritual de su máximo plano de vibración, el ego. Cuanto más se haya alejado el alma de este plano supremo, tanto más dura será la lucha espiritual ante esta contemplación de la vida.

Este ámbito del más allá es el que las religiones describen con imágenes como el Purgatorio y el Infierno, pero en sentido estricto no es ningún lugar sino un estado de conciencia, un fuego purificador de las almas. Este estado es completamente subjetivo y depende por entero de las expe-

riencias personales que han quedado atrás. El Purgatorio de los cristianos se distingue del Infierno del islam, y además cada cristiano tendrá su propio cielo y su infierno individual. Se lo ha organizado ya en vida y ahora puede tomar posesión de él, tras la muerte física. Por otra parte, este estado mostrará arquetípicamente también muchas similitudes, igual que todas las religiones tienen una esencia común y todas las personas tienen experiencias primarias comunes, como el deseo, el hambre y la sed.

Es el lugar donde las almas tienen que mirar directamente la verdad, y eso puede asumir las dimensiones de un purgatorio o ser sentido como una breve estación de paso. En cualquier caso, aquí se aprende la ley del Karma: se cosecha lo que se ha sembrado. Aunque este estado de conciencia tiene que ver más con el mundo de los sueños que con nuestra realidad física habitual, los sueños son aquí tan vivos que no queda posibilidad de sustraerse a ellos, como la mayoría de las personas modernas prefieren hacer por las noches. En realidad, los sueños de cada noche serían buenas posibilidades de practicar. Como el tiempo no representa ningún papel en los mundos posmortuorios, las infinitas repeticiones son aún el método más suave de instrucción.

Como no se trata de un espacio en el sentido que nosotros le damos normalmente, sino de construir espacios de conciencia que se correspondan con el modelo espiritual, en él se reúnen todas las almas con sus correspondientes problemas. Estar en un mismo campo con todo el odio o la envidia o toda la codicia es una experiencia purificadora. Cada alma tiene que imaginar exactamente, junto con todas las afectadas de forma parecida, los ámbitos en que no avanzó en la vida. El tamaño del grupo aumenta la presión hacia el conocimiento. Y a pesar de ese número inabarcable de almas que sufren, cada una pasa la experiencia por sí sola y sin ayuda externa. Oraciones y misas no pueden ni

deben ahorrar ese *recorrer* el círculo de las propias imágenes, aunque alivian el recorrido porque envían energía para el resto del camino. El seguir por todos los ámbitos de la experiencia de un plano al próximo es practicado ya en la tierra con ayuda de las transiciones aquí pendientes.

Igual que el fuego terrenal limpia las heridas infectadas, así el fuego astral del conocimiento puede purificar las heridas de la vida. El dolor puede ser abrumador, pero después la curación es tanto más segura. Así que este fuego no aporta castigo o pena, sino purificación y conocimiento. Dion Fortune[96] dice de él: «No castiga, no consume, cura.»

De forma similar a como el alma recorre, con el fuego purificador, un lugar de conciencia del arrepentimiento, hay como polo opuesto un campo de conciencia de los sueños cumplidos, que en general consideramos el cielo. El alma también puede aprender del cumplimiento de los sueños que no se hicieron realidad en la tierra. En este sentido, merecería la pena hacer realidad ya en la tierra la mayor cantidad de sueños posible y aprender ya aquí. Lo que hemos conocido, pero aún no aplicado, en nuestra vida terrena, podemos aprenderlo en el reino intermedio. Así, cuando volvemos a la próxima vida, traemos ya con nosotros las experiencias habidas en forma de dotes e inclinaciones.

Morir no suele ser un paso abrupto, sino un largo proceso. Por el camino caen, en este mundo, un telón de conciencia tras otro, mientras por el otro lado se va levantando uno tras otro. En analogía con esto, un cuerpo muere después del otro: primero el material, luego el etéreo, el astral y finalmente el mental. Es como un lento atravesar de ríos. En la otra orilla esperan ya esos seres serviciales, figuras de luz o ángeles, de los que se habla cada vez más, y dan una cariñosa bienvenida a los recién llegados. Les ayudan a dar los primeros pasos en el nuevo entorno, antes de que tengan que proseguir el viaje solos.

El antiguo cuerpo que queda atrás es lo menos importante desde el punto de vista espiritual, y es devuelto a los elementos de los que estuvo formado. Lo significativo para nosotros respecto a lo que queda materialmente es que, en caso de muerte, casi no nos preocupamos más que del cuerpo, de las llamadas a los parientes, las esquelas, la comida, el ataúd, las coronas de flores y la lápida. Normalmente un entierro representa tanto estrés para los allegados que en este período agotador apenas tienen tiempo para lo esencial, es decir, para lo que respecta al alma y su camino de salvación.

No tiene ningún sentido seguir imaginándose al muerto como un ser físico, unido al viejo y conocido cuerpo, y así, sirve de poca ayuda distribuir precisamente ahora imágenes de él en la figura que acaba de dejar. Sería más sensato relacionarse serenamente con su alma inmortal. En consecuencia, también es absurdo conservar el cuerpo el mayor tiempo posible, y habría que renunciar a un macizo ataúd de resistente madera de haya, por no hablar de embalsamamientos. Lo más rápido y acertado es la incineración del cuerpo, devolviéndolo al reino natural. El polvo debe volver al polvo lo antes posible. Dion Fortune considera lo más sensato la incineración y posterior dispersión de las cenizas. Según las experiencias de la terapia de reencarnación, las ceremonias de enterramiento suelen carecer de interés para el alma que se va, que se preocupa del cuerpo abandonado tan poco como de un viejo vestido desechado. Únicamente si no encuentra el camino o no puede aceptar su muerte, ayuda que, con ocasión del entierro, pueda darse cuenta de que ha llegado la hora.

Ejercicios para el trato con la muerte

1. Paseos por el cementerio a la hora del crepúsculo.
2. Guardar períodos de luto libres de otras obligaciones por los allegados que se han ido. Vestir de negro, ir a misas de difuntos y hacerse a la idea de la transición.
3. Retirarse de la vida cotidiana, y en su lugar acompañar espiritualmente a los que se han marchado, con la conciencia de que se les seguirá pronto; aprender a acompañar al moribundo en el sentido de Elisabeth Kübler-Ross, leer sus libros y los libros de los muertos de otras culturas.
4. Rituales de despedida en el círculo de los supervivientes: cada uno contará una historia que le recuerde al fallecido y sea importante para él.
5. Representar la propia historia con el difunto: escribir, componer poemas, pintar, escribirle cartas, mientras esto no ocurra con intención de atarle.
6. Ritual de despedida del trabajo de la imagen: imaginar al muerto en una silla vacía junto a uno y contarle todo lo que se le quiso decir en vida pero nunca se le dijo.
7. Hacer una fiesta de conmemoración con las piezas musicales favoritas o poemas del fallecido, encender velas, guardar un minuto de recuerdo, un minuto de silencio.
8. Plantar un árbol por el fallecido en cada aniversario de su fallecimiento. Acometer esos días como antes se celebraban los cumpleaños. Convertir en bosques los cementerios. Las tumbas son expresión de un pensamiento posesorio que ahora resulta inadecuadamente limitativo, son aún más limitadas que los jardines de los adosados. Quien no pueda evitarlo, puede colgar después un cartel recordatorio en el árbol.

TERCERA PARTE

1

EL DÍA COMO ESPEJO DE LA VIDA

Según el principio *pars-pro-toto*, en cada parte encontramos el todo, y en consecuencia en el día la vida. Si echamos un vistazo a cómo pasan su jornada los hombres occidentales en comparación con los orientales o los primitivos, puede que queden claras algunas cosas sobre la distinta importancia dada a la muerte y a los otros puntos culminantes de la vida.

En general estamos durmiendo cuando sale el sol, y por tanto cuando empieza el día. Esto corresponde al trato inconsciente con la concepción y el parto en nuestra sociedad, mientras Oriente está más atento a las necesidades del alma que viene. No en vano Leboyer descubrió el parto suave en la India. Oriente sabe que al salir el sol la energía de que se dispone es más fuerte, y por eso los orientales gustan de recibir el nuevo día con una meditación o una oración. Nosotros en cambio, que nos pasamos el principio del día durmiendo, tras esta salida en falso tenemos que correr una carrera bastante dura. Cuanto más tarde empecemos el día y la vida, tanto más agitado será, en general, su ulterior desarrollo.

A mediodía los centroeuropeos, al contrario de los pueblos mediterráneos, no nos concedemos una siesta, sino que intentamos compulsivamente *recuperar* el tiempo, a ve-

ces incluso privándonos de toda posibilidad de restaurar energías, en restaurantes de *fast-food*. La crisis de la mediana edad discurre de forma inconsciente y sin pausa para descansar. Con frecuencia se pasa por alto el cambio inminente. Igual que un mediodía sin descanso repercute desfavorablemente sobre el resto del día, la postergación de la problemática de la mitad de la vida impide seguir viviendo. Tras la correspondiente siesta, la segunda mitad del día y de la vida se puede superar con toda tranquilidad y concentración. Entre nosotros, la mayoría de las veces se hunde en un *sprint* final.

Cuando llegamos a casa por la noche tenemos, con razón, la sensación de no haber disfrutado de nuestro día, es decir, de nuestra vida, y buscamos una escapatoria. Si ahora tomáramos la puesta del sol como señal de la regeneración pendiente en el sueño, como puede que hayan hecho los hombres primitivos, nos sentiríamos estafados, sobre todo porque estaríamos minusvalorando la importancia de la noche. Por eso la convertimos en día e intentamos rescatar lo que podamos. Mayoritariamente, los occidentales pasan sus noches viendo películas en el televisor. Se sumergen en ese mundo de apariencia e ilusión y viven una historia tras otra, la mayoría de las veces emocionante, pero que en todo caso suele terminar mucho antes de la mitad de la vida, concretamente con el primer beso de la pareja, que se ha conocido en el curso de la película. Llamar final feliz a una cosa así es una reducción bastante simplista del modelo vital. En el mejor de los casos es un principio feliz. Pero el resto nos interesa tan poco que apenas se convierte en cine. El resumen es bien deprimente: nos pasamos el principio durmiendo, sólo empezamos del todo después de la pubertad, para volver a desengancharnos antes de la mitad. Si pensamos en el ya mencionado carácter infantil de la mayoría de los programas de televisión, queda poca cosa edificante.

Muchos saben, y la mayoría perciben, que el miedo a la línea final que sentimos en la vida o en el curso del día al caer la tarde va en contra del reposo nocturno. Refleja ese pánico que asedia a tantos hombres occidentales al final de una vida no satisfecha y llena de trabajo. La vida nocturna es el intento de vivir lo masculino en la mitad femenina del día, lo que impide la satisfacción. Sabemos también que el sueño antes de medianoche es el más sano. Pero no podemos permitírnoslo, porque no hemos terminado con el día y la vida y no podemos terminar a tiempo. Si los hombres primitivos se entregan al silencio y los mundos imaginarios de su espíritu soñador, nosotros nos confiamos a las películas. Las imágenes que se nos ofrecen, en su mayoría ajenas a nosotros y que no tienen relación con nuestro día, no alcanzan la profundidad de las imágenes propias. Además, no son adecuadas para redondear y terminar el día, sino que plantean nuevos problemas. En cambio, la película de la vida al final de la misma es obra de las propias imágenes interiores. Correspondería pasar por la noche revista al día en nuestras imágenes interiores, un ejercicio que fomenta mucho la propia evolución. Cuanto más consciente es el paso diario del estado de vigilia al de sueño, tanto más fácil es después la gran transición al final de la vida. No en vano hablamos del atardecer de la vida. La vida termina un poco más todas las tardes, como señala la puesta de sol. La atención que esto despierta es la inconsciente preocupación por este tema central de la vida. Pocos acontecimientos naturales son fotografiados y admirados con tanto entusiasmo. Si las tardes se utilizan para distraer de la propia vida, se corre el riesgo de pasar durmiendo también la gran salida. De que, igual que el pequeño hermano Sueño, nos alcance también la Gran Hermana Muerte.

De todas formas, muchas personas en nuestra sociedad desean ser sorprendidas por la muerte durante el sueño,

como también prefieren una muerte rápida a una lenta agonía. Consecuentemente, la medicina no pone reparos a dejar que los pacientes con dolores se vayan en gran medida aturdidos. Pero esto se hace subestimando la importancia del sueño y la del último paso de esta vida al más allá. Mucha gente asocia la inconsciencia al sueño, y son los que lo desean, ignorando las oportunidades de la muerte, pero también de todas las demás transiciones. Un sueño sano nunca es inconsciente, sino que está lleno de sueños vitales. El objetivo remoto, como se expresa en el sueño del yoga, es incluso mantener la plena conciencia durante toda la noche. A esto correspondería en el plano superior la plena conciencia durante la fase posmortuoria, mientras se superan las pruebas pendientes hasta la próxima reencarnación consciente. La película de la vida, en la que las situaciones importantes del pasado vuelven a discurrir con toda claridad ante el ojo interior, no es sino el balance vinculado a toda transición respecto a la vida anterior. Y también aquí —como en cada crisis vital— son posibles procesos de aprendizaje a gran escala.

Naturalmente, el balance final es más importante que todos los intermedios. En ciertas circunstancias puede ser también más desagradable, especialmente si las transiciones anteriores sólo se superaron con hipotecas y el abismo entre cuerpo y alma se agrandó en cada transición. Si las anteriores fases de la vida se superaron en armonía entre cuerpo, alma y espíritu, en la mayoría de los casos el hombre está preparado para superar el último obstáculo. Pero si, por ejemplo, se siente estafado en etapas importantes de su vida, si no ha podido agotar fases esenciales o tomar curvas decisivas, al final se irá a duras penas, porque las tareas sin superar le abruman. En este sentido, ahora es cuando se ponen de manifiesto los errores, que revelan lo que falta. De todos modos, las cosas que se han hecho mal suelen ser un

problema menor que las ocasiones perdidas y las oportunidades que se dejaron pasar. La mayoría de las personas disculpan peor no haberse atrevido y no haber intentado atravesar una crisis, haberse negado a tomar una decisión, que un intento fallido. En este punto reaparece el modelo originario, tal como se expresa en la parábola del hijo pródigo: atreverse a vivir es la tarea, y está permitido fracasar en ella.

También las ocasiones en que se da preferencia a la cabeza sobre el corazón pueden dificultar la muerte como última transición. Quien por consideraciones racionales y falta de confianza haya renunciado a un gran amor, puede que aún sufra por ello muchas décadas después, en su lecho de muerte. El corazón tiene una relación más sana y valiente con los desafíos de la vida que el intelecto. El instinto sería el guía más natural, pero a cambio fomentaría poco el desarrollo. Sin embargo, le dedicamos aún menos atención que a la voz del corazón. Es el intelecto el que nos ha llevado, erróneamente, a abolir los ritos de paso y los rituales iniciáticos. Cree poder ahorrarnos lo que se sustrae a su estrecho ámbito de comprensión. El ideal sería un hombre con el instinto bien desarrollado que hubiera aprendido a utilizar su intelecto y cediera al corazón la integración y la decisión última.

Sin duda nos hemos desarrollado un buen trecho a partir del modelo originario, lo que también tiene sus ventajas. El hombre de la edad antigua, estrechamente unido a la naturaleza, vivía pubertad y adolescencia en una. Había crecido así y alcanzaba su centro vital a mediodía, cuando el sol está en su cenit. E igual que se acostaba con la puesta de sol, tampoco su vida duraba más allá de ese punto. La esperanza de vida estaba por debajo de los cuarenta años. Nosotros en cambio necesitamos más, pero también tenemos mucho más tiempo. Ya no nos hacemos adultos con la pubertad, sino en la adolescencia, y ya no alcanzamos la mitad de la vida a mediodía, sino mucho después. No nos vamos a la cama con la puesta

de sol; sin duda es ya tiempo libre, pero todavía no el fin. La extensión temporal permite más diferenciación, hemos dado el paso de la naturaleza a la cultura. En todo caso, estamos a punto de volver a abandonarla y, a pesar del tiempo ganado, no poder superar ya nuestras tareas vitales.

Y precisamente en nuestra situación sería posible un día y una vida más liberados. Podríamos empezar el día con la salida del sol y despertar con nueva frescura tras una noche reparadora. Este tiempo cargado de energía sería para la meditación y oración matinales y para ajustarnos al día. El aseo matinal es un clásico ritual de purificación y sólo tiene que ser sentido y cargado como tal. «Al que madruga Dios le ayuda», reza el refrán, y con esa sensación se canta a esa hora, todavía hoy, en los conventos y se celebra el nuevo día. El desayuno incluye sobre todo el pan espiritual, que se comparte. Con la correspondiente sensación de alegre gratitud, podemos dejar la casa tras el desayuno, con el que rompemos el ayuno de la noche.[1] Cuando cruzamos el umbral y salimos al mundo, tiene lugar una especie de ritual del umbral que aún representa un papel en la tradición budista. En la vida, es la pubertad la que ahora exige todas nuestras energías y el valor de dominar las dificultades. A lo largo del día, es la hora de ir al trabajo. De la plenitud de la energía fresca pueden crecer prestaciones creativas y alcanzarse objetivos. Nos aproximamos a la forma suprema del día, en la que el trabajo da satisfacción. Hacia mediodía disfrutamos del merecido descanso durante la comida y una confortable siesta hasta la regeneración de las energías.

Después de descansar y superar el centro, estaría indicado un trabajo más reflexivo. De la visión de conjunto ganada por la mañana se desprenden los pasos necesarios para elaborar lo esencial. Con el té de las cinco viene una pausa tras la cual hay que pensar ya en el día siguiente, antes de terminar el trabajo. Con «terminar» queremos decir encontrar un

fin, terminar y no llevarse nada a casa. Es ya la hora libre (o la jubilación), y eso hay que celebrarlo. El camino a casa, la retirada del trabajo, es un acontecimiento alegre, que desemboca en el tiempo libre. Se trata de un polo opuesto consciente al trabajo. Tarde *libre* es tiempo de lujo, que puede complacer y quiere ser disfrutado, tiempo para la cultura en el sentido de una meditación vespertina o también, en el sentido profano de la palabra, para la música y la comida. Aun así, seguimos hablando de cultura musical y cultura gastronómica, lo que muestra la profunda relación originaria de ambos con el culto. No hace tanto tiempo que toda la música era sacra y toda comida iba enmarcada entre oraciones.

Con el crepúsculo y la puesta de sol, el día y la vida envejecen y abren espacios para todo aquello que a uno le ha alegrado un día o una vida entera. Esto puede ser, algunos días, una buena película. Incluso los fans de las películas de acción contemplan el tema pendiente de la muerte, aunque no la pongan en relación con su situación y la del día. El final de la tarde corresponde a la preparación para el sueño, y es el momento de recapitular el día transcurrido. Hay que hacer balance, quizá muy concretamente leyendo un periódico. Al mismo tiempo, se trata de desprenderse de todo aquello en lo que uno aún está enredado. El aseo nocturno es el ritual final del día, y no por casualidad está dedicado a la purificación. Se lava lo que ha sido superficial durante el día y no tiene valor permanente para el alma.

Con el irse a la cama y dormir, la atención se dirige hacia adelante, en el sentido de una entrega al reino de los sueños. Dormir y fallecer, los encuentros con los hermanos divinos Hypnos (Sueño) y Tánatos (Muerte), se corresponden en gran medida. Su madre Nyx, la Noche, tiene también sus fases y etapas, aunque nos preocupemos poco de ellas. El sueño antes de medianoche es incluso, según investigaciones científicas, especialmente sano y reparador, porque se

trata de un sueño profundo, importante para la desintoxicación y regeneración. A partir de medianoche se alternan las fases de sueño profundo. Es la hora de los sueños profundos y esenciales, que llegan hasta las visiones y lúcidas experiencias. El alma viaja al plano astral. Total conciencia en este ámbito correspondería al sueño del yoga. La sabiduría popular llama a este período posterior a medianoche «hora de los espíritus». El amanecer y la aurora del nuevo día traen fases de sueños más superficiales, como demuestran los frecuentes sueños sexuales en esta fase. Se trata de elaborar los sueños diurnos no vividos, los sueños lujuriosos y atemorizadores, un ámbito querido para Freud y sus discípulos. Es una especie de preparación del inconsciente para el día. Termina con el despertar para una nueva ronda.

En este punto se comprende por qué los orientales esperan que la meditación matinal haga avanzar el desarrollo espiritual en un sentido profundo, mientras la meditación vespertina sirve a la regeneración y recuperación. Aquí puede también aclararse cómo el día se ensambla con el día, el año con el año y la vida con la vida, en el eterno ciclo de lo vivo o, como dice Manfred Kyber:

Una vez tras otra
desciendes
al seno cambiante de la Tierra,
has aprendido a leer a la luz
que la vida y la muerte han sido una
y todos los tiempos intemporales.
Hasta que la cansada cadena de las cosas
se alinee en ti
para formar el eterno anillo en reposo,
en tu voluntad estará la del mundo;
hay silencio en ti, silencio,
y eternidad.

2

DEL MOMENTO CORRECTO Y EL ORDEN CORRECTO

Todo tiene su momento; y todo cuanto se hace debajo del sol tiene su [tiempo.
Hay un tiempo para nacer y un tiempo para morir;
un tiempo para plantar y un tiempo para arrancar lo plantado;
un tiempo para matar y un tiempo para curar;
un tiempo para destruir y un tiempo para edificar;
un tiempo para llorar y un tiempo para reír;
un tiempo para lamentarse y un tiempo para bailar;
un tiempo para esparcir las piedras y un tiempo para amontonarlas;
un tiempo para abrazarse y un tiempo para separarse;
un tiempo para buscar y un tiempo para perder;
un tiempo para guardar y un tiempo para tirar;
un tiempo para rasgar y un tiempo para coser;
un tiempo para callar y un tiempo para hablar;
un tiempo para amar y un tiempo para odiar;
un tiempo para la guerra y un tiempo para la paz.

Eclesiastés; 3, 1-8

Todas las crisis de transición tienen su momento. No se pueden superar demasiado pronto, y muy difícilmente demasiado tarde. En la concepción, el momento se sustrae a nuestra responsabilidad y por tanto carece de problemas. Pero ya en el parto empiezan las dificultades. Tiene un momento en el que no es fácil. Si es anticipado por el médico,

es un gran esfuerzo que se exige a la madre y al hijo. Si tiene lugar demasiado tarde, surgen los problemas del exceso de madurez. Nunca es tan fácil la pubertad como entre los doce y los catorce años. Los intentos de vivirla con treinta o incluso cincuenta dan trabajo a los psicoterapeutas, pero son difíciles para los afectados. La crisis de la mitad de la vida no es tan fácil de fechar, y tiene su mejor momento. En cuanto aparecen los síntomas conocidos, ya se ha superado ese momento. Pero también puede, anticipada, causar daños en un joven que se retira pronto de la vida a un Ashram. Naturalmente también la muerte tiene su momento. Adelantarlo con una eutanasia, por bienintencionada que sea, siempre será problemático; rebasar ese momento por medio de la medicina intensiva conduce la mayoría de las veces a un dolor desproporcionado.

En las culturas primitivas era fácil celebrar los correspondientes rituales en el momento oportuno. Refugiados en el campo de conciencia de la tribu, sus miembros alcanzaban juntos los períodos de transición, debido a su vinculada forma de vida. Además, en estas comunidades había aún chamanes o hechiceros que podían percibir la cualidad correcta del tiempo. En cuanto los rituales se vincularon a la edad, empezó su decadencia. Era más sensata la vinculación a determinados acontecimientos, como la primera menstruación o el sucumbir en un combate. A menudo los duelos por el poder tenían en una tribu el efecto de mostrar al cacique derrotado que era el momento de abandonar.

Nuestro actual intento de conectar tan decisivos rituales, hasta donde aún los tomamos en serio, a la edad de la persona y por tanto a la cantidad de tiempo, está condenado al fracaso. Sencillamente, el hombre no es un ser promedio. Todo esto se vuelve muy problemático cuando las personas que no superaron anteriores crisis vitales intentan en edad tardía compensar sus déficit con iniciaciones esotéricas.

Una pubertad no superada no se puede sustituir por una comunidad espiritual. Los intentos bienintencionados se mezclan con intereses espurios.

Incluso unos rituales armoniosos en un orden incorrecto sirven de poco. En nuestra alma parece haber un sistema jerárquico y un orden similar al del cuerpo, donde la sucesión de los pasos está garantizada por el desarrollo hormonal. Todo tiene su momento y su lugar. Esto es desagradable para nosotros, que ya no tenemos tiempo y apenas lugares adecuados para los rituales de transición. Pero el primer paso es reconocerlo, para volver a hacer pie el modelo de la vida y buscar nuevas vías. Hasta que se vuelvan a formar campos colectivos pasará tiempo, y hasta entonces no queda sino buscar vías individuales y orientarse, hasta donde sea razonable, por las viejas formas colectivas.

3

POSIBILIDADES

Reconoce a Dios en ti como el que
es sobre todo antes y después, cambio y mudanza,
para que el instante se te vuelva eterno...
hasta ese no tiempo que es Dios.

SAN HILARIÓN

CRITERIOS PARA EL MOMENTO DE LAS TRANSICIONES INDIVIDUALES

El momento de una transición inminente se puede reconocer por los siguientes criterios:

—tensiones repentinas e inesperadas;
—inquietud interior que no se calma con ejercicios normalmente eficaces;
—la sensación de estar en un barril de pólvora, como ante una prueba de resistencia;
—la aparición de una desconocida imprevisibilidad;
—sensación de agitación, sin tener ningún objetivo a la vista;
—cosas que hasta ahora eran importantes dejan de repente de interesar;
—se rompen parejas y amistades de años, ya no hay nada que decirse;

—el trabajo que hasta ahora le llenaba a uno ya no satisface;
—rechazo interior y exterior contra estructuras que hasta ahora no le molestaban a uno;
—rebelión por la rebelión;
—gusto en romper normas hasta ahora aceptadas, ignorar las prohibiciones;
—sorpresas y locuras hacen entrada en la vida;
—la sensación de no saber adónde dirigirse con las energías que se tienen.

HERRAMIENTAS Y LADRILLOS PARA UNOS RITUALES PROPIOS DE TRANSICIÓN

Kathleen Wall, una terapeuta americana que trabaja preferentemente con rituales, dice en su libro *Lights of Passage*: «Leer sobre rituales estimula el espíritu, ejecutar rituales estimula la vida.» Los rituales son una especie de tiempo extra que le permite a uno salir del flujo del tiempo, establecer contacto con nuestras necesidades más íntimas y reconocer y aprovechar las oportunidades de las nuevas fases de la vida. Para penetrar en este especial *espacio-tiempo* hay que disponer de un lugar exclusivo. En prácticamente todos los cuentos, mitos y leyendas, los héroes alcanzan el conocimiento fuera del habitual marco familiar, en un lugar especialmente desafiante. Igual de importante es el tiempo exclusivo: todos los demás desarrollos profanos tienen que quedar fuera. En algunos rituales, también la regularidad representa un papel que no se puede subestimar.

El momento correcto para tal excurso se desprende del flujo de la vida y se puede determinar con los criterios anteriores; la adecuada ejecución depende hoy en gran medida de nuestra propia iniciativa. El peligro no está tanto en la práctica de los rituales, sino en nuestra lentitud interior frente a todo lo nuevo, en la mentalidad ojalá-no-pase-nada. La mayoría de la gente se decide en caso de duda por un problema conocido y contra una solución nueva.

Las fases del ritual de transición

De forma análoga al esquema alquímico de disolver y coagular *(solve et coagula)*, en la mayoría de los rituales se puede distinguir tres niveles, que habría que perseguir también en los de diseño propio:

1. La separación. Le corresponde desprenderse de lo viejo, el abandono consciente de lo habitual, hasta ahora usual. Se trata de dejar claros los viejos papeles, actitudes, modelos de conducta, costumbres y posibilidades que se trata de abandonar. Pasos simbólicos de este desprendimiento serían:

—*quemarlos* y esparcir las cenizas a los cuatro vientos;
—*enterrarlos* y entregar a la corrupción o disolución;
—hundirlos en el *agua*;
—dejarlos volar y entregarlos al *aire* en forma de globo.

Junto a estas vías clásicas de los cuatro elementos, cabe también desgarrarlos, hacerlos tiras, cortarlos, arrugarlos, pisotearlos (el mortero de la alquimia), pulverizarlos y dispersarlos.

2. La transición propiamente dicha. Sería comparable a un camino por tierra de nadie entre los frentes y las épocas. Predominan la desorientación y los impulsos polarizados, los que buscan se siente zarandeados entre polos opuestos. El aspecto positivo sería el de una fase de prueba, de la que podría surgir el conocimiento de que todo crecimiento

procede de las contradicciones. En este período es importante crear espacio para las emociones y sensaciones negativas. Si huimos de los retos, se convierten en demonios que nos persiguen por orden del destino, pero si los aceptamos el miedo y el agobio se convierten en apertura y amplitud.[2] Ahora se trata de valorar las verdaderas consecuencias y costes de la transición y asumir la responsabilidad por ellas.

Símbolos de esta fase: el cáliz vacío, la fuente o taza vacía, el agujero excavado, pero aún vacío.

Ejercicios:

—Juegos de polaridad: probar en el plano interior o concretamente las dos caras posibles de una decisión, para llegar a resultados más armoniosos.

—Comidas alocadas como expresión de la situación alocada: componer un plato en los colores blanco y negro o teñirlo todo de azul en reconocimiento de la fase azul (incluyendo servilletas azules, velas, etc.).

3. La reunificación con lo nuevo. Empieza a menudo con el descubrimiento de una nueva visión, saliendo de la niebla de la segunda fase. Ahora pueden hacerse conscientes profundas nostalgias y pasiones que no tenían espacio en la anterior situación, pero pueden manifestarse en la nueva. La segunda parte de esta fase está dedicada a la integración. La nueva visión tiene que asentarse y enraizarse en la vida.

Los símbolos de lo nuevo deberían ocupar lugares de honor en la vida y el espacio vital. Para ello sirven cuadros, esculturas —sobre todo aquellas hechas por uno mismo—, *collages*, poemas, pero también los demás objetos que simbolizan la ruptura y lo nuevo.

Ejercicios:

—Comidas cargadas ritualmente, con alimentos que simbolizan el nuevo comienzo, como semillas, brotes (de bambú), huevos, frutos secos, fruta. Las ceremonias solemnes van acompañadas de las correspondientes comidas (banquete de bodas, comida de bautizo, banquete fúnebre, comida de negocios tras cerrar un trato). En este contexto, se podría pensar también en un pastel ritual común (pastel de Navidad, tarta de cumpleaños). Entran en consideración los modernos rituales de la comida: Fondue, Raclette, barro, sartén común china, buffet, etc.
Manejar conscientemente los lugares en la mesa. Un lugar suele representar un papel: en la fiesta de la pubertad, dejar por ejemplo a la hija ocupar esa noche el sitio de la madre. Crear un marco adecuado para principio y fin: oración, reflexión, música.
Elegir cuidadosamente los temas de conversación, no buscar soluciones a problemas durante el ritual de la comida. Elaborar mejor los problemas en un ritual de mesa redonda (como en la política), lo que tendría las ventajas de una mesa del Grial, en la que todos los iguales contribuyen.

—Fiestas con baile. Muchos bailes tienen un elemento ritual, por ejemplo corros y valses, bailes extáticos con trance.

—Rituales de plantación: sembrar semillas, plantar árboles, flores, matorrales, setos (como delimitación simbólica), observar el crecimiento de las plantas y ponerlo en relación con el propio.

—Rituales de regeneración: masajes (subacuáticos), baños (termales), polaridad, Shiatsu, yoga, Tai Chi.

—Vestimenta especial: vestirse ritualmente.

—Luz especial: encender ritualmente velas y volver a apagarlas al final; la luz vital en la tarta de cumpleaños, las luces del árbol de Navidad, etc.

—Poner una música adecuada.

—Emplear aromas adecuados para la ocasión: aceites aromáticos, varitas de incienso.

Posibles elementos, sillares y desarrollo de los ejercicios:

1. Hacer balance ritual del pasado segmento de la vida desde la última gran transición:
—Espiritual: lanzarse a un viaje en imágenes por las etapas más importantes del pasado; leer una vez más las anotaciones de diario de la época pasada; mirar viejos álbumes de fotos; terminar conscientemente los asuntos y tareas sin hacer; despedirse de los temas y cosas que quedan de lo ya vivido.
—Física, mediante un período de ayuno.[3]
2. Ritual de purificación referente a las tareas pasadas que salieron mal:
—en el sentido de una confesión, que puede hacerse con las propias personas afectadas o también ante una instancia como el sacerdote;
—superar conflictos pendientes mediante la disculpa, las aclaraciones, etc.
3. Ejercicios generales de purificación:
—espiritualmente, con ayuda de rituales de purificación elemental[4] (en el plano interior de las imágenes);
—físicamente: ritual de sauna (purificación por el fuego), cura termal consciente (ritual acuático), ritual respiratorio consciente en el sentido de una sesión de respiración intensiva, purificación física mediante ayuno o días a fruta para liberarse de las escorias.
4. Ceremonia adaptada al propio sentimiento vital (en la realidad exterior): elegir un lugar especial para el ritual, donde reine absoluta tranquilidad; buscar el momento adecuado del día en concordancia con la crisis correspondiente (es decir, un ritual de pubertad por la mañana, un ritual de mitad de la vida a mediodía y un ritual de retorno a la caída del sol); cuidar de la absoluta exclusividad; utilizar los cuatro elementos, que asistan testigos; emplear símbolos cargados de contenido: imágenes, formas, colores, sonidos, movimientos (gestos), olores; ensayar la coreografía deseada; incluir en los planes un tiempo de preparación reflexiva anterior y posterior.

Otros ejercicios:

—Paseos temáticos: encuentro con los elementos aire y tierra.
—Ritual terrestre: descansar en la Madre Tierra (como en los baños de barro), recuperar la confianza.
—Peregrinar a lugares con energía que estén relacionados con la correspondiente crisis.
—Meditaciones de la rueda medicinal: cada punto cardinal tiene un significado.
—Búsqueda de símbolos en la naturaleza: un símbolo para aquello que se quisiera dejar atrás; otro por lo que se tiene que dejar atrás pero se lamenta; otro para lo que se quiere conservar a toda costa y otro para la nueva dimensión que se quiere ver realizada.
—Buscar piedras para los asuntos no resueltos y emplearlas ritualmente.
—Escribir largas cartas y quemarlas ritualmente.
—Hacer *collages* que representen un aspecto como el futuro o ilustren los tres estadios de la transición.
—Vivir a prueba en el plano de las imágenes y en la realidad, por ejemplo en una poco clara tierra de nadie ante una decisión; vivir un día como si se hubiera separado uno, otro como si se volviera a estar definitivamente juntos; al tercer día, retirada a la meditación sobre las experiencias habidas.

4

PERSPECTIVA

Llevar a cabo los rituales de culturas ajenas resulta problemático por muchas razones, aunque también es comprensible en nuestra sociedad, huérfana a este respecto. Por desgracia, no tenemos espacios ni interiores ni exteriores para tales ritos, y su simbolismo es desconocido para nuestra alma. Construir nuestro cimiento a base de campos ajenos y reanimarlos requiere más tiempo y paciencia del que solemos tener.

Mejores posibilidades hay cuando desplazamos la actividad viajera no hacia fuera, sino hacia adentro. En alas de nuestros pensamientos e imágenes interiores, estamos en condiciones no sólo de viajar a otros países y culturas, sino también de retroceder en el tiempo. Así, se hace posible revivir rituales de distintos círculos culturales, pero sobre todo también de los propios de épocas anteriores. En la terapia de reencarnación se ha demostrado que tales experiencias surgen fácilmente y en las situaciones de crisis, incluso se abren paso hasta la superficie. Si vuelven a ser vividas conscientemente, pueden convertirse en una gran ayuda a la hora de superar las crisis presentes. El mecanismo no es fácil de comprender intelectualmente. Al parecer, la antigua experiencia actualiza la situación momentánea en el mandala vital, como también la situación instantánea vuelve a conjurar la antigua. Fluye más energía al tema, y el afectado pue-

de, presuponiendo la correspondiente apertura y disponibilidad, asimilar mejor la transición. Como ya se apuntó al principio, el modelo tiene efectos independientes del espacio y el tiempo y tiene sus repercusiones hasta el presente. La sola contemplación de tal modelo produce un efecto sorprendente. Posiblemente el descubrimiento de la nueva física de que toda observación influye en el proceso observado tiene aquí su paralelo.

En la práctica psicoterapéutica se ha demostrado lo importante que es elaborar los problemas en el orden correcto. La crisis de la mitad de la vida es difícil de superar, incluso con ayuda terapéutica, si aún no se ha digerido la pubertad. Revivir conscientemente el orden correcto y por tanto dar los pasos uno detrás del otro tiene efectos sanadores y permite volver al movimiento desde el estancamiento, regresar al proceso de desarrollo. Ésta es una de las razones por las que al principio de toda terapia de reencarnación tiene gran importancia revivir la concepción y el nacimiento. Según la frase «en el principio está todo», en él se encuentran ya los modelos esenciales de la vida posterior. Pero más importante aún es la posibilidad de revivir ejemplarmente en qué forma manejamos las crisis. En el fondo, la vida posterior es una ininterrumpida cadena de nacimientos, y no en vano decimos, tras llevar a cabo una difícil tarea: «Ha sido un parto difícil.»

La limitación de nuestras posibilidades exteriores da mayor importancia al interior. En el campo de las imágenes interiores, estamos comparativamente poco constreñidos. Incluso las personas que hace mucho que no recuerdan sus sueños y han perdido en gran medida el acceso al polo femenino, pueden en el curso de una semana recuperar la conexión con sus imágenes interiores. La terapia es sólo un sucedáneo de rituales que funcionen, pero es el mejor por el momento, sobre todo si con ella se puede obtener conexión con antiguos rituales eficaces.

Construir las propias estructuras a través de un principio dado puede ser más fácil que empezar sin ayuda ninguna. Todavía puede ser más sencillo, mientras no se haya bloqueado el acceso a ella durante demasiado tiempo o se haya acumulado demasiado encono contra la institución que hay detrás, reavivar rituales existentes como la confesión.

La mejor solución sería convertir la vida cotidiana en ritual. Quien va por la vida llevado por la conciencia, reconocerá a tiempo las necesarias transiciones y se le abrirán caminos para superarlas ritualmente. Su vida estará, en armonía con las imágenes interiores y su simbolismo exterior, llena de posibilidades de conocimiento. El entorno se convertirá en su espejo, y el destino en su terapeuta.

NOTAS

INTRODUCCIÓN/PRIMERA PARTE

1. Rüdiger Dahlke: *Problemas de(l) corazón*, Múnich, 1992; Rüdiger Dahlke/Robert Hössl: *Problemas digestivos*, Múnich, 1992; Rüdiger Dahlke: *Problemas de peso*, Múnich, 1989; Rüdiger Dahlke/Margit Dahlke: *Psicología del humo azul*, Múnich, 1992.

2. Véase al respecto el capítulo 2 en Rüdiger Dahlke: *La enfermedad como lenguaje del alma*, Múnich, 1992.

3. En muchas ocasiones, se procede en la práctica conforme al modelo: por diez masturbaciones, cinco padrenuestros y cinco salves. Es difícil imaginar que Cristo quisiera ver el Padrenuestro, la única oración dada directamente por él, como ejercicio penitenciario en el marco de la confesión.

4. Jürg von Ins: *Éxtasis, culto y ceremonialización*. Tesis doctoral, Zúrich, 1979.

5. Rupert Sheldrake: *El universo creativo*, Múnich, 1991.

6. En relación con esto, habría que pensar en lo que el historiador de las religiones Mircea Eliade llama el tiempo sagrado más allá de la polaridad. Eliade distingue entre nuestra moderna comprensión lineal del tiempo y el tiempo circular de las antiguas culturas. Este tiempo circular siempre está referido al punto central del mandala y tiende por ello a salir de la polaridad. El hombre primitivo vive en forma ritual los puntos decisivos del círculo anual, estando la mayoría de las veces en trance y trascendiendo así la polaridad de espacio y tiempo. En este tiempo sagrado, es totalmente libre en su vivencia de las limitaciones de la polaridad. Esta situación es comparable con la vivencia de la película de la vida en situaciones próximas a la muerte, cuando espacio y tiempo dejan de desempeñar papel alguno.

7. Paul Rebillot/Melissa Kay: *The Call to Adventure. Living the Hero's Journey in Daily Life*, San Francisco, 1993.

8. Una introducción a la comprensión de la polaridad se encuentra tanto en Margit Dahlke/Rüdiger Dahlke: *El desafío espiritual*, Múnich, 1994; como también en Rüdiger Dahlke: *El hombre y el mundo son uno*, Múnich, 1991.

9. El monumento más conocido a este respecto es el gigantesco círculo de piedra de Stonehenge, en el sur de Inglaterra, que al parecer servía entre otras cosas de calendario y con cuya ayuda se podían determinar los cuatro puntos clave del año.

10. El equinoccio representa la igualación del día y la noche en el punto en que empiezan la primavera y el otoño, el solsticio de verano representa el punto más alto del sol, que da paso al sol de verano, y el solsticio de invierno el punto más bajo del sol, que da paso al sol de invierno.

11. Una extensa introducción a estas leyes del esoterismo se encuentra en Rüdiger Dahlke: *El hombre y el mundo son uno*, Múnich, 1991.

12. En la tradición esotérica se parte del equinoccio de primavera, es decir, 0 grados de Aries, porque a partir de aquí la luz comienza su irrevocable campaña triunfal. Pero de hecho el 1 de enero, en las cercanías del solsticio de invierno (21 de diciembre), también es adecuado simbólicamente. Lo último correspondería a la concepción, lo primero al parto. En principio, naturalmente, se pueden calificar ambos de nuevo comienzo, igual que decimos a menudo que la vida empieza con el parto, aunque sabemos que en realidad ya está ahí con la concepción. En última instancia, ninguno de ambos es un auténtico comienzo, porque se trata de un acontecimiento cíclico. Lo difícil en este punto puede ser que para los cristianos la Navidad siempre está asociada al parto, porque en la Navidad celebramos el nacimiento de Jesús. Cristo, el ungido, entra en juego tan sólo tras la iniciación en su obra. Se podría pues considerar simbólicamente el nacimiento de Jesús como la concepción de Cristo. A partir de aquí, crece ampliamente en secreto hacia su tarea. De hecho, aparte de la mención de Jesús en el templo a los doce años, no nos ha llegado nada de esa época.

13. Véase al respecto más extensamente Miranda Gray: *Red Moon*, Shaftesbury, 1994.

SEGUNDA PARTE

1. Neófito, «el recién plantado»; a la iniciación está unida la idea de ser plantado en tierra nueva, para seguir creciendo a ese nivel.

2. Esto se refiere tanto a experiencias vividas en anteriores encarnaciones interrumpidas por el aborto como también a intentos de aborto y vividos y sobrevividos por los pacientes en tanto que embriones.

3. Desde el punto de vista científico-natural, la acumulación de taras hereditarias se basa en que los óvulos femeninos, presentes desde el principio en el cuerpo de la mujer, han estado en las madres mayores expuestos por más tiempo a todas las posibles influencias dañinas.

4. Según esta concepción, uno se pregunta en todo caso por qué debe haber una «respuesta» en la «responsabilidad», porque lo que queremos es precisamente no tener que responder a la mayor cantidad de cosas posible. Los ingleses lo tienen aún más claro en su idioma: *Responsibility* significa literalmente «capacidad de responder».

5. Sugerencias y ayudas en el libro ilustrado de Bruno Blum/Rüdiger Dahlke: *Los cuatro elementos*, Múnich, 1995.

6. La nocividad de las medidas de la medicina académica sólo se descubre, con frecuencia, mucho después. Hay pocas razones para ponerse a disposición del médico o poner al hijo de uno como conejillo de indias, sobre todo cuando pocas investigaciones sirven de algo. Especialmente si se rechaza el aborto, muchos análisis ginecológicos del embarazo quedan descartados de antemano.

7. Véase al respecto el libro de Rüdiger Dahlke: *Viajar hacia el interior*, Múnich, 1994.

8. Leon Chaitov afirma en su libro *Vías naturales hacia una larga vida*, Múnich, 1994, que la esperanza de vida de los animales de experimentación alimentados con la «alimentación normal» de un humano civilizado se reduce en un tercio. La mayoría de los animales muere tempranamente de las correspondientes enfermedades.

9. Aferrarse al fumar a pesar del embarazo no es algo que se haga por mala voluntad, sino que se basa en los modelos psicoló-

gicos en los que los padres están enganchados. A este respecto, podría ser de utilidad el libro de Rüdiger y Margit Dahlke *Psicología del humo azul*, Múnich, 1992, que informa sobre los trasfondos correspondientes.

10. Las mujeres de los llamados pueblos naturales, que con tanto placer como error llamamos primitivos, pueden percibir en su mayoría el acto de la concepción, y de vez en cuando también las mujeres sensibles de nuestra civilización están en condiciones de hacerlo.

11. Durante el ayuno sólo desaparece lo inesencial, y si después uno ha perdido unos kilos de peso, no ha perdido uno nada. En conjunto, sólo se ha vuelto uno más esencial.

12. Tras el descubrimiento de los rayos X, se irradió a placer... en cualquier ocasión, rutinariamente una vez al año a todos los colegiales, etc. Es simplemente un mandamiento de la inteligencia, nacido de la experiencia, que en la medicina es preferible ser cauteloso en caso de duda y tomar en serio los primeros signos de peligro.

13. APGAR significa respiración, pulso, tono básico, aspecto y reflejos, por sus siglas en alemán. Cuando el niño grita, se pone rojo y respira más hondo, lo cual puntúa. Además, se pueden sacar unos puntitos más en el test de pulso. Si la tortura pone realmente furioso, esto puede reflejarse en el tono y aspecto (debido a la vitalidad mostrada) con nuevos pluses.

14. De hecho el nacimiento es la entrada en el mundo polarizado, y su señor es el demonio, como Cristo constata expresamente en la última cena. En ese sentido, los médicos trabajan en armonía con la mitología, aunque exagerando un poco. Además, ya no se trata de seguir sacando sangre del talón, sino de que quizá no sea a modo de saludo.

15. Incluso en la terapia del grito primigenio o primario, en la que se puede considerar a primera vista que gritar es un entrenamiento y un ejercicio, el verdadero grito primigenio brota sólo de una situación de máxima tensión y angustia interiores, es decir, con él se descarga el agobio interior acumulado desde hace mucho. Este alivio puede vivirse luego con alegría y triunfo. Pero tales gritos no tienen por qué ser provocados con golpes en el trasero.

16. Este fenómeno no es tan asombroso, y no afecta de forma aislada a la ginecología, ya que prácticamente en todos los lugares en que los médicos se dejan arrastrar a la huelga disminuye claramente la mortalidad de la población.

17. *Rebirthing* significa «volver a nacer». Con ayuda de esa técnica, viven el propio nacimiento sobre todo personas cuyo trauma natal no elaborado pesa en su conciencia. En el *rebirthing* sólo hay que tener cautela en cuanto que entretanto se ocultan muchas cosas peculiares detrás de este nombre.

18. Que la presión de contracciones alcanzable en cuclillas es mucho mayor lo atestigua el doctor Robert Mendelsohn en su libro *Mal(e) Practice*, Chicago, 1981.

19. Posteriormente, el personal especializado constata a veces con asombro que la sangre del recién nacido no está ni mínimamente acidulada. Esto es comprensible porque con la profunda respiración de la madre la sangre es inundada constantemente con oxígeno o energía vital.

20. Por poco dispuestos que estén los médicos académicos a abandonar la pretensión de su infalibilidad en su caso concreto, rápidamente echan mano de atribuciones de culpa en caso de prácticas alternativas. Lo mucho que sale mal en la medicina académica se pasa intencionadamente por alto. Casi nada es tan difícil como probar un error a un médico en este país. Forma parte de la idea que los médicos tienen de sí mismos el ser unos artistas infalibles, y lo que no cubre el arte lo pueden cubrir los últimos descubrimientos de la ciencia; en el peor de los casos, no hay quien pueda encontrar un perito dispuesto a testificar.

21. El ejemplo no es del todo cierto, porque, viceversa, en el nacimiento hay que salir del agua al elemento aéreo.

22. Un fenómeno parecido se da en el ámbito de la cirugía, donde cada cirujano tiene que alcanzar determinado número de operaciones. El hecho es que en ningún país del mundo se hacen más operaciones de colon que en éste.

23. Al Siebert, *The Survivor-Personality*, Portland, 1993.

24. REM *(Rapid Eyes Movement)*, que traducido significa «movimiento rápido de los ojos», designa las fases del sueño caracterizadas por este fenómeno. Estas fases se pueden registrar con un sencillo electrodo en las comisuras de los párpados. Si el paciente es despertado al principio de la fase y después se le deja seguir durmiendo, puede pasarse la noche durmiendo sin entrar en una fase

REM o de sueños, porque éstas requieren la preparación de una fase de sueño profundo.

25. Medicina y biología conocen este fenómeno y hablan de que la filogénesis se corresponde con la ontogénesis. El esoterismo ve en la repetición del gran proceso evolutivo por parte de cada individuo una ilustración de la ley de la parte por el todo, que parte de la base de que en cada parte está el todo.

26. De hecho, la doble bóveda de los pies y la columna vertebral erecta son lo más humano que hay en nosotros. Los mamíferos marinos, como los delfines y determinadas ballenas, tienen en parte cerebros más grandes y diferenciados que nosotros.

27. Falta espacio aquí para entrar en detalle en la temática de la reencarnación, pero aun así se parte de la existencia de una larga cadena de vidas, como se desprende sin esfuerzo y con toda evidencia de las experiencias hechas con la terapia de reencarnación. Véanse más informaciones al respecto en Margit Dahlke/Rüdiger Dahlke: *El desafío espiritual*, Múnich, 1990.

28. A veces se emplea «enseñar los dientes» para «reír», estando la risa y el llanto próximos, no sólo en la sabiduría popular.

29. Respecto a todo este grupo de temas, son muy recomendables los libros de Irina Prekop, como por ejemplo *El pequeño tirano*, Múnich 1992, o *Niños inquietos*, Múnich 1994.

30. Véase al respecto el capítulo correspondiente de Rüdiger Dahlke/Robert Hössl: *Problemas digestivos*, Múnich, 1992.

31. Toda una serie de posibilidades de acceso y trucos para llegar más rápido y con más éxito a las profundidades de los mundos fantásticos interiores se encuentran en el libro de Rüdiger Dahlke: *Viajar hacia el interior*, Múnich, 1994.

32. Se trata de una herramienta para niños, especialmente utilizada en el norte de Alemania, con la que se *empujan* hacia la propia cuchara los bocados rebeldes.

33. Esto significaría en todo caso, incluso en los colegios públicos, clases más pequeñas, en las que los pedagogos pudieran permitirse conocer la personalidad de sus alumnos. Una cosa así costaría dinero, pero tendría su interés.

34. Lo rítmico y cambiante forma parte esencial del arquetipo femenino. Que entre nosotros se degrade esto tachando a las mujeres de caprichosas e imprevisibles se debe a nuestros ideales masculinos. En todas las religiones y doctrinas salvíficas encontramos advertencias de no querer preverlo todo, y se remite a la importancia de vivir espontáneamente el momento.

35. Espantado por esta necesidad, Adolf Kolping fundó las casas Kolping, como asociaciones locales de aprendices.

36. En esta palabra se oculta el reforzamiento de la fe (en latín *firmus*, fuerte), en la comunión (*communio*, comunidad) se recalca la comunidad con Cristo y su Iglesia.

37. C.G Jung: *Obra básica, tomo 3*, Olten, Friburgo, 1984.

38. Véase Marie-Luise von Franz: *El eterno adolescente*, Múnich, 1992.

39. Si la revista ha perdido fuerza en los últimos tiempos, ello no significa necesariamente una evolución de los lectores, porque lo que pierde son sus cuotas de mercado en el sector de revistas porno.

40. Se trata de una unión de la moderna tecnología informática con efectos de *Mindmachine*, que permiten el acceso a la llamada realidad virtual. Equipado con cascos y guantes llenos de electrónica sensible, el viajero por el ciberespacio vive a través de minipantallas y sensaciones simuladas un mundo artificial que en EE.UU. fascina ya más que el auténtico a muchas personas.

41. Por desgracia esto no ocurre conscientemente, porque el redescubrimiento del propio niño interior podría aportar algunas cosas desde el punto de vista evolutivo y ofrecer un fundamento fiable a los intentos por ser adulto.

42. Muchas culturas tienen montañas sagradas. En Indonesia hay incluso, en el Badabadur Stupa, una montaña originariamente natural que, hecha artificialmente en terrazas, imita el camino vital como montaña sagrada. En giros en espiral, el camino pasa por innumerables estatuas de Buda, que representan distintas estaciones del camino. El objetivo es la cumbre de la montaña, el centro del mandala, con un Buda especial. Entre nosotros, algunos viacrucis se aproximan a esta idea.

43. Por otra parte viven, desde el punto de vista simbólico, en el centro del mandala, y sería posible que aún tuvieran por delante todo el camino. En ese sentido, son importantes para nosotros como imagen, pero no como modelo.

44. La problemática del tabaco como acto sustitutorio está descrita por extenso en Rüdiger y Margit Dahlke, *Psicología del humo azul*, Múnich, 1992.

45. Si esta descripción les parece dura a los adeptos al fútbol, habría que decir que también en opinión de los comentaristas y entrenadores la mayoría de los partidos no son buenos en su conjunto, por no hablar de interesantes. Entre los buenos, en realidad sólo unas pocas escenas que transcurren en segundos son interesantes, exactamente aquellas que después se repetirán infinidad de veces en la «televisión infantil» del día siguiente.

46. Sobre el tema rituales de virilidad, se recomienda el libro *Hacerse hombre* (Múnich, 1993), en el que el norteamericano Ray Raphael rastrea los experimentos de los hombres modernos a este respecto y saca a la luz un material al mismo tiempo emocionante y desilusionante.

47. Sólo la pérdida anual de miembros de las dos Iglesias cristianas oficiales prueba esta decadencia, pero también la creciente necesidad de grandes partes de la población de aceptar Iglesias cuya historia entera es un escarnio de la Sagrada Escritura. En este momento son sobre todo las mujeres las que llenan las iglesias. Con su creciente despertar, se producirá aquí un movimiento de degradación, porque han sido sobre todo las mujeres las que han sufrido y siguen sufriendo la política de la Iglesia. Las Iglesias oficiales se muestran francamente como estructuras patriarcales de poder de tal modo fosilizadas que no ofrecen un hogar a las mujeres conscientes de sí mismas. Si las mujeres acaban marchándose en masa no quedará nadie que mantenga los rituales. A esto se añade que en general vivimos en una época de profanización y pérdida de la magia, una tendencia que afecta con especial dureza a las Iglesias; no en vano los lugares de culto se están convirtiendo cada vez más en centros de interés artístico.

48. En este punto el libro de Ray Raphael *Hacerse hombre* (Múnich, 1993) da indicaciones tanto en sentido positivo como negativo.

49. Quien retroceda ante tal medida por razones de salud, debería tener claro que ese primer cigarrillo se fuma prácticamente en todos los casos, y que uno no es peligroso comparado con lo que amenaza a un fumador. Quien desee más informaciones sobre este paso debe acudir al libro de Rüdiger Dahlke/Margit Dahlke: *Psicología del humo azul*, Múnich, 1992.

50. Los cigarrillos de marihuana compartidos entre los fumadores, a lo que alude el nombre.

51. Según una encuesta, más del 60 por ciento de los adultos alemanes conocen la embriaguez y el éxtasis provocados por la ingestión de alcohol, y menos del 20 por ciento por su vida sexual.

52. Esta consideración se refiere a los jóvenes de las sociedades civilizadas, porque en las comunidades primitivas, con una expectativa de vida muy inferior, maduran sexualmente antes que nuestros jóvenes a pesar de la aceleración.

53. Incluso aunque resulte ridículamente transparente, con la suficiente presión se puede clasificar un matrimonio como el de la princesa Carolina de Mónaco como no consumado y separarlo con la bendición papal.

54. Adolf Guggenbühl-Craig: *El matrimonio ha muerto, viva el matrimonio*, Múnich, 1990.

55. Véase al respecto la extensa derivación del eco como fundamento del amor en Rüdiger Dahlke: *El hombre y el mundo son uno*, Múnich, 1991.

56. Los niños gustan de jugar con frecuencia a los papeles que les van a corresponder. Cuando hacen de padre, madre e hijo u otros juegos de rol, la mayoría de las veces hay pelea por los futuros papeles adultos.

57. El concepto se remonta a Christina y Stan Grof, que han editado un libro sobre este tema: *Crisis espirituales. Oportunidades para encontrarse a sí mismo*, Múnich, 1993.

58. Se hace referencia aquí a ese ingenuo método que intenta cubrir con afirmaciones (frases positivas) áreas de sombra como los cuadros patológicos. Este método funciona por desgracia bastante bien, como la alopatía, en cuyo fundamento se basa. Los síntomas se ocultan y las sombras se agrandan. Más detalles al respecto en Margit Dahlke/Rüdiger Dahlke: *El desafío espiritual*, Múnich, 1994.

59. MT significa meditación trascendental, propagada entre nosotros sobre todo en los años setenta y ochenta por el indio Maharishi Mahesh Yogi, y que sigue teniendo muchos adeptos.

60. Se hace referencia aquí a esa variante sexual erróneamente llamada «tantra» en la que se trata de evitar el orgasmo... erróneamente porque tantra significa mucho más.

61. Lingüísticamente, esta intimación se puede entender de forma mucho más exigente. «Someter algo» significa elevarse sobre ello. Así que la frase de la Biblia también podría significar elevarse sobre la polaridad del mundo, es decir, crecer en dirección a la unidad.

62. *El libro de lectura de C.G. Jung*, Olten, Friburgo, 1983.

63. En relación con esto, llama la atención que algunos maestros traten sencillamente de desprender su crisis de la mediana edad de este escenario convirtiéndose ellos mismos en gurus y por tanto en medida de todas las cosas. La sombra del propio poder no se ve y elabora, sino que se eleva a programa. Los resultados son fácilmente visibles, por desgracia. Entre las personas cuya búsqueda de autoridad adopta rasgos de desesperación incluso tales «gurus» siguen encontrando adeptos, personas que se han quedado colgadas en el más auténtico sentido de la palabra.

64. Max Frisch: *Obras completas, tomo 6. Diarios, 1966-1971*, Francfort del Main, 1986.

65. En este punto habría que reflexionar si el aumento de la disponibilidad a la violencia, hasta llegar a la brutalidad, que los investigadores sociales observan entre los jóvenes, no está relacionado con que éstos reciben voluntariamente cada vez menos el margen de desarrollo que les corresponde. La generación mayor emplea entonces esta inclinación a la violencia como argumento para ceder aún menos poder de disposición a la generación siguiente.

66. Aquí se pone de manifiesto la similitud con los «primitivos». Los indios o tibetanos proceden con sus mandalas como los niños con sus castillos de arena: lo creado en un momento con entrega es destruido con brío en el siguiente... tal como se ganó, se perdió.

67. Aquí está el gigantesco peligro de que en la escena médica alternativa tales medios se supriman sin competencia. Si el efecto elevador del ánimo de los potenciadores cesa, el paciente será empujado al suicidio, para el que le faltaría iniciativa sin el incremento artificial del impulso. Si se quiere jugar al terapeuta, hay que conocer muy bien los medios empleados, cosa que sí ocurre entre la mayoría de los médicos académicos. En la psiquiatría se utilizan y suspenden hoy rutinariamente ambas cosas.

68. Si por las razones que sea el crecimiento físico se obstaculiza o incluso impide, a veces se producen compensatoriamente inusuales desplazamientos del crecimiento a nivel intelectual-espiritual.

69. Aquí tendría ciertas posibilidades, como máximo, un tipo de deporte que incluyera el tema arquetípicamente saturniano de

la ancianidad, como el maratón, pero naturalmente tampoco puede proporcionar una solución.

70. Desde el punto de vista médico, puede tratarse de un tumor benigno en el sentido del adenoma de próstata o también de un tumor maligno, es decir, de un carcinoma. En este último caso vienen a cuento todas las consideraciones que se hacían en Rüdiger Dahlke: *La enfermedad como lenguaje del alma*, Múnich, 1992, sobre los temas cáncer y próstata.

71. Una descripción extensa del pelo y el significado simbólico de su caída se encuentra en Rüdiger Dahlke: *La enfermedad como lenguaje del alma*, Múnich, 1992.

72. Miranda Gray: *Red Moon*, Shaftesbury, 1994.

73. Véase al respecto el capítulo pertinente en Rüdiger Dahlke/Robert Hössl: *Problemas digestivos*, Múnich, 1992.

74. Sobre el significado del infarto de miocardio, véase Rüdiger Dahlke: *Problemas de(l) corazón*, Múnich, 1992.

75. La cosa llega a la locura total cuando, en lucha sin cuartel contra la osteoporosis, se prescriben estrógenos a mujeres que hace mucho que han dejado atrás el cambio. Pero incluso cuando septuagenarias empiezan otra vez a menstruar, algunos ginecólogos siguen sin abrir los ojos.

76. El hecho de que la medicina nos haya brindado también muchas bendiciones no significa que todo lo nuevo que propague tenga sentido, y menos aún que antes todo fuera malo.

77. Véase al respecto el capítulo IX.2 de Rüdiger Dahlke/Robert Hössl: *Problemas digestivos*, Múnich, 1992.

78. Cita del doctor Friedrich Husmann en *Gyne: Revista de ginecología práctica y medicina general*, pág. 5.

79. Ibíd.

80. Ibíd.

81. Los argumentos van en la dirección de que el engorde directo debido a los efectos bioquímicos de los estrógenos, como la retención de líquidos, representa aproximadamente una libra. El resto del notable incremento de peso se debe al cambio de la situación global. Los kilos así cogidos no pesan menos por eso.

82. Cita del doctor Friedrich Husmann en *Gyne: Revista de ginecología práctica y medicina general*, pág. 5.

83. Más sobre el significado de este colchón de grasa en Rüdiger Dahlke: *Problemas de peso*, Múnich, 1989.

84. Interpretación extensa en el capítulo 15 de Rüdiger Dahlke: *La enfermedad como lenguaje del alma*, Múnich, 1992.

85. Todos estos cuadros patológicos y otros típicos de la edad se tratan más extensamente en el capítulo 15 de Rüdiger Dahlke: *La enfermedad como lenguaje del alma*, Múnich, 1992.

86. Véase al respecto Rüdiger Dahlke: *Problemas de corazón*, Múnich, 1992.

87. En Oriente la gente parte de la base de que todo en la creación concreta es engaño o Maya. Hace mucho que, también según afirma la física moderna, el espacio y el tiempo ya no son tan objetivos y seguros como el Occidente de orientación científica pensaba todavía en los dos últimos siglos.

88. «El velo de Isis» es la expresión egipcia para Maya.

89. Max Frisch, *Obras completas, tomo 6. Diarios, 1966-1971*, Francfort del Main, 1986.

90. Con las frecuentes expresiones «en mi época» o «en nuestra época», el que habla pone de manifiesto que el presente ya no es su época, que se ha perdido en el pasado.

91. Esto se aplica en todo caso a todos esos pacientes americanos que quieren congelar su cuerpo, o en la variante barata su cabeza, con la esperanza de que la medicina encontrará en un futuro lejano un remedio mágico y, recién descongelado, le salvará de la muerte. Aparte de lo grotesco del miedo a la muerte, este ejemplo demuestra cómo se consigue exactamente aquello que más se teme, en este caso la muerte. El drama se ve reforzado además porque las almas afectadas consiguen separarse con especial dificultad de sus esperanzas o cadáveres depositados en hielo.

92. El legislador recalca especialmente que los médicos del equipo de extracción, es decir, los que pueden estar «interesados» en la rápida muerte del donante, no pueden determinar la muerte cerebral. En otras palabras, ni siquiera el Estado confía ya en los médicos en lo que se refiere a la muerte.

93. *El libro de lectura de C.G. Jung*, Olten, Friburgo, 1983.

94. En estilo medieval, en ágiles estampas, se representa la lucha del ángel y el diablo por el alma del moribundo.

95. Claude Chabrol rodó sobre este tema su impresionante película *Alice*, que, como todo el tema permite esperar, no fue un éxito, pero es una magnífica introducción en el mundo, difícil para quien no está preparado, del estado posmortuorio.

96. En su libro *Por las puertas de la muerte hacia la luz* (Neuwied, 1990), Dion Fortune hace una extensa descripción de las situaciones posmortuorias desde el punto de vista ocultista.

TERCERA PARTE

1. En inglés *break-fast* (rotura del ayuno) aún queda más claro.

2. Véase al respecto el casete *Vivir sin miedo* de Rüdiger Dahlke, Edition Neptun, Múnich.

3. Véase al respecto Rüdiger Dahlke: *Ayunar conscientemente*, Neuhausen, 1993.

4. Véase al respecto el casete de meditación *Elementos-rituales* de Rüdiger Dahlke y Shantiprem, Bauer Verlag, Friburgo, 1995.